

2PROGRAMACIÓN

DIDÁCTICA

Curso 2023/2024



LA BAÑEZA (LEÓN)

Profesores:

Beatriz González Pérez

Francisco Criado Fernández



ÍNDICE

A. <u>INTRODUCCIÓN CONCEPTUALIZACIÓN Y CARACTERÍSTICAS DE LA MATERIA</u>	3
A.1. JUSTIFICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA	3
A.2. CONTEXTUALIZACIÓN EDUCATIVA	4
A.3. OBJETIVOS DE ETAPA	6
B. <u>DISEÑO DE LA EVALUACIÓN INICIAL</u>	8
C. <u>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y VINCULACIONES CON LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS</u>	21
D. <u>METODOLOGÍA DIDÁCTICA</u>	23
E. <u>SECUENCIA DE UNIDADES TEMPORALES DE PROGRAMACIÓN</u>	30
F. <u>MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR</u>	31
G. <u>CONCRECIÓN DE PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS DEL CENTRO VINCULADOS CON EL DESARROLLO DEL CURRÍCULO DE LA MATERIA</u>	32
H. <u>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES</u>	34
I. <u>ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO</u>	37
J. <u>EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE DEL ALUMNADO Y VINCULACIÓN DE SUS ELEMENTOS</u>	40
K. <u>PROCEDIMIENTO PARA LA EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA</u>	106
 ANEXOS	
- 1 : INVENTARIO MATERIALES EDUCACIÓN FÍSICA	112

A. INTRODUCCIÓN

A.1. JUSTIFICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

Con esta Programación Didáctica se pretende:

- Asegurar la coherencia vertical (con los siguientes cursos) y horizontal (con las distintas clases de un mismo curso) del proceso educativo.
- Adaptar el currículo oficial y las concreciones del PEC y el PCE a nuestra asignatura y contexto concreto.
- Aunar los esfuerzos del departamento y el claustro.
- Facilitar el proceso de enseñanza (como documento práctico de consulta), de reflexión y evaluación del departamento.
- Ser referencia para los profesores que se incorporen al departamento (esencial, en el caso de sustituciones o vacantes)

Importancia de la EF:

La demanda de cultura física es cada vez mayor en nuestra sociedad. Debido al creciente sedentarismo, el incremento de los tiempos de ocio, la búsqueda de una mejor calidad de vida, la conciencia de una educación integral, la comprensión global de nuestra realidad humana arraigada en lo corporal.

Observamos pues múltiples corrientes desde las que se incide en la importancia de la EF. Y la opción que elegimos es ecléctica; observando todas las concepciones; (de conocimiento, anatómico funcional, estética y expresiva, comunicativa y de relación, higiénica, agonística, catártica y placentera, y de compensación) para lograr el mayor enriquecimiento de nuestros alumnos.

Todas las realidades de la cultura física se pueden abordar (y deben ser abordadas) desde criterios educativos. Esto significa a veces instaurar hábitos y otras veces desarrollar críticas.

Las actividades físicas representan además para los adolescentes una forma muy significativa de abordar la enseñanza en esta etapa educativa; crucial en la definición y estabilización de sus intereses y actitudes.

La EF debe desarrollar todas nuestras potencialidades corporales, que pasan por establecer una concepción amplia de cuerpo, que trasciende lo físico, e integra lo motriz, lo cognitivo, lo afectivo, lo relacional y lo social

El cuerpo es nuestra más próxima realidad, el movimiento nuestra posibilidad de proyectarnos. Cuerpo y movimiento son los ejes de la EF; como objeto de educación y como medio de educación.

La relevancia de la EF en la Educación Secundaria se concreta en las aportaciones de nuestra área a los Objetivos Generales de Etapa (apartado 3.1)

Esta programación se fundamenta en la necesidad de **educar en una cultura de salud** centrada en un **estilo de vida activo** donde la **práctica de actividades físico-deportivas sea un pilar fundamental y un hábito de vida de nuestros adolescentes.**

Por otro lado, esta programación se ha elaborado teniendo en cuenta la **legislación vigente en materia educativa**, los **conocimientos específicos** de nuestra área para favorecer un proceso de enseñanza-aprendizaje en nuestro alumnado donde los aprendizajes significativos y funcionales aporten al alumnado un conjunto de experiencias útiles con el objetivo de habituarlos a la práctica de actividades físico-deportivas saludables.

El **marco legislativo** al que se hace referencia se centra en la actual LOMLOE, aunque se siguen manteniendo vigentes algunos artículos de la anterior ley educativa (LOE). Las referencias legislativas para la elaboración de esta programación son las siguientes:

- Ley Orgánica 3/2020, del 29 de diciembre por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación
- Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.
- Decreto 39/2022, del 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León

A.2.CONTEXTUALIZACIÓN EDUCATIVA

a) Características del entorno

La Bañeza es la cabecera de la comarca natural de la Ribera del Órbigo, al sur de la provincia de León. Tiene unos 11.000 habitantes y está rodeada de una comarca que duplica dicho número. La principal actividad económica de la población de la ciudad se centra en el sector servicios y la de la comarca en el sector agrícola. La actividad industrial es minoritaria y se reduce a una azucarera, algunas industrias de transformación y envasado de productos agrícolas y, en menor medida, industrias del metal y la construcción. El conjunto de la comarca vive un proceso de envejecimiento muy acusado de su población, siendo La Bañeza la única localidad cuyo censo ha crecido en los últimos años.

Dispone La Bañeza de dos Institutos de Educación Secundaria: "Vía de la Plata" y "Ornia", dos Centros públicos de Educación Primaria: "San José de Calasanz" y "Teleno" y uno privado concertado de Educación Primaria y Secundaria Obligatoria: "Nuestra Señora del Carmen". En la comarca hay pueblo varios centros públicos de Educación Infantil y Primaria: CRA de Alija del Infantado, CRA de Jiménez de Jamuz, CRA de Destriana, CRA de Soto de la Vega, CEIP de Castrocontrigo y CRA de Laguna Dalga.

Los alumnos del IES "Ornia" provienen mayoritariamente de los centros de Primaria citados. La ciudad de La Bañeza dispone de Biblioteca Pública, Centro Cultural "Infanta Cristina" y del teatro "Pérez Alonso", todos ellos dependientes del Ayuntamiento, donde tienen lugar diversas actividades culturales a lo largo del año. Con carácter privado está la sala de exposiciones de la obra cultural de Caja España y algunas asociaciones culturales y recreativas. La ciudad tiene una larga tradición musical que se sigue conservando.

b) Características del centro educativo

Tipología del centro: Nos encontramos en el IES Ornia, en el que se encuentran escolarizados aproximadamente sobre 500 alumnos (ESO; BACH y CICLOS) repartidos en 4 líneas en 1º ESO, 3 líneas en 2º de la ESO, 3 líneas de 3º y 2 líneas en 4º de la ESO. Tenemos 2 líneas de 1º bachillerato y 2 de 2º bachillerato.

Instalaciones:

- Un polideportivo cubierto, de unas dimensiones bastante aceptables de 30 x 15. Con vestuarios y una sala de almacenaje del material. Este espacio está correctamente aislado del frío y del ruido. Además, cuenta con radiadores de aire, que, aunque un poco ruidosos, cumplen bien su función.
- Una pista al aire libre de fútbol-sala y baloncesto de hormigón pulido y poroso, que facilita que el agua se evacue rápidamente.
- Amplio patio de hierba, que es utilizado a menudo para todo tipo de prácticas físico-deportivas.

Aula de clase de cada grupo, todas ellas bastante numerosas. Además, cuenta con tres ciclos de formación profesional de la rama sanitaria, uno de Cuidados Auxiliares y de Enfermería, de Farmacia y Parafarmacia e Higiene Bucodental.

C) Características del alumnado

En el IES Ornia nos encontramos un alumnado heterogéneo y diverso respecto a sus capacidades físicas, habilidades motrices como a su comportamiento, existiendo algunos problemas de disciplina. Por tanto, se deberán proponer tareas motrices asequibles a diferentes grados de ejecución y normas adecuadas para el desarrollo y funcionamiento adecuado de las clases y aprendizaje.

El nivel socio cultural de las familias es, por lo general, un nivel medio y con familias bastante implicadas e interesadas en la marcha de sus hijos

Existen varios aspectos que nos preocupan en el alumnado del centro y a los cuales queremos dar respuesta:

- El exceso de tiempo libre del alumnado dedicado a un ocio pasivo (videoconsolas, móviles, etc.)
- Hábitos nocivos extendidos entre el alumnado. Tabaco y alcohol. Este último como foco central desde el que erigir la diversión del fin de semana. La ESO se convierte en una etapa esencial para generar una toma de conciencia.
- En los recreos los alumnos se muestran generalmente pasivos. Salvo grupos muy concretos que juegan a los deportes convencionales (fútbol y baloncesto), no se observan otros juegos activos. Consideramos esto un reflejo del uso de su propio tiempo libre.
- Además, dado el trato que se da al material; balones de fútbol y baloncesto, muchas veces los alumnos se han quedado sin él; bien por pérdida, por deterioro, o por decisión del departamento o conserjería.
- La información que los padres tienen de la EF es poca, es anticuada, es incorrecta en muchos casos. La mayoría se refieren a la asignatura como “gimnasia”, y consideran que consiste en que los niños se muevan. Se sorprenden si su hijo suspende, tiene tareas para casa o estudia teoría. Evidentemente estas actitudes se trasladan directamente a sus hijos, y prueba de ello es que los alumnos, aunque nunca han cursado una asignatura que se llame gimnasia (sus padres sí), siguen en muchos casos denominando así a la EF.

d) Departamento de educación física

El Departamento de Educación Física está constituido por dos profesoras **Beatriz González Pérez** que ejercerá las funciones de Jefa del Departamento (funcionaria de carrera en situación

de “prácticas” en el centro) y **Francisco Criado Fernández** (funcionario interino con jornada parcial de 15 horas).

- El reparto de los cursos y grupos es el siguiente:

Beatriz González Pérez
1º ESO (A, B, C, D)
4º ESO (A, B diversificación)
1º Bachillerato A
Tutora de 4º ESO A

Francisco Criado Fernández
2º ESO (A+PMAR, B, C)
3º ESO (A, B, C diversificación)
1º Bachillerato (B)
Tutor de 1º Bachillerato B

- El total de horas lectivas de docencia de Educación Física en el departamento es de **27 horas**.

- Las reuniones del departamento se celebrarán los jueves a 2ª hora (de 9:25 a 10:15 horas)

- El número de alumnos por cada grupo es el siguiente:

ALUMNADO EDUCACIÓN FÍSICA			
	IES ORNIA	CURSO 2023/2024	
1º ESO A	22	3º ESO A	27
1º ESO B	20	3º ESO B	25
1º ESO C	22	3º ESO C	24
2º ESO A	25	4º ESO A	32
2º ESO B	25	4º ESO B	31
2º ESO C	24	1º BACH A	16
		1º BACH B	25
TOTAL:		290	

Queremos resaltar que como se puede observar los cursos de 4º de la ESO sobrepasan la ratio permitida según establece la ley de 30 alumnos por curso, además de en uno de ellos tener un alumno con necesidades educativas especiales. Todo ello hace que la que los alumnos no reciban una educación de calidad.

A.3 OBJETIVOS DE ETAPA

Según el decreto 39 /2022, capítulo 2, en su artículo 6, **“Los objetivos de la etapa serán los establecidos en los artículos 23 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo.**

La Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.

b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.

d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

Y además se añaden los siguientes:

- a) Conocer, analizar y valorar los aspectos de la cultura, tradiciones y valores de la sociedad de Castilla y León.
- b) Reconocer el patrimonio natural de la Comunidad de Castilla y León como fuente de riqueza y oportunidad de desarrollo para el medio rural, protegiéndolo, y apreciando su valor y diversidad.
- c) Reconocer y valorar el desarrollo de la cultura científica en la Comunidad de Castilla y León indagando sobre los avances en matemáticas, ciencia, ingeniería y tecnología y su valor en la transformación y mejora de su sociedad, de manera que fomente la iniciativa en investigaciones, responsabilidad, cuidado y respeto por el entorno

Todos los objetivos de etapa deben trabajarse en la materia de E.F. a lo largo de los cuatro cursos de la Educación Secundaria Obligatoria, aunque existen objetivos como el **k**, que en su totalidad forman parte de los contenidos y criterios de evaluación a desarrollar en esta materia.

B. DISEÑO DE LA EVALUACIÓN INICIAL.

La evaluación inicial se llevará a cabo en el primer mes del curso escolar desde el 14 de septiembre al 14 de octubre. Se utilizarán diferentes instrumentos de evaluación según determine el profesor encargado, como pueden ser hojas de observación, test de condición física o pruebas teóricas.

Los contenidos de estas pruebas hacen referencia a los que se han desarrollado en el curso anterior que se refleja en la programación 22-23 de Educación Física.

Criterios de evaluación curso 1º ESO	Instrumento de evaluación	Número de sesiones	Agente evaluador		
			H.	A.	Co.
1.1 Establecer y ejecutar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal.	Test de condición física	2-3	x	x	
1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos subjetivos sencillos de control de la intensidad de esos procesos.	Hoja de observación	2-3	x	x	
1.3 Empezar a reconocer en sus rutinas diarias errores de aplicación de una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración, respetando sus características individuales.	Hoja de observación	1		x	
1.4 Empezar a incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene después de la práctica de actividades motrices.	Cuaderno del profesor	2	x		
1.5 Comenzar a adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía	Cuaderno del profesor	2	x		

medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.					
1.6 Conocer los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	Hoja de observación	1-2	x		
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	Hojas observación	2-3		x	x
2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, con una limitada incertidumbre, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	Hojas de observación	2		x	x
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices con progresiva autonomía.	Hojas de observación	2		x	x

Criterios de evaluación curso 2º ESO	Instrumento de evaluación	Número de sesiones	Fechas de desarrollo pruebas evaluación	Agente evaluador		
				Heteroe v.	Autoe v.	Coe v.
1.1 Organizar y complementar secuencias sencillas de	Test de condición física	2-3	Septiembre-October	x	x	

<p>actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal.</p>						
<p>1.2 Incorporar con autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos variados de control de la intensidad de las actividades.</p>	<p>Hoja de observación</p>	<p>2-3</p>	<p>Septiembre-octubre</p>	<p>x</p>		
<p>1.3 Empezar a introducir en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales.</p>	<p>Hoja de observación</p>	<p>1</p>	<p>Mayo</p>		<p>x</p>	

1.4 Incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices.	Cuaderno del profesor	Septiembre e-octubre	6	x		
1.5 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	Cuaderno del profesor	Septiembre e-octubre	6	x		
1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	Hoja de observación	1-2	Abril		x	x
1.7. Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y						

<p>comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo.</p>						
<p>1.8 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p>						
<p>1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando, seleccionando y comunicando información relevante, elaborando documentos propios y haciendo exposiciones y argumentaciones de estos.</p>						
<p>2.1 Desarrollar de manera progresivamente</p>	<p>Hojas observación</p>	<p>2-3</p>	<p>Diciembre -enero-febrero</p>		<p>x</p>	<p>x</p>

<p>e autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p>						
<p>2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación,</p>	<p>Hojas de observación</p>	<p>2</p>	<p>Diciembre -febrero</p>		<p>x</p>	<p>x</p>

reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.						
2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	Hojas de observación	2	Diciembre -febrero		x	x
2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades.						
3.1 Practicar una gran						

<p> variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. </p>					
<p> 3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. </p>					
<p> 3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, </p>					

<p>socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.</p>					
<p>4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.</p>					
<p>4.2 Experimentar y analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos,</p>					

<p>evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones</p>					
<p>4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>					
<p>5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y</p>					

siendo conscientes de su huella ecológica.						
5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.						

Criterios de evaluación curso 3º ESO	Instrumento de evaluación	Número de sesiones	Fechas de desarrollo pruebas evaluación	Agente evaluador		
				Heteroev.	Autoev.	Coev.
1.1 Autorregular la práctica organizada de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal.	Hojas de observación	2-3	Septiembre y octubre		x	x
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo,						

<p>interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos.</p>						
<p>1.3 Introducir en sus rutinas diarias el desarrollo de una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales.</p>						
<p>1.4 Comenzar a adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p>						
<p>1.5 Empezar a adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de</p>						

<p>lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente</p>						
<p>1.6 Conocer los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.</p>						
<p>1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p>						
<p>1.8 Desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana</p>						

<p>manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.</p>						
<p>1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado.</p>						
<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p>	<p>Hojas de observación</p>	<p>2</p>	<p>Diciembre -enero-febrero</p>		<p>x</p>	<p>x</p>

<p>2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación.</p>	<p>Hojas de observación</p>	<p>2</p>	<p>Diciembre -febrero</p>		<p>x</p>	<p>x</p>
<p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>	<p>Hojas de observación</p>	<p>2</p>	<p>Diciembre -febrero</p>		<p>x</p>	<p>x</p>
<p>2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y</p>						

<p>superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades y valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje.</p>						
<p>3.1 Practicar y colaborar en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros</p>						
<p>3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con progresiva autonomía en la toma de decisiones</p>						

vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.						
3.3 Relacionarse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.						
4.1 Comprender y practicar diversas						

<p>modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes y evolución.</p>						
<p>4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento</p>						
<p>4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con progresiva</p>						

<p>autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas.</p>						
<p>5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación de los espacios en los que se desarrollen.</p>						
<p>5.2 Organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas</p>						

Criterios de evaluación curso 4º ESO	Instrumento de evaluación	Número de sesiones	Agente evaluador		
			H.	A.	Co.
1.1 Planificar y autorregular la práctica organizada de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal.	Hojas de observación	2-3	x	x	
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos.	Hoja de observación	2	x		
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	Hojas de observación	2	x		
2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación.	Hojas de observación	2		x	
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Hojas de observación	2	x	x	x

C. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y VINCULACIONES CON LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM1, STEM3, CPSAA1, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC1, CC2, CC3, CCEC3.

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3.

D. METODOLOGÍA Y DIDÁCTICA

Los procesos de enseñanza y aprendizaje deben proporcionar al alumno un conocimiento sólido de los contenidos, al mismo tiempo que 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.

Según el Anexo II.A del 39/2022 “Principios metodológicos de la etapa”, teniendo en cuenta además las “Orientaciones metodológicas específicas que se recogen para la materia” se seguirán los **Principios metodológicos en base a las recomendaciones de la UE** sobre la educación por competencias, siguiendo los siguientes principios metodológicos **DUA**, 3 pilares:

1º Proporcionar múltiples formas de implicación: La interacción con grupos heterogéneos, cooperación (trabajo en grupos de 6).

2º Múltiples formas de representación de la información. Visionado digital de la actividad, explicaciones orales, planillas informativas, y planillas evaluadoras.

3º Múltiples formas de acción y expresión del aprendizaje: La actuación autónoma y personalización de la tarea (capacidad de elección del nivel de desarrollo de la actividad), además de la función individual dentro del equipo.

Para una adquisición eficaz de las competencias y su integración efectiva en el currículo, deberán diseñarse **actividades de aprendizaje integradas que permitan al alumnado avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia** al mismo tiempo. Para ello, es necesario **mantener la motivación** e incentivar hacia el aprendizaje en el alumnado, lo que le implica un nuevo papel más activo, autónomo y consciente de su propio aprendizaje.

Se seguirán unos criterios metodológicos y se adoptarán los principios que marcan la educación como proceso, y no la consecución estricta de resultados. En estos principios el agente puede ser tanto el alumno como el profesor.

De aquellos **principios que afectan principalmente al alumno** se destacan los siguientes:

1. **ACTIVIDAD:** el alumno es el protagonista activo de su propio aprendizaje, y llega a responsabilizarse de su propia actividad.
2. **PROGRESIÓN:** las actividades y tareas de aprendizaje deben ser progresivas en su dificultad, además de ser la base para posteriores aprendizajes.
3. **FUNCIONALIDAD:** el alumno deberá captar la utilidad y la idea de globalidad de los aprendizajes.
4. **ADAPTACIÓN:** toda actuación docente debe ajustarse a las características de los alumnos.
5. **INDIVIDUALIZACIÓN:** cada uno de los alumnos requiere una atención personalizada para lograr los objetivos siguiendo los procedimientos adecuados.
6. **EVALUACIÓN INDIVIDUALIZADA:** cada alumno debe conseguir sus objetivos teniendo en cuenta su situación de partida, progreso y nivel alcanzado al final.

De los **principios metodológicos cuyo agente principal es el profesor**, se destacan:

1. **AYUDA:** el profesor debe ser el agente que facilite el aprendizaje, aportando experiencias, tareas y oportunidades para poner en práctica lo aprendido.

2. **FLEXIBILIDAD:** el profesor no debe ajustarse a patrones rígidos o modelos estándar. La exigencia estará en niveles al alcance del alumno, teniendo en cuenta las situaciones personales.
3. **PERSONALIZACIÓN:** el profesor debe establecer un nivel de enseñanza para cada alumno.
4. **PARTICIPACIÓN:** las actividades y tareas propuestas por el profesor deben motivar a la actividad de los alumnos y fomentar la formación de grupos con intereses comunes en la actividad física.
5. **DIVERSIDAD – OPCIONALIDAD:** el profesor con sus propuestas de actividades debe atender a las diversas situaciones de los alumnos, y ofertar diferentes contenidos favoreciendo las opciones personales.
6. **EVALUACIÓN:** la evaluación debe ser continua e individualizada para cada alumno.

Los **métodos** deben partir de la perspectiva del docente como orientador, promotor y facilitador del desarrollo competencial en el alumnado; además, deben enfocarse a la realización de tareas o situaciones-problema, planteadas con un objetivo concreto, que el alumnado debe resolver haciendo un uso adecuado de los distintos tipos de conocimientos, destrezas, actitudes y valores. Además, el profesorado debe procurar todo tipo de ayudas para que los estudiantes comprendan lo que aprenden, sepan para qué lo aprenden y sean capaces de usar lo aprendido en distintos contextos dentro y fuera del aula.

Los dos principales planteamientos metodológicos son **la enseñanza basada en la reproducción** y la **enseñanza basada en la búsqueda**. Ambos son perfectamente compatibles, y la utilización de uno u otro dependerá del tipo de tarea a enseñar, en función de los objetivos a conseguir.

Método de Reproducción → partiendo de la base de que nuestro objetivo no es la competición, sin embargo, si queremos crear hábitos vitalicios de práctica físico-deportiva, deberemos conseguir que nuestros alumnos alcancen un dominio básico en las diferentes habilidades específicas trabajadas. Por ello, en la enseñanza-aprendizaje de *técnicas deportivas o artísticas* (por ejemplo, voleibol o atletismo) donde existe una solución de eficacia y rendimiento probado y contrastado.

También en aquellas tareas en las que la *seguridad y eficacia* solo estén garantizadas dando una información muy precisa y detallada y adoptando posiciones muy concretas, como en el trabajo de Condición física (resistencia, flexibilidad, fuerza), o el trabajo de habilidades gimnásticas (donde la primera norma básica es evitar cualquier tipo de peligro).

Uno de los estilos vinculados al método de reproducción será la **asignación de tareas**, y que se utilizará con mucha frecuencia será la asignación de tareas, ya que facilita enormemente la individualización de la enseñanza, puesto que cada uno sigue su ritmo de aprendizaje. También se utilizarán los **grupos de nivel**, que permitirá juntar a los alumnos con aptitudes y ritmo de aprendizaje similar, aunque también será conveniente hacer grupos heterogéneos, donde los más capaces ayuden a los que les cuesta más y la enseñanza recíproca, donde el hecho de corregir al compañero, no solo ayude al que está ejecutando la acción, sino también al que hace las veces de enseñante, adquiriendo una imagen más clara de la actividad (de este modo estamos activando todos los canales de los que habla Muska Moston, canal cognitivo, motor y socio-afectivo).

Descubrimiento guiado → Del mismo modo, existen otras tareas con las que se pretende fomentar la creatividad y espontaneidad del alumno. Por ejemplo, en las U.D de expresión corporal y bailes, donde deberán moverse al son de la música o realizar movimientos expresivos sin ningún tipo de patrón motor preestablecido.

Un estilo asociado al método del descubrimiento es la **resolución de problemas**, muy útil en el aprendizaje del componente táctico en los deportes, donde se propondrán múltiples situaciones variadas, en las que deberán elegir el gesto técnico más apropiado a cada circunstancia. También se utilizará al principio de las U.D y situaciones de aprendizaje, en las que se introduzca un nuevo deporte, o en alguna parte de una sesión en la que se propongan las denominadas “**situaciones reto**” (por ejemplo, en combas): “¿a ver quién es capaz de saltar 5 veces seguidas cruzando la comba?”)

En lo referente a las **estrategias**, se combinarán las analíticas (pura, progresiva o secuencial) y globales (modificadas o polarizadas), siguiendo la secuencia más habitual: G-A-G. Concretamente, en el caso de los deportes, se presentará el deporte de forma global, para que los alumnos asimilen los objetivos y reglas básicas del deporte (video didáctico); a continuación se llevará a cabo un trabajo analítico de las diferentes técnicas, con situaciones aplicadas en formas lúdicas (por ejemplo el 2X2, 3X3 en voleibol), alternándolo con situaciones de juego real, ya que lo que nos interesa es que los alumnos alcancen cierta autonomía en los partidillos, para que lo practiquen con sus amigos en su tiempo de ocio.

La aplicación concreta queda a criterio del profesor del grupo correspondiente, que utilizará los métodos oportunos en función de las necesidades y situación de sus alumnos.

Según las últimas orientaciones legislativas, la metodología didáctica será fundamentalmente **activa, contextualizada y participativa**, favoreciendo el trabajo individual y cooperativo del alumnado, así como el logro de los objetivos y competencias correspondientes. También potenciará 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. El **aprendizaje cooperativo**, también servirá para abordar la educación en valores. Todo ello teniendo en cuenta, además, las posibilidades que ofrecen las tecnologías de la información y comunicación. En este sentido, el **trabajo por proyectos** es una metodología que fomenta y desarrolla todos estos aspectos.

Este aprendizaje activo debe ir orientado a favorecer que los estudiantes **trabajen en pequeños grupos** para aprender con, de y para sus compañeros. Cada estudiante debe ser corresponsable de su propio aprendizaje, pero también y muy especialmente, del aprendizaje de todos y cada uno de sus compañeros de grupo. A través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo deben aprender a conocer las estrategias utilizadas por sus compañeros y que puedan aplicarlas a situaciones similares, facilitando los procesos de generalización y de transferencia de los aprendizajes. La **organización de los grupos** tendrá en cuenta los siguientes criterios:

1. Deben permitir la máxima intervención útil del alumno en clase en función de los objetivos perseguidos, fomentando en todo momento la **coeducación**, **cohesión** de grupo, **respeto** para favorecer un **clima** adecuado de la clase.
2. Promover el **trabajo en grupo** frente al individual evolucionando desde los grupos más pequeños hacia grandes grupos.
3. Se deben tener en cuenta **criterios de heterogeneidad y homogeneidad** en función de las tareas para favorecer una progresión adecuada según los distintos niveles del grupo.
4. Se tenderá a dejar **libertad al grupo** para que los alumnos se agrupen, pero se mirará con lupa los agrupamientos que discriminen por razones de habilidad, sexo o raza.
5. Primar la **colaboración** frente a la competición, no dando relevancia excesiva relevancia al resultado. Utilizar la competición para alcanzar objetivos comunes de grupo y no individuales.

Con las **actividades físicas cooperativas** se debe propiciar el incremento de la autoestima de cada estudiante, su integración y aceptación en el grupo, despertar el interés y el gusto por la actividad física, propiciar la responsabilidad en la participación en un grupo, demostrar que a pesar de no ser competitiva una actividad también puede ser divertida, valorar los logros en el proceso y no el resultado y promover climas positivos.

En los **juegos** como en las **actividades físicas o expresivas**, las situaciones de oposición y las estructuras cooperativas se llevan a cabo procesos en los que se requiere atender la comunicación positiva en grupo, la coordinación de labores y el establecimiento de relaciones entre los miembros del grupo de cara a la consecución de un objetivo.

Las **actividades deportivas** tanto de regulación externa como de autorregulación soportan un cierto contenido de competición. Sin embargo, esta tendrá un tratamiento educativo, es decir, la competencia con otros, individualmente o en grupos, supone un mecanismo de regulación del propio esfuerzo, una situación de reto a superar, y no de rivalidad o puro enfrentamiento. Por otra parte, a partir de las actividades de enseñanza aprendizaje el alumno debe llegar a distinguir competición y competitividad. La primera como una finalidad más del juego o del deporte y, la segunda, como una actitud no sólo del deporte sino de otros fenómenos sociales donde toda la actividad que realiza el individuo tiene como finalidad única el éxito. Obtener el éxito en su competencia cognitiva, social o física debe tener el mismo papel educativo y la misma relevancia en la escala de valores del alumno.

Por otro lado, se deben elaborar propuestas didácticas teniendo en cuenta la **atención a la diferencias individuales** del alumnado y el acceso de todos y todas a la materia de Educación Física, donde se tendrá en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado, intereses, así como favorecer la capacidad de aprender por sí mismos y promover el trabajo en equipo.

El **rol del docente** es fundamental a la hora de presentar los contenidos con una estructuración clara en sus relaciones, de diseñar secuencias de aprendizaje integradas que planteen la interrelación entre distintos contenidos de una materia o de diferentes materias, de planificar tareas y actividades que estimulen el interés y el hábito de la expresión oral y la comunicación.

Para asegurar el éxito del alumnado, el profesor ha de **acercar la dificultad de la tarea a las posibilidades iniciales de ejecución del alumno** de modo que mantenga el nivel de motivación adecuado para la superación de las dificultades, e ir aumentando progresivamente el grado de la dificultad a superar.

- En el caso de las habilidades se irá de la experimentación (tanteo, acomodación, identificación y adaptación) a la automatización (dominio, decisión y transferencia) y de ésta al perfeccionamiento (coordinación múltiple y tecnificación).
- En el caso de las aptitudes físicas se partirá del acondicionamiento físico (localización, construcción básica y capacitación) para continuar con la mejora (tanto general como específica) y de ésta, llegar a la especialización (rendimiento específico, rendimiento combinado y rendimiento máximo).
- En el diseño de actividades de enseñanza de los juegos y deportes se ha de plantear, a priori, o analizar al acabar, planes y estrategias de juego y poder valorar cómo se ha desarrollado la actividad física organizada.

Con esta metodología se pretende **responsabilizar al alumno**, lo que es también un objetivo general de la etapa, no obstante, para poder aplicarlo es necesario que haya adquirido conocimientos previos y hábitos de trabajo suficientes que le permitan desarrollar y organizar sus propias actividades con perspectivas de éxito.

Los recursos para utilizar en el tratamiento de los diferentes temas serán:

- **Visuales:** demostraciones proporcionadas de forma directa por el profesor o por los alumnos auxiliares cualificados, ayuda visual para detalles de una ejecución, medios audiovisuales (apuntes, fotos, video, etc.).
- **Auditivos:** descripciones, explicaciones, ayudas sonoras para marcar ritmos, tiempos, períodos, etc.
- **Tactilo-kinestésicas:** ayuda manual tanto del profesor como de los compañeros, ayuda automática alterando las situaciones normales de ejecución, utilizando elementos materiales.
- **Retroalimentación:** feedback interno y externo, grupal o individual, para el conocimiento de los resultados de la ejecución.

La **fundamentación teórica** será incluida, en la medida de lo posible, en la práctica como proceso metodológico y pedagógico que permita al alumno una adquisición de conocimientos basados en ella. Es decir, acercar los contenidos prácticos de la materia con los conocimientos teóricos y científicos de la misma. Para ello se va a utilizar el **portafolio y cuaderno del alumno** que aporta información extensa sobre el aprendizaje del alumnado, refuerza la evaluación continua y permite compartir resultados de aprendizaje. Además, es una herramienta motivadora para el alumnado que potencia su autonomía y desarrolla su pensamiento crítico y reflexivo.

También se puede elaborar otro tipo de material didáctico por parte del profesor, adaptado a los distintos niveles y diferentes estilos y ritmos de aprendizaje del alumnado con el objetivo de atender a la diversidad en el aula y personalizar los procesos de construcción del aprendizaje.

Estos principios se pueden realizar bajo el soporte de las **Tecnologías de la Información y la Comunicación** y los nuevos medios y recursos educativos que ayudan a profundizar los aprendizajes y fomentar el desarrollo integral de los alumnos. Por lo que se usará recursos de índole audiovisual e informático, equipo de música para determinados contenidos rítmico-expresivos, cámara de vídeo y de fotos digital con la que grabar (previo permiso por parte del alumnado y padres) y retratar ejecuciones y producciones de los alumnos, y como no, las pizarras digitales de las que dispone también el centro, y así poder visualizar aspectos relacionados con la práctica, vídeos que hagan de actividad de motivación, presentaciones de "PowerPoint", explicar baremos con la hoja de cálculo, etc., y como no, recurrir a esa fuente inagotable de información que es Internet, y es que, la visualización es siempre más efectiva que la palabra, y más en una materia como la nuestra que es fundamentalmente visual, es decir, "se ve".

MEDIDAS DISCIPLINARIAS

La primera medida disciplinaria es un buen contenido (y una buena metodología); aquella que enganche con los propios intereses del alumno, para extenderse más allá. Pero la intención de trabajar en positivo no riñe con la exigencia de unas normas de organización grupal insoslayables.

Las medidas disciplinarias suelen girar en torno al silencio en los momentos de escucha y el respeto a los demás. Tolerancia cero a la discriminación y la violencia de cualquier tipo (física o verbal). Se pretende una atención individual del infractor/infractores, en contra de amonestaciones ante el gran grupo que generan un clima negativo y menores posibilidades de cambio en el individuo.

Además de las medidas generales del centro, en nuestra asignatura se propone como alternativas a usarse:

Parte interno, donde se apunta el alumno y escribe el motivo por el cual ha sido amonestado, así como se registra también la impuntualidad a la hora del comienzo de las clases.

Momento fuera; si una mala actitud perjudica el trabajo grupal, se pedirá al alumno que se aparte del grupo general dentro del pabellón.

Registro; en el caso de querer concienciar sobre la necesidad de escucha pediremos al alumno que registre el nombre y veces que los alumnos interrumpen las intervenciones del profesor o los compañeros. A parte de servir de toma de conciencia esta tarea dificulta sus propias interrupciones.

CRITERIOS PARA EL AGRUPAMIENTO DE LOS ALUMNOS

El criterio fundamental es la variedad para adaptarse a los objetivos planteados; trabajo individual (en busca de autonomía), en parejas (en busca de un diálogo personal), en pequeño o gran grupo (capacidades de relación e integración social), micro grupos durante todo el año.

Igualmente es interesante que existan posibilidades de elección libre de compañeros y otras veces que se potencie la variación de relaciones, para un mayor enriquecimiento y cohesión grupal.

La creación de grupos de nivel puede ser interesante para determinados momentos (atender alumnos con dificultades) o contenidos concretos. Pero no conviene abusar por el peligro de asumir el rol de torpes y por eliminar la riqueza de relaciones (emular al compañero, enseñanza recíproca espontánea...).

En este sentido la integración es prioritaria a otros objetivos a corto plazo. Especialmente en 1º de ESO. Los aspectos de socialización son objeto educativo, que bien merecen detener la clase o incluso continuarla enfocándola en ese aspecto.

CRITERIOS PARA LA ORGANIZACIÓN DEL ESPACIO

Dados los criterios comentados en el análisis del contexto, se pretende acercar las clases de EF a los espacios próximos de los alumnos; aquellos que estén a su alcance, para asociar directamente el hábito de actividades físicas y para aproximarnos al máximo a la realidad del alumnado; su problemática, las cuestiones que allí les surgen... Estos espacios son: Pradera exterior, Pista de Atletismo, Caminos de concentración, Parque próximo al centro, las propias aceras que circundan la manzana del instituto... Además de estos espacios más accesibles por proximidad es intención del departamento hacer un esfuerzo por visitar otros espacios de actividad física en la villa: piscina cubierta, visita a un gimnasio... en los que podría ser necesario solicitar horas a otros profesores.

Es una decisión de enriquecimiento, diversificar los espacios de actividad física y observar diferencias, criterios de seguridad...en busca de la autonomía

En cuanto al uso del espacio habitual. Se establecen tres pretensiones:

- Fácil acceso a la información (durante explicaciones, demostraciones, información en la pared, posters...)
- Dificultar la automarginación de los alumnos más inseguros que pretenden ser invisibles.
- Permitir el mayor aprovechamiento del material y del espacio.

Existe además un espacio al que deseamos dar un significado y uso especial:

Círculo de escucha: Se pretende facilitar la actitud de escucha a través de la asociación a un espacio dedicado a tal fin. El espacio se concreta en un semicírculo pintado en el suelo frente a la pizarra, que invita a sentarse en una disposición definida; sin dobles filas.

Otros espacios: aula, biblioteca, aula de informática, aula de medios audiovisuales... sería un gran error olvidar la aportación de estos espacios a la EF. Se utilizarán puntualmente en distintas UD (tareas escritas, investigaciones, etc.)

Rincón de EF “flexiones y reflexiones”, en el pabellón tenemos un tablón dedicado a reflexionar y donde el profe y/o alumnos pueden colocar artículos, trabajos...

E. SECUENCIA DE UNIDADES TEMPORALES DE PROGRAMACIÓN.

1º ESO	Título	Fechas y sesiones
PRIMER TRIMESTRE	SA 1: Caliente o miento	2
	SA2: ¿Qué es estar en forma?	8
	SA 3: Cuéntame un cuento	8
	SA 4: Desafío	4
SEGUNDO TRIMESTRE	SA 5: En guardia (esgrima)	8
	SA 6: Mejora tu postura	4
	SA 7: Fútbol	8
	SA 8: Eres lo que comes	3
	SA 9: Primeros auxilios	6
TERCER TRIMESTRE	SA 10: A que juegan nuestros mayores	8
	SA 11: Fabrica tu cross	8
	SA 12: Orientación ¿estas perdido?	6

2º ESO	Título	Fechas y sesiones
PRIMER TRIMESTRE	Calentamiento y vuelta a la calma	4 sesiones
	Acondicionamiento físico. Resistencia y flexibilidad	6 sesiones
	Ritmo. Percusión corporal	5 sesiones
	Baloncesto	6 sesiones
SEGUNDO TRIMESTRE	Palas-bádminton	6 sesiones
	Combas	5 sesiones
	Atletismo	5 sesiones
	Postura corporal	2 sesiones
TERCER TRIMESTRE	Juegos tradicionales	7 sesiones
	Actividades en el medio natural y urbano	7 sesiones

3º ESO	Título	Fechas y sesiones
PRIMER TRIMESTRE	SA 1: Calentamiento y vuelta a la calma	4 sesiones
	SA 2: Acondicionamiento físico. Resistencia y flexibilidad	6 sesiones
	SA 3: Aeróbic	5 sesiones
	SA 4: Balonmano	7 sesiones
SEGUNDO TRIMESTRE	SA 5: Bádminton	5 sesiones
	SA 6: Fuerza y velocidad. Postura. Alimentación	7 sesiones
	SA7: Primeros auxilios	5 sesiones
	SA 8: Juegos tradicionales	4 sesiones
TERCER TRIMESTRE	SA 9: Deportes alternativos	7 sesiones
	SA 10: Actividades en el medio natural y urbano	7 sesiones

4º ESO	Título	Fechas y sesiones
PRIMER TRIMESTRE	SA 1: Calentamiento y vuelta a la calma	2
	SA 2: Acondicionamiento físico. Métodos de entrenamiento: La fuerza	8
	SA 3: Expresión corporal, combas.	8
	SA 4: Primeros auxilios	4
SEGUNDO TRIMESTRE	SA 5: Voleibol	8
	SA 6: Yoga (como mejorar tu flexibilidad) y postura	6
	SA 7: Alimentación	2
	SA 8: Juegos tradicionales	5
TERCER TRIMESTRE	SA 9: Deporte alternativo	8
	SA 10: Actividades en el medio natural y urbano	8

Flexibilidad en la distribución de Unidades Didácticas

- Esta distribución es únicamente orientativa. La experiencia demuestra que difícilmente se acaba el curso realizando todas las UDD planificadas. Para evitar que algunos contenidos no sean tratados, y para un mayor aprovechamiento de lo aprendido, las UDD se encadenan, pudiendo agruparse 2 o 3 UDD consecutivas con objetivos y contenidos afines.
- Se plantea la flexibilidad en la duración de las UD. Se prioriza el buen desarrollo de las UD antes que pasar por todas, aún a costa de suprimir UD completas. Es por eso por lo que los objetivos y contenidos prescritos coinciden en varias UD, para evitar que no sean tratados.

F. MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR

Los materiales y recursos necesarios para el desarrollo curricular serán múltiples, incorporando a los de carácter tradicional otros innovadores que integren diferentes soportes instrumentales, con objeto de fomentar en el alumnado la búsqueda crítica de fuentes de diversa naturaleza y procedencia y desarrolle la capacidad de aprender por sí mismo.

	Materiales	Recursos
Impresos	<ul style="list-style-type: none"> - Cuaderno de actividades. - Portafolio - Cuaderno de evaluación y diario del profesor 	<ul style="list-style-type: none"> - Trabajos, revistas, artículos seleccionados y libros.
Digitales e informáticos	<ul style="list-style-type: none"> - Plataforma Teams - Apuntes en formato digital - Correo electrónico, 	<ul style="list-style-type: none"> - Ordenador - Pizarra Digital - Proyector - Móvil - Tablet
Medios audiovisuales y multimedia	<ul style="list-style-type: none"> - Enlaces a páginas de los distintos deportes - Enlaces a páginas de nutrición - Enlaces a vídeos demostrativos de diversos contenidos 	<ul style="list-style-type: none"> - Vídeos didácticos tanto generales como específicos de alguna de las Unidades Didácticas desarrolladas
Manipulativos	ANEXO 2 inventario de material del departamento.	
Otros	Realización de actividades con el empleo del móvil (cronómetro y fotografía digital, edición de música, uso de aplicaciones móviles específicas).	

Existe poco material para que nuestros alumnos/as puedan desarrollar los contenidos establecidos. Sobre todo, en el caso fútbol sala, bolas de espuma, brújulas y esterillas. Algunas clases tienen 25 o más alumnos y no se puede facilitar un material para cada uno de ellos. Se irá comprando material poco a poco a lo largo del curso previa autorización del centro para completar el ya existente y reponer el que está estropeado.

G. CONCRECIÓN DE PLANES PROGRAMAS Y PROYECTOS DE CENTRO VINCULADOS CON EL DESARROLLO DEL CURRÍCULO DE LA MATERIA

Desde el área de Educación Física se intentará fomentar el gusto, el interés y el hábito de la lectura, por medio de la puesta en práctica de las siguientes actuaciones:

- En algunas Unidades Didácticas, se le facilitará al alumnado la lectura de un artículo breve divulgativo o científico (según niveles) acorde con la temática que se esté impartiendo y a partir de la cual, el alumno elaborará un pequeño trabajo de resumen y opinión personal.
- Se les pedirá (al menos una vez durante el curso en ESO y al menos una vez por trimestre en Bachillerato) la búsqueda y/o lectura de artículos de revista y prensa relacionados con la actividad física y deportiva en torno a temas como la salud relacionada con hábitos de vida,

los hábitos nutricionales y dietéticos de la población, la repercusión social, cultural y política del deporte de recreación, de mantenimiento y de competición, la repercusión del consumo de alcohol y tabaco sobre la salud y el desarrollo, efectos del alto rendimiento deportivo sobre la salud, el consumo de prácticas y equipamiento deportivo, entre otros que consideramos puedan incitar al debate, la reflexión y en definitiva que estimulen posibles centros de interés del alumnado y promocióne nuevas lecturas autónomas.

- A través de textos extraídos de Internet u otras fuentes seleccionadas por el profesor: lecturas, análisis críticos y comentarios sobre cuestiones vinculadas a contenidos de la asignatura en la etapa de Secundaria, se asignarán búsquedas de información individual o en grupos pequeños.

A su vez se intentará mantener un estrecho contacto entre el profesorado del centro y los diferentes departamentos para favorecer la coordinación educativa y facilitar la educación integral. Este contacto puede desarrollarse en el seno de la Comisión de Coordinación Pedagógica, con el resto de los departamentos, y/o a través del día a día. El tipo de actuaciones a desarrollar se centrarán principalmente:

- En la coordinación de Contenidos comunes a diferentes áreas. En nuestro caso, sobre todo con el Departamento de Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales...
- En la construcción y utilización de materiales, principalmente con los Departamentos de Educación Plástica y visual y Tecnología.
- En la realización de Actividades Complementarias y Extraescolares con los departamentos de Ciencias Naturales, Música, Economía y otros que quieran participar.
- En los casos necesarios, se colaborará con el departamento de Orientación para realizar las adaptaciones curriculares pertinentes o para trabajar contenidos de respiración y relajación. También para explicar de forma coordinada las salidas profesionales relacionadas con la actividad física y el deporte.
- Con el departamento de Matemáticas se pueden repasar cuestiones relativas a medidas de tiempos, transformar resultados a minutos o segundos, reglas de tres inversas, elaboración de gráficas e interpretación de resultados, etc.

J. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS EN EL CENTRO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD Y DESCRIPCIÓN	NIVEL	TEMPORALIZACIÓN	PROFESORES DEPARTAMENTOS IMPLICADOS
Visita de instalaciones deportivas de la localidad (La Bañeza y alrededores)	3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	2ª y/o 3ª evaluación	Departamento de Educación Física
Utilización de instalaciones deportivas cercanas para realizar la clase de Educación Física (parques, caminos, instalaciones deportivas, etc.)	1º ESO 2º ESO 3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	A lo largo del curso	Departamento de Educación Física

Charlas y sesiones impartidas por profesionales vinculados al ámbito deportivo y de la salud.	1º ESO 2º ESO 3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	A lo largo del curso	Departamento de Educación Física Departamento de Sanidad
Torneos deportivos durante los recreos.	1º ESO 2º ESO	A lo largo del curso	Departamento de Educación Física
Celebración del “DÍA DE LA EF EN LA CALLE”.	1º ESO 2º ESO 3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	Abril o mayo	Departamento de Educación Física
Celebración de días especiales en el centro (folclore tradicional, maratón solidario, concurso de bailes, juegos tradicionales).	1º ESO 2º ESO 3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	A lo largo del curso	Departamento de Educación Física Otros departamentos que quieran participar
Rutas en bicicleta y/o patines por sendas de La Bañeza.	1º ESO 2º ESO 3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	3ª evaluación	Departamento de Educación Física
Carrera solidaria “Save The Children”	1º ESO 2º ESO 3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	2ª o 3ª evaluación	Departamento de Educación Física Otros departamentos que quieran participar

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES DE UN DÍA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD Y DESCRIPCIÓN	NIVEL	FECHA	PROFESORES /DEPARTAMENTOS IMPLICADOS
Rutas de senderismo por Castilla y León o Asturias	1º ESO 2º ESO 3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	3ª evaluación	Departamento de Educación Física Departamento de Ciencias Naturales
“Bautismo Blanco” en San Isidro	1º ESO 2º ESO	2ª evaluación	Departamento de Educación Física
Excursión raquetas por la nieve.	1º ESO 2º ESO 3º ESO 4º ESO	2ª evaluación	Departamento de Educación Física
Actividades físico-deportivas en el medio natural y de multiaventura (rapel, barranquismo, piragüismo, surf, etc.)	1º ESO 2º ESO 3º ESO	3ª evaluación	Departamento de Educación Física

	4º ESO 1º Bachillerato		Departamento de Ciencias Naturales
Patinaje sobre hielo en pistas de hielo cercanas	1º ESO 2º ESO 3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	1ª evaluación	Departamento de Educación Física
Visita a instalaciones deportivas como el CAR de León o FCAFD	4º ESO 1º Bachillerato	A lo largo del curso	Departamento de Educación Física
Visualizar algún evento deportivo (partidos, entrenamientos, etc.)	1º ESO 2º ESO 3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	A lo largo del curso	Departamento de Educación Física
Participación en los JUEGOS ESCOLARES	1º ESO 2º ESO 3º ESO	A lo largo del curso	Departamento de Educación Física
Descenso del Órbigo	1º ESO 2º ESO	3ª evaluación	Departamentos de Educación Física
Actividades acuáticas	4º ESO 1º Bachillerato	3ª evaluación	Departamento de Educación Física
Asistencia a espectáculos de danza ó artísticos charlas sobre temas de interés	3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	A determinar	Departamento Educación Física y departamentos interesados.

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES CON PERNOCTACIÓN

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD Y DESCRIPCIÓN	NIVEL	FECHA	PROFESORES /DEPARTAMENTOS IMPLICADOS
“Semana Blanca” en San Isidro, Pirineos o Andorra	1º ESO 2º ESO 3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	2ª evaluación	Departamento de Educación Física
Actividades físico-deportivas en el medio natural y de multiaventura con pernocta	3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	3ª evaluación	Departamento de Educación Física

			Departamento de Ciencias Naturales
Descubriendo el Camino de Santiago y su entorno	1º ESO 2º ESO 3º ESO 4º ESO 1º Bachillerato	2ª o 3ª evaluación	Departamento de Educación Física Departamento de Religión

K. ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

Para que el alumnado con necesidad específica de apoyo educativo pueda alcanzar el máximo desarrollo de sus capacidades personales y los objetivos y competencias de cada etapa, se establecerán las medidas curriculares y organizativas oportunas que aseguren su adecuado progreso.

Se debe garantizar la **enseñanza individualizada**, para que cada alumno trabaje siempre según su nivel y capacidades.

Generalidades sobre la atención al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo:

1. Adaptaciones en la evaluación
 - Selección de criterios específicos de evaluación.
 - Modificación de los instrumentos y procedimientos.
2. Adaptaciones metodológicas
 - Utilización de métodos y procedimientos alternativos.
 - Selección de actividades alternativas.
 - Selección de actividades complementarias.
 - Utilización de materiales didácticos específicos.
 - Modificación de los agrupamientos previstos.
3. Adaptaciones en los contenidos
 - Priorización de los contenidos.
 - Introducción de contenidos complementarios.
 - Introducción de contenidos alternativos.
 - Eliminación de contenidos.
 - Secuencia específica de contenidos.
 - Organización específica de contenidos.
4. Adaptaciones de los criterios de evaluación
 - Priorización de criterios de evaluación
 - Introducción de criterios de evaluación complementarios.

- Introducción de criterios de evaluación alternativos.
- Secuenciación específica de criterios de evaluación
- Eliminación de criterios de evaluación.

5. Modificación en la temporalización

- Modificación de la temporalización prevista en un ciclo y/o etapa.
- Modificación de la temporalización de determinados contenidos o criterios de evaluación.

Planes específicos

- De refuerzo

✓ Para los alumnos que no hayan promocionado el curso anterior, se aplicará el mismo plan que el resto de los alumnos del curso.

✓ Este plan de se revisará periódicamente, en diferentes momentos del curso y, en todo caso, a la finalización del mismo, para ver si se adecúa a las criterios de evaluación del curso.

- De recuperación

✓ Para los alumnos que hayan promocionado con la materia pendiente, se establece una continuidad en el aprendizaje, entendiéndose que si en el curso presente supera positivamente las 2 primeras evaluaciones recupera el curso anterior al tener tanto los criterios de evaluación como los contenidos una continuidad respecto a los del curso anterior.

✓ En el caso de que no se aprueben las 2 primeras evaluaciones, se establecerá un plan de recuperación final para que recupere antes del mes de mayo del presente curso, este plan estará referido a contenidos y criterios de evaluación del mismo nivel que los del curso inferior.

- De enriquecimiento curricular

✓ Para el alumnado cuyo progreso y características lo requiera, se aplicará un plan de enriquecimiento curricular que se ajustará a las necesidades y características de cada alumno en concreto.

✓ Dicho plan:

o Incorporará conocimientos multidisciplinares mediante ampliaciones horizontales de contenidos, en especial relación con la materia de Biología y Geología

o Contemplará la metodología didáctica del aprendizaje basado en proyectos, la resolución de problemas de cierta complejidad, el desarrollo de experimentos y/o el aprendizaje cooperativo.

Adaptaciones curriculares:

• De acceso

✓ Se indican las modificaciones o provisión de recursos espaciales, materiales, personales o de comunicación que van a facilitar a determinado alumnado el desarrollo del currículo.

o Material adaptado: En función de la actividad a realizar si es necesario se dispondrá de material adaptado, como pueden ser balones de colores vivos para alumnos con deficiencias visuales o uso de balones más lentos para alumnos con problemas de movilidad

o Ayudas técnicas y tecnológicas: Se usarán medios tecnológicos en la presentación de los contenidos y que ayuden a la adquisición de los criterios de evaluación, siempre y cuando sean necesarios. Un ejemplo puede ser la presentación de gestos técnicos de los distintos deportes a través de vídeos, para que los alumnos con más dificultades tengan más claro lo que deben conseguir

• No significativas

✓ Se reflejan las modificaciones de los elementos no prescriptivos del currículo para el alumnado que lo requiera.

o Tiempos: A los alumnos que lo necesiten se les dejará más tiempo en la realización tanto de los exámenes teóricos como prácticos.

o Actividades: tendrán diferentes niveles de resolución si fuese necesario intentando que sean inclusivas y adaptadas a todo el tipo de alumnado

✓ Adaptaciones según el tipo de necesidad específica para la Educación Física:

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

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

Proponemos a continuación algunas **posibilidades** para llevarlos a cabo:

- Realización de trabajos- fichas relacionados con los contenidos que se están trabajando, para posteriormente exponerlos ante sus compañeros (lo cual otorga un carácter práctico y de utilidad a la tarea).
- Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.
- Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación...

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

crónica o de larga recuperación (enfermedad de Osgood Schlater, soplo fisiológico, escoliosis, asma...) o temporal (esguince de tobillo, fractura de brazo...).

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

Para los alumnos/as que padezcan una discapacidad transitoria (lesionados temporales), proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que realicen las actividades que sean compatibles con la lesión durante el tiempo que ésta permanezca.

- Para los alumnos acatarrados se proponen: estiramientos, respiración, relajación.
- Para los lesionados en una mano: ejercicios del tren inferior.
- Para los lesionados en una pierna: ejercicios con tren superior.
- Para los problemas de espalda: estiramientos y tonificación muscular.
- Para los alumnos asmáticos: atenderemos de forma prioritaria su estado en actividades físicas de más intensidad, dividiremos su trabajo con más descanso, realizarán un calentamiento más suave y progresivo...

• Significativas

✓ Se señalan las modificaciones de los elementos prescriptivos del currículo para el alumnado que lo requiera.

o Competencias específicas: Las modificaciones en estas se realizarán indirectamente a través de las modificaciones que se hagan en los de criterios de evaluación que pertenecen a esas competencias

o Criterios de evaluación: A través de los indicadores de logro de cada uno de los criterios de evaluación se harán las correspondientes adaptaciones, como puede ser la eliminación de alguno de los indicadores o el cambio del porcentaje en el que contribuye a ese criterio.

Todas las adaptaciones que se realicen se plasmarán en el **DIAC** (documento individual de adaptación curricular) que nos facilitará el tutor/a del alumno en colaboración con el orientador/a que atiende al centro y siempre previa evaluación psicopedagógica.

L. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE DEL ALUMNADO Y VINCULACIÓN DE SUS ELEMENTOS.

⇒ 1ºESO

- ⇒ CE de peso 3 supone un 5.3 % cada uno.
- ⇒ CE de peso 2 supone un 3.5% cada uno.

<i>Crterios de evaluacón</i>	<i>Peso CE</i>	<i>Contenidos de materia</i>	<i>Contenidos transversales</i>	<i>Indicadores de logro</i>	<i>Peso IL</i>	<i>Instrumento de evaluacón</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>SA</i>
1.1 Establecer y ejecutar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	3	Bloque A Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano. Bloque C - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.	-La competencia digital - El fomento del espíritu crítico y científico - La educación para la salud	1.1.1. Evalúa y valora su nivel condición física alcanzando niveles dentro de los parámetros saludable acordes a su momento de desarrollo motores, mediante unas pautas personalizadas y a partir de un diagnóstico inicial. (STM5)	25%	Portfolio	Autoevaluación	S2
				1.1.2. Participa en juegos y actividades físicas para la mejora de su condición física y salud. mostrando actitudes de autoexigencia (CPSAA4)	50%	Diario del profesor	Heteroevaluación	S1 S2
				1.1.3 Reconoce las capacidades físicas y coordinativas en las actividades físico- deportivas. (SMT1)	25%	Prueba escrita	Heteroevaluación	S1 S2
1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos subjetivos sencillos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	3	Bloque A Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico.	-Expresión oral y escrita - Comprensión lectora - Educación para la salud - La creatividad	1.2.1. Ejecuta de manera adecuada las actividades que conforman el calentamiento de cada sesión. (STM5)	50%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	S1
				1.2.2 Identifica las partes de un calentamiento y los beneficios que supone una adecuada puesta en práctica de las mismas. (STM1)	25%	Prueba escrita	Heteroevaluación	S1
				1.2.3 Establece la relación de las C.F.B. con los sistemas metabólicos de obtención de energía y el control de la intensidad del esfuerzo,	25%	Portfolio	Autoevaluación	S1

				mediante la Frecuencia Cardíaca y cálculo de la ZAS.(STM1)				
1.3 Empezar a reconocer en sus rutinas diarias errores de aplicación de una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	2	Bloque A -Alimentación saludable. Balance energético y actividad física. -Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura del core (zona media o lumbopélvica).	-Expresión oral y escrita - Comprensión lectora -Educación para la salud. - La formación estética	1.3.1. Conoce los nutrientes necesarios para una alimentación saludable y los identifica en su dieta. (STM2)	25%	Portfolio	Autoevaluación	S8
				1.3.2. Pone en práctica ejercicios de relajación y respiración para la mejora de su postura corporal. (CPSAA4)	50%	Diario del profesor	Heteroevaluación	S6
				1.3.3. Reconoce posturas corporales correctas en incorrectas en actividades cotidianas. (CPSAA2, CPSAA4)	25%	Portfolio	Coevaluación	S6
1.4 Empezar a incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)	3	Bloque B La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.	-Educación para la salud	1.4.1. Realiza una higiene adecuada después de cada sesión de actividad física. (STEM5, CPSAA2)	100 %	Diario del profesor	Heteroevaluación	Transversal
1.5 Comenzar a adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	2	Bloque B - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.	-Comprensión oral y escrita -La competencia digital - El fomento del espíritu crítico y científico - La educación para la salud	1.5.1 Identifica los beneficios de una adecuada activación física antes de cualquier práctica física. (STEM5)	35%	Prueba escrita	Heteroevaluación	S1
				1.5.2. Desarrolla actividades para una vuelta a la calma progresiva y adecuada a la actividad realizada. (CPSAA2)	65%	Diario del profesor	Heteroevaluación	S1
1.6 Conocer los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	2	Bloque B -Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.	La educación para la salud	1.6.1 Conoce y ejecuta el procedimiento básico ante una emergencia. (PAS). (CCL2, STEM2)	100 %	Prueba práctica	Coevaluación	S9

1.7 Analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)	2	<p>Bloque A</p> <p>-Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. Desarrollo de actitudes preventivas.</p> <p>-Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.</p>	<p>-La educación emocional y en valores</p> <p>- La educación para la salud</p>	1.7.1. Muestra actitudes que favorezcan la convivencia, respetando las normas de respeto hacia los demás (STME2, CPSAA2)	50%	Diario del profesor	Heteroevaluación	<i>Transversal</i>
				1.7.2. Reconoce las actitudes y estilos de vida saludables en su vida personal y en el contexto social actual (STME5, CPSAA2)	50%	Portfolio	Heteroevaluación	S8
1.8 Explorar diferentes recursos digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	2	<p>Bloque B</p> <p>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.</p>	-La competencia digital	1.8.1. Descubre y utiliza diferentes aplicaciones (" Apps" como strava, goal fitness, wikiloc...) como recurso para la práctica deportiva. (CD2, CD4)	100 %	Registro anecdótico	Autoevaluación	S13
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, analizando, seleccionando y comunicando información	2	<p>Bloque B</p> <p>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.</p>	-La competencia digital	1.9.1. Utilizada la plataforma educativa Teams desempeñando un uso adecuado para las tareas de educación física. (CD1, CD3, CPSAA4)	65%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	<i>Transversal</i>

relevante y elaborando documentos propios. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)			-El fomento del espíritu crítico y científico	1.9.2. Sabe crear un documento Word y Excel con las características demandas así como enlaces y formularios solicitados para la prácticas educativas. (CCL2, CCL3, CD1)	35%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	S3 10
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)	3	Bloque C - Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas y su aplicación práctica.	-El fomento del espíritu crítico y científico - La educación para la salud -El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	2.1.1. Realiza habilidades individuales básicas implicadas en actividades físico-deportivas de cooperación, competitivas y no competitivas.	65%	Prueba práctica	Coevaluación	S4
				2.1.2. Desempeña el papel de evaluador emitiendo juicios de valor hacia sí mismo y sus compañeros.	35%	Prueba práctica	Coevaluación	S4 S5
2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, con una limitada incertidumbre, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	3	Bloque c Situaciones motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de	- La expresión oral y escrita - La educación para la salud	2.2.1. Resuelve situaciones motrices que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos, aplicando con indicaciones pautas estratégicas básicas de ataque y defensa comunes a los juegos y deportes de oposición, colaboración o colaboración-oposición del nivel educativo, reconociendo los aspectos reglamentarios necesarios para la práctica. (CPSAA4, STME1, SMTE5)	50%	Prueba práctica	Heteroevaluación	S5 S7 S11
				2.2.2. Resuelve situaciones motrices que faciliten el aprendizaje de los fundamentos tácticos y reglamentarios, aplicando con indicaciones, pautas estratégicas básicas de	50%	Prueba teórico-práctica	Coevaluación	S5 S7 S11

		ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.		ataque y defensa comunes a los juegos y deportes de oposición, colaboración o colaboración-oposición del nivel educativo, reconociendo los aspectos reglamentarios necesarios para la práctica., (CPSAA5, STME1, STME5, CE3)				
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	3	BLOQUE C -Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas y su aplicación práctica. Bloque F - Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.	- La educación para la salud	2.3.1. Evidencia suficiente nivel de condición física para controlar y desempeñar las actividades motrices planteadas sin que se desvirtúe la técnica. (CE2, CE3)	35%	Prueba práctica	Autoevaluación	S1
				2.3.2. Demuestra control en las habilidades motrices básicas y específicas de cada deporte (ESGRIMA, FÚTBOL, INTERCROSS) o actividad permitiendo una adecuada resolución de problemas motores planteados.(STME1,CPSAA5,CE 3)	65%	Prueba práctica	Heteroevaluación	S5 S7 S11
2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución de estas. (CPSAA1, CE2, CE3)	3	Bloque B - Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte. Bloque D - Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.	- La educación emocional y en valores	2.4 .1. Participar en las diferentes actividades propuestas para el desempeño de los diferentes deportes y juegos, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución de las mismas. (CPSAA1, CE2, CE3)	100 %	Diario del profesor	Heteroevaluación	Transversal



		Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.						
3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	3	Bloque B - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.	- La educación emocional y en valores - El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	3.1.1. Asume el rol de juez, árbitro, participante o público con respeto, de manera justa y coherente demostrando actitudes prosociales. (CCL1, CPSAA3, CC1, CC3)	25%	Registro anecdótico	Coevaluación	S4 S5
				3.1.2. Realiza y se involucra de manera adecuada en las tareas y roles diarios de clase. (CPSAA1,CC2)	75%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	Transversal
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	3	Bloque D - Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. - Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos	- El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	3.2.1 Cooperar y colabora comprendiendo y desempeñado los diferentes roles que se le asignen no importando cual fuese, en todas las actividades físicas planteadas (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	100 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	Transversal



		violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBifóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.						
3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	3	<p>Bloque D</p> <p>-Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.</p> <p>Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.</p> <p>- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.</p> <p>- Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBifóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p>	<p>- El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p> <p>- La igualdad de género</p> <p>-La educación emocional y en valores</p>	3.3.1. Muestra respeto ante cualquier situación y ante cualquier compañero no importando su condición afectivo-sexual, de origen, lengua, étnica, socioeconómica o nivel de competencia motriz, desarrollando habilidades de comprensión y ayuda cuando estos la necesiten sea cual sea el problema surgido.(CP3, CPSAA1, CC2, CCEC3)	75%	Diario del profesor	Heteroevaluación	<i>Transversal</i>
				3.3.2. Analiza diferentes situaciones deportivas mostrando una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CPSAA3, CC1, CC3)	25%	Portfolio	Heteroevaluación	



<p>4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	3	<p>Bloque E</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. - Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación. - Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Deporte y perspectiva de género: Presencia y relevancia de figuras del deporte masculinas y femeninas. 	<ul style="list-style-type: none"> - La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable 	<p>4.1.1. Participa y colabora en deportes autóctonos de la comunidad y de la provincia mostrando actitudes de esfuerzo y colaboración. (CC2, CCEC1)</p>	50%	Registro anecdótico	Coevaluación	S10
<p>4.2 Participar en diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	3	<ul style="list-style-type: none"> - Deporte y perspectiva de género: Presencia y relevancia de figuras del deporte masculinas y femeninas. 	<ul style="list-style-type: none"> - La formación estética - La igualdad de género 	<p>4.2.1. Participa en diferentes actividades rítmicas y expresivas reconociendo las implicaciones de las mismas en el desarrollo integral de la persona, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	100 %	Diario del profesor	Heteroevaluación	S3
<p>4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. 	<ul style="list-style-type: none"> - La formación estética - La igualdad de género 	<p>4.3.1. Colabora en la planificación y creación de sencillos montajes artísticos individuales o colectivos. (CCL1, CPAA3, CC3, CCEC1)</p>	35%	Registro anecdótico	Coevaluación	

autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)		Técnicas de interpretación. - Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.	- El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	4.3.2. Participa en montajes artísticos comunicando emociones, sentimientos e ideas con desinhibición y creatividad por medio de técnicas de expresión corporal que combinen espacio, ritmo e intensidad (mimo, drama, baile, danza, etc.).(CPAA3,CCEC2,CCEC3,CCE C4)	65%	Prueba práctica	Coevaluación	S3
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	3	Bloque F - Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos. - Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos	- La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable	5.1.1 Completa diferentes actividades de rastreo por parejas, tomando decisiones de manera consensuada. (STEM5, CE1, CC4)	100 %	Prueba práctica	Heteroevaluación	S12
				5.2.1 Participa de manera activa en recorridos en el medio natural o urbano, asumiendo la <u>responsabilidad para su conservación</u> , colaborando en la limpieza y mantenimiento. (CC4, CE1)	65%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	S12
5.2 Iniciar la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)	3	- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.	- La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable	5.2.2 Respeto las normas de seguridad acordadas en las actividades en el medio natural y urbano, valorando su <u>salud y reflexionando sobre las posibilidades deportivas de su entorno natural</u> . (CC4, CE3).	35%	Registro anecdótico	Coevaluación	S12



- | | | | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos | | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|--|--|

⇒ **2º ESO**

A continuación, se asignan los instrumentos con los que se evaluarán cada criterio de evaluación/indicadores de logro para 2º ESO:

2º ESO

Criterios de evaluación	Indicadores de logro	Instrumento de evaluación
1.1	1.1.1	Examen teórico
	1.1.2	Cuaderno de prácticas
	1.1.3	Cuaderno de prácticas
	1.1.4	Cuaderno de prácticas
1.2	1.2.1	Examen teórico
	1.2.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor
	1.2.3	Cuaderno de prácticas
1.3	1.3.1	Examen teórico
	1.3.2	Examen teórico
	1.3.3	Cuaderno de prácticas
	1.3.4	Examen teórico
	1.3.5	Cuaderno de prácticas
1.4	1.4.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor
	1.4.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor
1.5	1.5.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor
1.6	1.6.1	Examen teórico
	1.6.2	Hoja de observación Rúbrica
1.7	1.7.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor
	1.7.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor
1.8	1.8.1	Cuaderno de prácticas
1.9	1.9.1	Cuaderno de prácticas
2.1	2.1.1	Hoja de observación Rúbrica
	2.1.2	Hoja de observación- autoevaluación
2.2	2.2.1	Examen teórico
	2.2.2	Hoja de observación Rúbrica
2.3	2.3.1	Examen teórico
	2.3.2	Hoja de observación Rúbrica
2.4	2.4.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor
3.1	3.1.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor

		obs erva ción Rúb rica											
1.7	1.7. 1	Regi stro ane cdó tico Cua der no prof esor	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	1.7. 2	Regi stro ane cdó tico Cua der no prof esor	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
1.8	1.8. 1	Cua der no de prác ticas		X									
1.9	1.9. 1	Cua der no de prác ticas	X							X			
2.1	2.1. 1	Hoja de obs erva ción Rúb rica				X	X	X	X		X		
	2.1. 2	Hoja de obs erva ción				X	X	X	X		X		

		anecdótico Cuaderno profesor										
	5.2.2	Hoja de observación Rúbrica										X

En relación con los agentes evaluadores:

- ✓ Se utilizará la heteroevaluación, la autoevaluación y la coevaluación.
- ✓ A continuación, se determina el tipo de evaluación que se aplicará según los agentes evaluadores, vinculándolo a cada instrumento de evaluación, según los criterios de evaluación e indicadores de logro que evalúan.

2º ESO

Criterios de evaluación	Indicadores de logro	Instrumento de evaluación	Participación alumnado		
			Profesorado Heteroevaluación	Autoevaluación	Coevaluación
1.1	1.1.1	Examen teórico	X		
	1.1.2	Cuaderno de prácticas	X		
	1.1.3	Cuaderno de prácticas	X		
	1.1.4	Cuaderno de prácticas	X		
1.2	1.2.1	Examen teórico	X		
	1.2.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	1.2.3	Cuaderno de prácticas	X		
1.3	1.3.1	Examen teórico	X		
	1.3.2	Examen teórico	X		
	1.3.3	Cuaderno de prácticas	X		

	1.3.4	Examen teórico	X		
	1.3.5	Cuaderno de prácticas	X		
1.4	1.4.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	1.4.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
1.5	1.5.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
1.6	1.6.1	Examen teórico	X		
	1.6.2	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X
1.7	1.7.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	1.7.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
1.8	1.8.1	Cuaderno de prácticas	X		
1.9	1.9.1	Cuaderno de prácticas	X		
2.1	2.1.1	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X
	2.1.2	Hoja de observación- autoevaluación		X	
2.2	2.2.1	Examen teórico	X		
	2.2.2	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X
2.3	2.3.1	Examen teórico	X		
	2.3.2	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X

2.4	2.4.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
3.1	3.1.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	3.1.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
3.2	3.2.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	3.2.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	3.2.3	Coevaluación grupal- hoja de observación			X
3.3	3.3.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	3.3.2	Trabajo teórico-práctico	X		
4.1	4.1.1	Examen teórico	X		
	4.1.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	4.1.3	Trabajo escrito	X		
4.2	4.2.1	Trabajo teórico-práctico	X		
4.3	4.3.1	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X
5.1	5.1.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
5.2	5.2.1	Registro anecdótico	X		

		Cuaderno profesor			
	5.2.2	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X

En relación con los criterios de calificación:

- ✓ Se establecen los criterios de calificación (o peso) de cada uno de los criterios de evaluación de la materia.

2º ESO

Criterios de evaluación	Criterios de calificación
1.1	10%
1.2	5%
1.3	5%
1.4	2%
1.5	5%
1.6	2%
1.7	1%
1.8	1%
1.9	1%
2.1	15%
2.2	5%
2.3	5%
2.4	10%
3.1	10%
3.2	5%
3.3	5%
4.1	1%
4.2	1%
4.3	4%
5.1	4%
5.2	5%

En virtud de la relación entre instrumentos y criterios de evaluación, se determinan, a continuación, los criterios de calificación de cada instrumento de evaluación:

2º ESO

Instrumentos de evaluación	Peso (%)
Examen teórico	57%
Registro anecdótico	41%
Cuaderno profesor	

Cuaderno de prácticas	13%
Hoja de observación	37'6%
Rúbrica	
Trabajo teórico-práctico	2'5%
Trabajo escrito	0'2%

En virtud de la relación entre situaciones de aprendizaje y criterios de evaluación, se determinan, a continuación, los criterios de calificación de cada situación de aprendizaje:

2º ESO

Situaciones de aprendizaje	Peso (%)
Situación de aprendizaje 1	6'4%
Situación de aprendizaje 2	19'4%
Situación de aprendizaje 3	9'4%
Situación de aprendizaje 4	9,4%
Situación de aprendizaje 5	9'4%
Situación de aprendizaje 6	9'4%
Situación de aprendizaje 7	9'4%
Situación de aprendizaje 8	3%
Situación de aprendizaje 9	11'4%
Situación de aprendizaje 10	12'8%

2º ESO

-Criterios de evaluación desglosados en indicadores de logro

1.1 Organizar y complementar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)

1.1.1 Conoce las bases del desarrollo de las capacidades físicas

1.1.2 Realiza actividades encaminadas al desarrollo de sus capacidades físicas

1.1.3 Lleva a cabo un estilo de vida activo

1.1.4 Analiza los resultados de su evolución en la condición física

1.2 Incorporar con autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos variados de control de la intensidad de las actividades. (STEM1, STEM5)

1.2.1 Conoce como se realizan los calentamientos y las vueltas a la calma

1.2.2 Elabora calentamiento y vueltas a la calma

1.2.3 Interpreta las frecuencias cardíacas como forma de control de su actividad

1.3 Empezar a introducir en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)

1.3.1 Conoce las bases de la alimentación equilibrada

1.3.2 Conoce las bases de la educación postural

1.3.3 Demuestra una correcta educación postural en las actividades

1.3.4 Conoce las bases de la respiración y relajación

1.3.5 Realiza correctamente actividades de respiración y relajación

1.4 Incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)

1.4.1 Lleva a cabo prácticas que preserven la higiene corporal

1.4.2 Muestra hábitos físicos que contribuyan a la salud en su vida diaria

1.5 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)

1.5.1 Muestra actitudes que contribuyen a la seguridad en la actividad física

1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)

1.6.1 Conoce los pasos de actuación en los primeros auxilios

1.6.2 Sabe aplicar los primeros auxilios

1.7 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)

1.7.1 Muestra actitudes que indiquen comportamientos en la preservación de la salud

1.7.2 Muestra actitudes que favorezcan la convivencia

1.8 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)

1.8.1 Utiliza apps en la realización de actividad física de manera segura

1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando, seleccionando y comunicando información relevante, elaborando documentos propios y haciendo exposiciones y argumentaciones de estos. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)

1.9.1 Usa las TICs para desarrollar su aprendizaje

2.1 Desarrollar de manera progresivamente autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo,

incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.
(STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)

2.1.1 Realiza ejecuciones de las actividades físico-deportivas que se propongan ajustándose a los requisitos establecidos

2.1.2 Usa la autoevaluación y la coevaluación en aprendizaje

2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)

2.2.1 Conoce los fundamentos tácticos de las actividades deportivas propuestas

2.2.2 Aplica los fundamentos tácticos en las actividades para conseguir ventaja

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)

2.3.1 Conoce las bases sobre las que se asientan los distintos deportes

2.3.2 Realiza ejecuciones de las actividades físico-deportivas que se propongan ajustándose a los requisitos establecidos

2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades. (CPSAA1, CE2, CE3)

2.4.1 Muestra una participación activa en la realización de las actividades

3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)

3.1.1 Muestra una participación activa en la realización de las actividades

3.1.2 Cumple con las normas establecidas para la convivencia y el desempeño de las clases

3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)

3.2.1 Muestra una participación activa en la realización de las actividades

3.2.2 Cumple con las normas establecidas para la convivencia y el desempeño de las clases

3.2.3 Colabora en el diseño de proyectos o trabajos grupales

3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual,

de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)

3.3.1 Cumple con las normas establecidas para la convivencia y el desempeño de las clases

3.3.2 Analiza y se posiciona ante distintas situaciones contrarias a los valores sociales actuales

4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. (CC2, CC3, CEC1, CCEC3, CCEC4)

4.1.1 Conoce manifestaciones motrices relevantes en la actualidad y las tradicionales

4.1.2 Participa en los juegos y manifestaciones artístico-expresivas

4.1.3 Contribuye a la conservación de los juegos manifestaciones artístico-expresivas

4.2 Experimentar y analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.2.1 Identifica, analiza y se posiciona ante actitudes relacionadas con los valores de no discriminación por sexo

4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)

4.3.1 Elabora composiciones corporales ajustándose a los requisitos de las mismas

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)

5.1.1 Participa en actividades en el medio natural respetando las normas de conservación e identificando su incidencia en el entorno

5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)

5.2.1 Participa en actividades en el entorno respetando las normas de seguridad

5.2.2 Realiza actividades en el entorno adaptándose a los requisitos de ejecución de las mismas

-Contenidos desglosados en unidades concretas de trabajo

A.-Vida activa y saludable

Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias, de relajación y su aplicación. Musculatura del *core* (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento y su relación con el mantenimiento de la postura. Reconocimiento de posturas incorrectas propias y su corrección. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.

- ✓ Conceptos básicos sobre alimentación, condición física, calentamiento y vuelta a la calma, e higiene postural
- ✓ Desarrollo de métodos básicos de condición física y sus efectos
- ✓ Análisis y práctica de posturas corporales en situaciones cotidianas y deportivas
- ✓ Ejercicios de fortalecimiento postural
- ✓ Activación corporal y vuelta a la calma en la actividad física

Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. Desarrollo de actitudes preventivas.

- ✓ Actividad física y salud.
- ✓ Investigación sobre distintos hábitos perjudiciales para la salud

Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.

- ✓ El ejercicio físico como medio para conocer las posibilidades y de aumentar la autoestima
- ✓ La actividad física y su influencia en la salud mental
- ✓ Actitudes negativas asociadas a la actividad física
- ✓ Conceptos básicos sobre la alimentación equilibrada

B.-Organización y gestión de la actividad física

Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

- ✓ Normas reglamentarias sobre baloncesto, atletismo, palas-bádminton, deportes alternativos y tradicionales
- ✓ Aspectos tácticos básicos de baloncesto, atletismo, palas-bádminton, deportes alternativos y tradicionales

Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.

- ✓ Autoconstrucción de materiales de deportes tradicionales y alternativos

La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

- ✓ Normas básicas de higiene asociadas a la actividad física

Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

- ✓ Test de condición física como medio de evaluación del nivel de partida y de la mejora
- ✓ Análisis técnicos y tácticos como medios de autoevaluación y punto de partida para la mejora

Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.

- ✓ Uso de herramientas simples como el cronómetro para gestionar la intensidad del esfuerzo

Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía.

Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

- ✓ Normas de participación en clase
- ✓ Uso adecuado del material necesario e instalaciones en la clase de actividad física

Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

- ✓ Fundamentos de la actuación en accidentes deportivos

C.-Resolución de problemas en situaciones motrices

Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.

- ✓ Técnica de ejercicios de tonificación muscular, atletismo, combas y deportes tradicionales
- ✓ Técnica y táctica en deportes de palas-bádminton y juegos tradicionales de adversario
- ✓ Técnica y táctica del baloncesto y juegos tradicionales de grupo

Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

- ✓ Técnica de ejercicios de tonificación muscular y de atletismo, combas y deportes tradicionales
- ✓ Técnica y táctica en deportes de palas-bádminton y juegos tradicionales de adversario
- ✓ Técnica y táctica del baloncesto y juegos tradicionales de grupo

Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

- ✓ Medios de desarrollo de las distintas capacidades físicas básicas

Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica.

- ✓ Técnica de ejercicios de tonificación muscular y de atletismo, combas y deportes tradicionales
- ✓ Técnica y táctica en deportes de palas-bádminton y juegos tradicionales de adversario
- ✓ Técnica y táctica del baloncesto y juegos tradicionales de grupo

Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.

- ✓ Estructuras rítmicas para crear una composición

Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.

- ✓ Factores que inciden negativamente en la práctica físico-deportiva

D.-Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

- ✓ Situaciones reto en actividades físicas individuales y de equipo

Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

- ✓ Normas de comportamiento en situaciones de interacción social: juegos, actividades físicas y deportivas

Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

✓ Reglamento básico de baloncesto, palas-bádminton, atletismo y juegos tradicionales
Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

- ✓ Normas de convivencia básicas en Educación Física que rechazan el comportamiento violento y la discriminación

E.-Manifestaciones de la cultura motriz

Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.

- ✓ Juegos y deportes tradicionales de Castilla y León

Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación y dramatización.

- ✓ La percusión como medio para transmitir un mensaje

Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

- ✓ Percusión, técnica básica y elaboración de montaje

Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos, etc.).

- ✓ Figuras deportivas del atletismo y deportes de raqueta

Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

- ✓ Aspectos positivos y negativos del deporte de competición

F.-Interacción eficiente y sostenible con el entorno

Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.

- ✓ Normas básicas de movilidad en el centro y en actividades en espacios cercanos
La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

- ✓ Normas básicas en el uso de la bicicleta
Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour*, *skate* u otras manifestaciones similares).

- ✓ El parkour: fundamentos técnicos y normas de seguridad
Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.

- ✓ Normas de seguridad en parkour y orientación
Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.

- ✓ Autoconstrucción de materiales de deportes tradicionales
Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.

- ✓ El parkour: fundamentos técnicos y normas de seguridad
- ✓ Rastreo: fundamentos técnicos y normas de seguridad
Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

- ✓ Normas de uso del medio natural y urbano en prácticas físicas

-Criterios de evaluación junto con los contenidos con los que se relacionan a través de los indicadores de logro

1.1 Organizar y complementar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)

1.1.1 Conoce las bases del desarrollo de las capacidades físicas básicas, en concreto de la resistencia y la flexibilidad

1.1.2 Realiza actividades encaminadas al desarrollo de sus capacidades físicas, especialmente de la resistencia y la flexibilidad

1.1.3 Lleva a cabo un estilo de vida activo, usando un registro de su actividad

1.1.4 Analiza los resultados de su evolución en la condición física a través del empleo de los test de condición física

1.2 Incorporar con autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos variados de control de la intensidad de las actividades. (STEM1, STEM5)

1.2.1 Conoce como se realizan los calentamientos y las vueltas a la calma, distinguiendo sus fases

1.2.2 Elabora calentamiento y vueltas a la calma, ajustando la elaboración a las distintas fases y requisitos

1.2.3 Interpreta las frecuencias cardíacas como forma de control de su actividad, distinguiendo las distintas zonas de trabajo

1.3 Empezar a introducir en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)

1.3.1 Conoce las bases de la alimentación equilibrada, cuales son las necesidades básicas diarias y la distribución en comidas

1.3.2 Conoce las bases de la educación postural, tanto en posturas de la vida cotidiana como en la actividad física

1.3.3 Demuestra una correcta educación postural en las actividades de acondicionamiento físico en ejercicios básicos de tonificación

1.3.4 Conoce las bases de la respiración y relajación, en cuanto a las fases y a sus efectos

1.3.5 Realiza correctamente actividades de respiración y relajación, utilizando distintas técnicas.

1.4 Incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)

1.4.1 Lleva a cabo prácticas que preserven la higiene corporal, uso de medidas básicas de higiene en Educación Física

1.4.2 Muestra hábitos físicos que contribuyan a la salud en su vida diaria, utilizando las normas básicas de realización de actividades

1.5 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)

1.5.1 Muestra actitudes que contribuyen a la seguridad en la actividad física, siguiendo las normas de utilización de instalaciones, materiales y normas de seguridad

1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)

1.6.1 Conoce los pasos de actuación en los primeros auxilios en accidentes comunes en la actividad física

1.6.2 Sabe aplicar los primeros auxilios ante pequeños accidentes que surjan en la actividad física

1.7 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)

1.7.1 Muestra actitudes que indiquen comportamientos en la preservación de la salud a través del uso de las medidas de seguridad establecidas

1.7.2 Muestra actitudes que favorezcan la convivencia, respetando las normas de respeto hacia los demás

1.8 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)

1.8.1 Utiliza apps en la realización de actividad física de manera segura, a través del uso de aplicaciones como el Teams

1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando, seleccionando y comunicando información relevante, elaborando documentos propios y haciendo exposiciones y argumentaciones de estos. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)

1.9.1 Usa las TICs para desarrollar su aprendizaje, ampliando y buscando información sobre postura corporal y juegos tradicionales

2.1 Desarrollar de manera progresivamente autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)

2.1.1 Realiza ejecuciones de baloncesto, palas-bádminton, atletismo, combas, juegos tradicionales y parkour ajustándose a los requisitos técnicos de cada uno

2.1.2 Usa la autoevaluación y la coevaluación en aprendizaje de baloncesto, palas-bádminton, atletismo, combas, juegos tradicionales y parkour

2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)

2.2.1 Conoce los fundamentos tácticos de baloncesto, palas-bádminton y juegos tradicionales

2.2.2 Aplica los fundamentos tácticos en baloncesto, palas-bádminton y juegos tradicionales para conseguir ventaja

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)

2.3.1 Conoce las bases sobre las que se asientan el baloncesto, el atletismo, palas-bádminton, los juegos tradicionales, las combas y el parkour

2.3.2 Realiza ejecuciones de baloncesto, palas-bádminton, atletismo, combas, juegos tradicionales y parkour ajustándose a los requisitos establecidos

2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades. (CPSAA1, CE2, CE3)

2.4.1 Muestra una participación activa en la realización de acondicionamiento físico, ritmo, baloncesto, palas-bádminton, atletismo, combas, juegos tradicionales y parkour

3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)

3.1.1 Muestra una participación activa en la realización de acondicionamiento físico, ritmo, baloncesto, palas-bádminton, atletismo, combas, juegos tradicionales y parkour

3.1.2 Cumple con las normas establecidas para la convivencia y el desempeño de las clases, siguiendo las medidas de seguridad establecidas, el uso adecuado del material e instalaciones y el respeto a los compañeros

3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)

3.2.1 Muestra una participación activa en la realización de acondicionamiento físico, ritmo, baloncesto, palas-bádminton, atletismo, combas, juegos tradicionales y parkour

3.2.2 Cumple con las normas establecidas para la convivencia y el desempeño de las clases

3.2.3 Colabora en el diseño de proyectos de ritmo

3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)

3.3.1 Cumple con las normas establecidas para la convivencia y el desempeño de las clases

3.3.2 Analiza y se posiciona ante distintas situaciones contrarias a la igualdad de género, de discriminación por origen, condición o raza

4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. (CC2, CC3, CEC1, CCEC3, CCEC4)

4.1.1 Conoce manifestaciones motrices de su entorno

4.1.2 Participa en los juegos y manifestaciones de ritmo

4.1.3 Contribuye a la conservación de los juegos manifestaciones artístico-expresivas de su entorno

4.2 Experimentar y analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.2.1 Muestra actitudes relacionadas con los valores de no discriminación por sexo

4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)

4.3.1 Elabora composiciones de ritmo y percusión ajustándose a los requisitos de las mismas

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)

5.1.1 Participa en rastreos y parkour respetando las normas de conservación del entorno

5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)

5.2.1 Participa en rastreos y parkour respetando las normas de seguridad

5.2.2 Realiza rastreos y parkour adaptándose a los requisitos de ejecución de las mismas

CRONCECION DE ELEMENTOS TRANSVERSALES

2º ESO

Contenidos transversales	Situaciones de aprendizaje									
	SA 1	SA 2	SA 3	SA 4	SA 5	SA 6	SA 7	SA 8	SA 9	SA 10
La comprensión lectora	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
La expresión oral y escrita	✓								✓	
La comunicación audiovisual			✓						✓	
La competencia digital			✓						✓	
El emprendimiento social y empresarial										✓
El fomento del espíritu crítico y científico	✓	✓						✓		
La educación emocional y en valores			✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓
La igualdad de género		✓		✓	✓	✓	✓	✓		
La creatividad			✓							
Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso crítico y responsable			✓						✓	

Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza			✓						✓	
La educación para la salud	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
La formación estética			✓							
La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable									✓	✓
El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

⇒ 3º ESO

A continuación, se asignan los instrumentos con los que se evaluarán cada criterio de evaluación/indicadores de logro para 3º ESO:

3º ESO

Criterios de evaluación	Indicadores de logro	Instrumento de evaluación
1.1	1.1.1	Examen teórico
	1.1.2	Trabajo teórico-práctico
	1.1.3	Cuaderno de prácticas
	1.1.4	Cuaderno de prácticas
1.2	1.2.1	Examen teórico
	1.2.2	Trabajo teórico-práctico
	1.2.3	Hoja de observación Rúbrica
1.3	1.3.1	Examen teórico
	1.3.2	Trabajo teórico-práctico
	1.3.3	Examen teórico
	1.3.4	Hoja de observación Rúbrica
	1.3.5	Examen teórico
	1.3.6	Hoja de observación Rúbrica
1.4	1.4.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor
	1.4.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor
1.5	1.5.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor
1.6	1.6.1	Examen teórico
	1.6.2	Hoja de observación Rúbrica
1.7	1.7.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor
	1.7.2	Trabajo teórico-práctico
1.8	1.8.1	Trabajo teórico-práctico
1.9	1.9.1	Trabajo teórico-práctico
2.1	2.1.1	Hoja de observación

		Rúbrica
2.2	2.2.1	Examen teórico
	2.2.2	Hoja de observación Rúbrica
2.3	2.3.1	Examen teórico
	2.3.2	Hoja de observación Rúbrica
2.4	2.4.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor
	2.4.2	Cuaderno de prácticas
3.1	3.1.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor
	3.1.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor
	3.1.3	Proyecto
3.2	3.2.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor
	3.2.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor
	3.2.3	Hoja observación- coevaluación
3.3	3.3.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor
	3.3.2	Trabajo teórico-práctico
4.1	4.1.1	Examen teórico
	4.1.2	Hoja de observación Rúbrica
	4.1.3	Hoja de observación Rúbrica
4.2	4.2.1	Cuaderno de prácticas
4.3	4.3.1	Hoja de observación Rúbrica
5.1	5.1.1	Hoja de observación Rúbrica
	5.1.2	Trabajo teórico-práctico
5.2	5.2.1	Trabajo teórico-práctico
	5.2.2	Hoja de observación Rúbrica

En relación con los momentos de la evaluación:

- ✓ La evaluación será continua sin perjuicio de la realización, a comienzo de curso, de una evaluación inicial. En todo caso, la unidad temporal de programación será la situación de aprendizaje.
- ✓ Las técnicas e instrumentos deberán aplicarse de forma sistemática y continua a lo largo de todo el proceso educativo.
- ✓ A continuación, se determina en qué momento se aplicará cada instrumento de evaluación, según los criterios de evaluación e indicadores de logro que evalúan.

		ctico										
1.8	1.8.1	Tra baj o teór ico- prá ctic o	X	X								
1.9	1.9.1	Tra baj o teór ico- prá ctic o	X	X				X				
2.1	2.1.1	Hoj a de obs erv ació n Rúb rica			X	X	X			X	X	X
2.2	2.2.1	Exa me n teór ico				X	X					
	2.2.2	Hoj a de obs erv ació n Rúb rica				X	X					
2.3	2.3.1	Exa me n teór ico			X	X	X			X	X	
	2.3.2	Hoj a de obs erv			X	X	X			X	X	

		o anecdotico Cuaderno profesor										
	3.2.2	Registro anecdotico Cuaderno profesor	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	3.2.3	Hoja observación-coevaluación			X	X						
3.3	3.3.1	Registro anecdotico Cuaderno profesor	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	3.3.2	Trajo teórico-práctico							X			

		ico-práctico										
5.2	5.2.1	Trabajo teórico-práctico										X
	5.2.2	Hoja de observación Rúbrica										X

En relación con los agentes evaluadores:

- ✓ Se utilizará la heteroevaluación, la autoevaluación y la coevaluación.
- ✓ A continuación, se determina el tipo de evaluación que se aplicará según los agentes evaluadores, vinculándolo a cada instrumento de evaluación, según los criterios de evaluación e indicadores de logro que evalúan.

3º ESO

Criterios de evaluación	Indicadores de logro	Instrumento de evaluación	Participación alumnado		
			Profesorado Heteroevaluación	Autoevaluación	Coevaluación
1.1	1.1.1	Examen teórico	X		
	1.1.2	Trabajo teórico-práctico	X		
	1.1.3	Cuaderno de prácticas	X		
	1.1.4	Cuaderno de prácticas	X		
1.2	1.2.1	Examen teórico	X		
	1.2.2	Trabajo teórico-práctico	X		
	1.2.3	Hoja de observación Rúbrica	X	X	

1.3	1.3.1	Examen teórico	X		
	1.3.2	Trabajo teórico-práctico	X		
	1.3.3	Examen teórico	X		
	1.3.4	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X
	1.3.5	Examen teórico	X		
	1.3.6	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X
1.4	1.4.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	1.4.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
1.5	1.5.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
1.6	1.6.1	Examen teórico	X		
	1.6.2	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X
1.7	1.7.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	1.7.2	Trabajo teórico-práctico	X		
1.8	1.8.1	Trabajo teórico-práctico	X		
1.9	1.9.1	Trabajo teórico-práctico	X		
2.1	2.1.1	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X

2.2	2.2.1	Examen teórico	X		
	2.2.2	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X
2.3	2.3.1	Examen teórico	X		
	2.3.2	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X
2.4	2.4.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	2.4.2	Cuaderno de prácticas	X		
3.1	3.1.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	3.1.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	3.1.3	Proyecto	X		X
3.2	3.2.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	3.2.2	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	3.2.3	Hoja observación- coevaluación			X
3.3	3.3.1	Registro anecdótico Cuaderno profesor	X		
	3.3.2	Trabajo teórico- práctico	X		
4.1	4.1.1	Examen teórico	X		
	4.1.2	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X

	4.1.3	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X
4.2	4.2.1	Cuaderno de prácticas	X		
4.3	4.3.1	Hoja de observación Rúbrica	X	X	X
5.1	5.1.1	Hoja de observación Rúbrica	X		
	5.1.2	Trabajo teórico-práctico	X		
5.2	5.2.1	Trabajo teórico-práctico	X		
	5.2.2	Hoja de observación Rúbrica	X		

En relación con los criterios de calificación:

- ✓ Se establecen los criterios de calificación (o peso) de cada uno de los criterios de evaluación de la materia.
- ✓ 3º ESO

Criterios de evaluación	Criterios de calificación
1.1	10%
1.2	5%
1.3	2%
1.4	2%
1.5	5%
1.6	5%
1.7	1%
1.8	1%
1.9	1%
2.1	15%
2.2	5%
2.3	5%
2.4	10%
3.1	10%
3.2	5%
3.3	5%
4.1	2%
4.2	1%
4.3	3%
5.1	2%
5.2	5%

- ✓
- ✓ En virtud de la relación entre instrumentos y criterios de evaluación, se determinan, a continuación, los criterios de calificación de cada instrumento de evaluación:
- ✓ 3º ESO

Instrumentos de evaluación	Peso (%)
Examen teórico	4'5%
Registro anecdótico Cuaderno profesor	31%
Cuaderno de prácticas	7'9%
Hoja de observación Rúbrica	41'4%
Trabajo teórico-práctico	13'2%
Proyecto	2%

- ✓ En virtud de la relación entre situaciones de aprendizaje y criterios de evaluación, se determinan, a continuación, los criterios de calificación de cada situación de aprendizaje:

3º ESO

Situaciones de aprendizaje	Peso (%)
Situación de aprendizaje 1	6%
Situación de aprendizaje 2	17%
Situación de aprendizaje 3	9%
Situación de aprendizaje 4	16%
Situación de aprendizaje 5	16%
Situación de aprendizaje 6	2%
Situación de aprendizaje 7	5%
Situación de aprendizaje 8	13%
Situación de aprendizaje 9	8%
Situación de aprendizaje 10	8%

3º ESO

-Criterios de evaluación desglosados en indicadores de logro

1.1 Autorregular la práctica organizada de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)

1.1.1 Conoce las bases del desarrollo de las capacidades físicas

1.1.2 Elabora entrenamientos de desarrollo de las capacidades físicas

1.1.3 Lleva a cabo un estilo de vida activo

1.1.4 Analiza el desarrollo de sus capacidades

1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)

- 1.2.1 Conoce como se realizan los calentamientos y las vueltas a la calma
- 1.2.2 Elabora calentamiento y vueltas a la calma
- 1.2.3 Pone en práctica calentamientos y vueltas a la calma adecuados
- 1.3 Introducir en sus rutinas diarias el desarrollo de una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)
 - 1.3.1 Conoce las bases de la alimentación equilibrada
 - 1.3.2 Elabora dietas en función de sus características y gasto energético
 - 1.3.3 Conoce las bases de la educación postural
 - 1.3.4 Demuestra una correcta educación postural en las actividades
 - 1.3.5 Conoce las bases de la relajación
 - 1.3.6 Realiza correctamente actividades de relajación
- 1.4 Comenzar a adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)
 - 1.4.1 Lleva a cabo prácticas que preserven la higiene corporal
 - 1.4.2 Muestra hábitos físicos que contribuyan a la salud en su vida diaria
- 1.5 Empezar a adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)
 - 1.5.1 Muestra actitudes que contribuyen a la seguridad en la actividad física
- 1.6 Conocer los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)
 - 1.6.1 Conoce los pasos de actuación en los primeros auxilios
 - 1.6.2 Sabe aplicar los primeros auxilios
- 1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)
 - 1.7.1 Muestra actitudes que indiquen comportamientos en la preservación de la salud
 - 1.7.2 Analiza los estereotipos relacionados con lo corporal y emitir juicios de valor
- 1.8 Desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)
 - 1.8.1 Utiliza apps en la realización de actividad física de manera segura

1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)

1.9.1 Usa las TICs para desarrollar su aprendizaje

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)

2.1.1 Realiza ejecuciones de las actividades físico-deportivas que se propongan ajustándose a los requisitos establecidos

2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)

2.2.1 Conoce los fundamentos tácticos de las actividades deportivas propuestas

2.2.2 Aplica los fundamentos tácticos en las actividades para conseguir ventaja

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)

2.3.1 Conoce las bases sobre las que se asientan los distintos deportes

2.3.2 Resuelve los errores comunes con soluciones ajustadas al modelo

2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades y valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)

2.4.1 Muestra una participación activa en la realización de las actividades

2.4.2 Valora los errores y aciertos de sus ejecuciones

3.1 Practicar y colaborar en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)

3.1.1 Muestra una participación activa en la realización de las actividades

3.1.2 Cumple con las normas establecidas para la convivencia y el desempeño de las clases

3.1.3 Elabora proyectos de actividad física

3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con progresiva autonomía en la toma de decisiones

vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)

3.2.1 Muestra una participación activa en la realización de las actividades

3.2.2 Cumple con las normas establecidas para la convivencia y el desempeño de las clases

3.2.3 Colabora en el diseño de proyectos o trabajos grupales

3.3 Relacionarse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)

3.3.1 Cumple con las normas establecidas para la convivencia y el desempeño de las clases

3.3.2 Analiza y se posiciona ante distintas situaciones contrarias a los valores sociales actuales

4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes y evolución. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.1.1 Conoce manifestaciones motrices relevantes en la actualidad y las tradicionales

4.1.2 Identifica componentes culturales que no se ajustan a los valores sociales actuales

4.1.3 Practica actividades tradicionales ajustándose a los requisitos de las mismas

4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.2.1 Analiza y se posiciona ante distintas situaciones contrarias a los valores sociales actuales referidos a comportamientos sexistas

4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)

4.3.1 Elabora composiciones corporales ajustándose a los requisitos de las mismas

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)

5.1.1 Participa en actividades en el medio natural respetando las normas de conservación

5.1.2 Propone actuaciones para la conservación y mejora de los espacios

5.2 Organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)

5.2.1 Organiza actividades en el entorno cercano usando parámetros adecuados

5.2.2 Realiza actividades en el entorno adaptándose a los requisitos de ejecución de las mismas

-Contenidos desglosados en unidades concretas de trabajo

A.-Vida activa y saludable

Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación del entrenamiento. Alimentación saludable. Balance energético y actividad física. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

- ✓ Capacidades físicas básicas, conceptos y métodos de desarrollo
- ✓ Los test de condición física como elementos de valoración del nivel personal y de valoración del proceso de acondicionamiento físico
- ✓ Conceptos básicos sobre alimentación y necesidades nutricionales
- ✓ Ergonomía: conceptos y estudio de posturas habituales en la vida cotidiana y en la práctica de actividad física.
- ✓ Calentamiento y vuelta a la calma. Desarrollo de las fases del calentamiento y la vuelta a la calma en función de las necesidades individuales

Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte.

- ✓ Diferencia entre dopaje y suplementación

Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

- ✓ Técnicas básicas de respiración y relajación. Bases para su uso
- ✓ Relación entre la alimentación y hábitos alimentarios incorrectos
- ✓ Tipologías corporales

B.-Organización y gestión de la actividad física

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

- ✓ Finalidades del acondicionamiento físico. Plan de entrenamiento individual
- ✓ Actividades deportivas con diferentes finalidades y relaciones con los compañeros

Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo convencional y autoconstruido.

- ✓ Autoconstrucción de material en juegos tradicionales y alternativos

Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física

- ✓ Normas básicas de higiene en la práctica de actividades físicas

Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.

- ✓ El aeróbic como proyecto motor y medio de participación grupal
- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.

- ✓ Aplicaciones digitales en el desarrollo de práctica físico-deportiva. Uso según las necesidades y posibilidades individuales

Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

- ✓ Normas de seguridad y comportamiento en las clases de Educación Física
- ✓ Normativa en el uso de material e instalaciones

Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

- ✓ Primeros auxilios: concepto, lesiones y accidentes más comunes en la práctica de actividad física y tratamiento de los mismos

C.-Resolución de problemas en situaciones motrices

Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.

Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil.

- ✓ Bádminton: técnica y táctica individual y en parejas
- ✓ Deportes tradicionales: técnica y táctica del bolo maragato y la lucha leonesa
- ✓ Balonmano: Técnica y táctica de equipo.
- ✓ Juegos alternativos: Técnica y táctica colectiva

Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

- ✓ Bádminton: técnica y táctica individual y en parejas
- ✓ Deportes tradicionales: técnica y táctica del bolo maragato y la lucha leonesa
- ✓ Balonmano: Técnica y táctica de equipo.
- ✓ Juegos alternativos: Técnica y táctica colectiva

- ✓ Técnica adecuada en los ejercicios de acondicionamiento físico

Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.

- ✓ Condición física: Conceptos, desarrollo de métodos de trabajo y elaboración de sesiones de acondicionamiento físico

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

- ✓ Análisis técnicos de bádminton, deportes tradicionales, balonmano, juegos alternativos y ejercicios de tonificación muscular

Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles.

- ✓ Planteamientos tácticos en balonmano
- ✓ Elaboración coreográfica de aeróbic

Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

- ✓ Estudio de posibilidades de práctica físico deportiva en el entorno

D.-Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

- ✓ Retos en actividades físico-deportivas

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

- ✓ Aeróbic, elaboración grupal de coreografía
- ✓ Balonmano, elaboración grupal de táctica

Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo.

- ✓ Reglamento de balonmano, juegos tradicionales, juegos alternativos y bádminton
- ✓ Normas de convivencia en la materia de Educación Física

Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

- ✓ Normas de convivencia en la materia de Educación Física
- ✓ Respeto a las diferencias individuales

E.-Manifestaciones de la cultura motriz

Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.

- ✓ Juegos tradicionales de la comunidad: El bolo maragato y la lucha leonesa

Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.

- ✓ Aeróbic como medio de expresión corporal

Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

- ✓ Aeróbic, creación de coreografía grupal

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

- ✓ Normas de convivencia en clase
- ✓ Estudio de figuras deportivas de distinto sexo

F.-Interacción eficiente y sostenible con el entorno

Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.

- ✓ Normativa en la clase de Educación Física
- ✓ Normas en las actividades en distintos espacios

La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (*crossfit*, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares).

- ✓ Bases sobre el uso de la bicicleta como medio de transporte
- ✓ Calistenia como medio de desarrollo de la fuerza

Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.

- ✓ Normas de uso de las instalaciones, consecuencias para la integridad física individual y colectiva

Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.

- ✓ El medio cercano como instalación para el desarrollo de la condición física. Uso correcto y sostenible

Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.

- ✓ Calistenia, método de acondicionamiento físico
- ✓ Orientación, concepto y práctica de recorridos

Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

- ✓ Normas de uso y conservación de las instalaciones del entorno

-Criterios de evaluación junto con los contenidos con los que se relacionan a través de los indicadores de logro

1.1 Autorregular la práctica organizada de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)

1.1.1 Conoce las bases del desarrollo de las cuatro capacidades físicas básicas (Resistencia, Fuerza, velocidad y flexibilidad)

1.1.2 Elabora entrenamientos de desarrollo de las capacidades físicas de resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad

1.1.3 Lleva a cabo un estilo de vida activo, registrando un diario de entrenamiento

- 1.1.4 Analiza el desarrollo de sus capacidades a través de la utilización de los test de condición física
- 1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)
 - 1.2.1 Conoce como se realizan los calentamientos y las vueltas a la calma, sus fases y beneficios
 - 1.2.2 Elabora calentamiento y vueltas a la calma, ajustándose a los requerimientos de las distintas fases
 - 1.2.3 Pone en práctica calentamientos y vueltas a la calma en función del tiempo establecido y los requerimientos de cada fase
- 1.3 Introducir en sus rutinas diarias el desarrollo de una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)
 - 1.3.1 Conoce las bases de la alimentación equilibrada: principios inmediatos, distribución por principios y diaria, equilibrio entre los distintos alimentos
 - 1.3.2 Elabora dietas en función de sus características y gasto energético, para una alimentación equilibrada
 - 1.3.3 Conoce las bases de la educación postural de las posturas básicas cotidianas y de las actividades de acondicionamiento físico
 - 1.3.4 Demuestra una correcta educación postural en las actividades de acondicionamiento físico
 - 1.3.5 Conoce las bases de la relajación de los métodos Jacobson y Schultz
 - 1.3.6 Realiza las actividades de relajación en función de los requerimientos de las distintas técnicas
- 1.4 Comenzar a adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)
 - 1.4.1 Lleva a cabo prácticas que preserven la higiene corporal en la realización de las actividades y en la finalización de las mismas
 - 1.4.2 Muestra hábitos físicos que contribuyan a la salud en la realización de las actividades físicas realizadas en clase
- 1.5 Empezar a adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)
 - 1.5.1 Muestra actitudes que contribuyen a la seguridad en la actividad física, respetando las normas de uso de material, instalaciones y normas de seguridad establecidas
- 1.6 Conocer los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)

1.6.1 Conoce los pasos de actuación en los primeros auxilios

1.6.2 Sabe aplicar los pasos de la reanimación cardiopulmonar y la posición lateral de seguridad

1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)

1.7.1 Muestra actitudes que indiquen comportamientos en la preservación de la salud

1.7.2 Analiza los estereotipos relacionados con lo corporal y emite juicios de valor sobre los mismos

1.8 Desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)

1.8.1 Utiliza apps en la realización de su diario de entrenamiento de manera segura

1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)

1.9.1 Usa las TICs para elaborar documentos y ampliar información

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)

2.1.1 Realiza ejecuciones de las actividades de acondicionamiento físico, bádminton, aeróbic, balonmano, bolos maragatos, lucha leonesa, orientación y deportes alternativos, que se propongan ajustándose a los requisitos establecidos

2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)

2.2.1 Conoce los fundamentos tácticos de bádminton, balonmano, lucha leonesa, y deportes alternativos

2.2.2 Aplica los fundamentos tácticos de bádminton, balonmano, lucha leonesa y deportes alternativos para conseguir ventaja

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)

2.3.1 Conoce las bases sobre las que se asientan el acondicionamiento físico, bádminton, aeróbic, balonmano, bolos maragatos, lucha leonesa, orientación y deportes alternativos

2.3.2 Resuelve los errores comunes con soluciones ajustadas al modelo técnico de acondicionamiento físico, bádminton, aeróbic, balonmano, bolos maragatos, lucha leonesa, orientación y deportes alternativos

2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades y valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)

2.4.1 Muestra una participación activa en la realización de acondicionamiento físico, bádminton, aeróbic, balonmano, bolos maragatos, lucha leonesa, orientación y deportes alternativos

2.4.2 Valora los errores y aciertos de sus ejecuciones técnicas de acondicionamiento físico, bádminton, aeróbic, balonmano, bolos maragatos, lucha leonesa, orientación y deportes alternativos

3.1 Practicar y colaborar en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)

3.1.1 Muestra una participación activa en la realización de acondicionamiento físico, bádminton, aeróbic, balonmano, bolos maragatos, lucha leonesa, orientación y deportes alternativos

3.1.2 Cumple con las normas de respeto hacia los otros miembros de la comunidad educativa y, las referidas a seguridad, uso de material y de instalaciones

3.1.3 Elabora proyecto de montaje de aeróbic y elaboración táctica de balonmano

3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con progresiva autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)

3.2.1 Muestra una participación activa en la realización de acondicionamiento físico, bádminton, aeróbic, balonmano, bolos maragatos, lucha leonesa, orientación y deportes alternativos

3.2.2 Cumple con las normas de respeto hacia los otros miembros de la comunidad educativa y, en las referentes a normas de seguridad, uso de material e instalaciones

3.2.3 Colabora en el diseño del aeróbic y en la elaboración táctica de balonmano

3.3 Relacionarse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)

3.3.1 Cumple con las normas establecidas para la convivencia y el desempeño de las clases

3.3.2 Analiza y se posiciona ante distintas situaciones contrarias a los valores sociales actuales

4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes y evolución. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.1.1 Conoce manifestaciones motrices relevantes en la actualidad y las tradicionales: calistenia, bolos maragatos y lucha leonesa

4.1.2 Identifica componentes culturales que no se ajustan a los valores sociales actuales: discriminación por género, raza, procedencia o cultura

4.1.3 Practica actividades tradicionales: bolos maragatos y lucha leonesa, ajustándose a los requisitos de las mismas

4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.2.1 Analiza y se posiciona ante distintas situaciones contrarias a los valores sociales actuales referidos a comportamientos sexistas

4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)

4.3.1 Elabora coreografía grupal de aeróbic ajustándose a los requisitos de las mismas

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)

5.1.1 Participa en actividades de orientación respetando las normas de conservación

5.1.2 Propone actuaciones para la conservación y mejora de los espacios cercanos

5.2 Organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)

5.2.1 Organiza actividades en el entorno cercano usando parámetros adecuados

5.2.2 Realiza actividades de orientación en el entorno adaptándose a los requisitos de ejecución de las mismas.

CRONCECION DE ELEMENTOS TRANSVERSALES

3º ESO

Contenidos transversales	Situaciones de aprendizaje
--------------------------	----------------------------

	SA 1	SA 2	SA 3	SA 4	SA 5	SA 6	SA 7	SA 8	SA 9	SA 10
La comprensión lectora	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
La expresión oral y escrita	✓	✓						✓		
La comunicación audiovisual	✓									
La competencia digital	✓					✓		✓		
El emprendimiento social y empresarial										✓
El fomento del espíritu crítico y científico	✓	✓				✓	✓			
La educación emocional y en valores			✓							
La igualdad de género		✓	✓		✓		✓			
La creatividad										
Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso crítico y responsable	✓							✓		✓
Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza				✓	✓			✓	✓	
La educación para la salud	✓	✓				✓	✓			
La formación estética			✓							
La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable										✓
El respeto mutuo y la cooperación entre iguales			✓	✓	✓			✓	✓	

⇒ 4º ESO

Pesos de los criterios de evaluación se traduce:

- CE de peso 4 supone un 7.3 %
- CE de peso 3 supone un 5.5 %
- CE de peso 2 supone un 3.6%

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Peso CE</i>	<i>Contenidos de materia</i>	<i>Contenidos transversales</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>SA</i>
1.1 Planificar y autorregular la actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	3	A1 A2 C3	-La competencia digital - El fomento del espíritu crítico y científico - La educación para la salud	<i>Prueba escrita</i> 30%	<i>Heteroevaluación</i>	S2 CF TEST RESISTENCIA FUERZA Y FLEXIBILIDAD
				<i>Prueba práctica</i> 40%	<i>Heteroevaluación</i>	
				<i>Portfolio</i> 30%	<i>Heteroevaluación</i>	
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, específicos a la actividad realizada posteriormente y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	3	A1	-Expresión oral y escrita - Comprensión lectora - Educación para la salud - La creatividad	<i>Prueba escrita</i> 20%	<i>Heteroevaluación</i>	S1 CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA
				<i>Portfolio</i> 20%	<i>Heteroevaluación</i>	
				<i>Registro anecdótico</i> 40%	<i>Heteroevaluación</i>	
1.3 Incorporar en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	2	A1 A2 A3	-Expresión oral y escrita - Comprensión lectora -Educación para la salud. - La formación estética	<i>Trabajo de investigación</i>	<i>Coevaluación</i>	S6 HIGIENE POSTURAL(YOGA) S7NUTRICIÓN RELAJACIÓN
1.4 Adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)	3	B2	-Educación para la salud	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	HIGIENE PERSONAL: BOLSA DE ASEO Y CAMISETA (TRANVERSAL)
1.5 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	3	B6	-Comprensión oral y escrita -La competencia digital	<i>Prueba práctica</i> 50%	<i>Heteroevaluación</i>	S2 CALENTAMIENTO S4 PRIMEROS AUXILIOS
				<i>Prueba escrita</i> 50%	<i>Heteroevaluación</i>	

			- El fomento del espíritu crítico y científico - La educación para la salud			
1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	2	B7	-La educación para la salud	<i>Prueba práctica</i> 50%	<i>Coevaluación</i>	S4 PRIMEROS AUXILIOS
				<i>Prueba escrita</i> 50%	<i>Heteroevaluación</i>	
1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)	2	D1 D2 D3 D4 E5	La educación para la salud -La educación emocional y en valores. - La educación emocional y en valores - La educación para la salud	<i>Diario del profesor</i> 30%	<i>Heteroevaluación</i>	ACTITUD EN CLASE. ANALISIS DE TEXTOS (TRANSVERSAL)
				<i>Portfolio</i> 70%	<i>Heteroevaluación</i>	
1.8 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	2	B5	-La competencia digital	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Autoevaluación</i>	APPS (Transversal)
1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando y seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	2	B5	-La competencia digital -El fomento del espíritu crítico y científico	<i>Prueba práctica</i> 50%	<i>Heteroevaluación</i>	TRABAJOS, TEAMS, PRESENTACIONES (TRANSVERSAL)
				<i>Registro anecdótico</i> 50%	<i>Coevaluación</i>	
2.1 Desarrollar de manera autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada e inclusiva, utilizando	3	B1 C2 C3 C4	-El fomento del espíritu crítico y científico - La educación para la salud	<i>Prueba práctica</i> 60%	<i>Coevaluación</i>	ACTIVIDAD FISICA EN CASA. (TRANSVERSAL)
				<i>Registro anecdótico</i> 40%	<i>Heteroevaluación</i>	S6 INDIVIDUALES

estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)			-El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	Elija un elemento.	Elija un elemento.	
2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	3	C1 C4	- La expresión oral y escrita - La educación para la salud	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i> 50%	S5 DEPORTES COLECTIVO (VOLEYBOL) S9 ALTERNATIVOS
					<i>Autoevaluación</i> 25%	
					<i>Coevaluación</i> 25%	
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía y teniendo en cuenta la influencia en otros posibles participantes. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	3	C1 C2 C3	- La educación para la salud	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i> 50%	S5 DEPORTES COLECTIVO (VOLEYBOL) S6 YOGA S9 ALTERNATIVOS
					<i>Autoevaluación</i> 25%	
					<i>Coevaluación</i> 25%	
2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando una progresiva autoestima y valorando todas sus actuaciones durante la ejecución de las tareas motrices. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)	2	D1	- La educación emocional y en valores	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	ACTITUD Y PARTICIPACION EN CLASE (TRANSVERSAL)
3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	2	D1 D2 D4	- La educación emocional y en valores - El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	<i>Registro anecdótico</i> 40%	<i>Coevaluación</i>	ACTITUD Y PARTICIPACION EN CLASE (TRANSVERSAL)
				<i>Registro anecdótico</i> 60%	<i>Heteroevaluación</i>	

3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	2	D2	- El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	<i>Registro de trabajo en equipo</i> 50%	<i>Coevaluación</i>	S3 COMBAS S5 DEPORTES COLECTIVO (VOLEYBOL) S9 ALTERNATIVOS
				<i>Diario del profesor</i> 50%	<i>Heteroevaluación</i>	
3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	2	D2 D4	- El respeto mutuo y la cooperación entre iguales - La igualdad de género -La educación emocional y en valores	<i>Diario del profesor</i> 50%	<i>Heteroevaluación</i>	ACTITUD Y PARTICIPACION EN CLASE (TRANSVERSAL)
				<i>Portfolio</i> 50%	<i>Heteroevaluación</i>	
4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	3	E1 E4	- La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable	<i>Proyecto</i>	<i>Coevaluación</i>	S8 DEPORTES TRADICIONALES
4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de	2	D4	- La formación estética - La igualdad de género	<i>Diario del profesor</i> 60%	<i>Heteroevaluación</i>	ACTITUD EN CLASE (TRANSVERSAL)
				<i>Portfolio</i> 40%	<i>Heteroevaluación</i>	

distintos géneros en el ámbito físico-deportivo. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)						
4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	3	E2 E3	- La formación estética - La igualdad de género - El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	<i>Prueba práctica</i>	<i>Coevaluación</i>	S3 COMBAS
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	3	F1 F2 F3 F4	- La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable	<i>Portfolio</i> 30%	<i>Heteroevaluación</i>	S10 ORIENTACIÓN Y ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL
				<i>Registro anecdótico</i> 70%	<i>Heteroevaluación</i>	
5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)	3	F6 F7	- La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable	<i>Proyecto</i>	<i>Coevaluación</i>	S10 ORIENTACIÓN Y ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL

K. PROCEDIMIENTO PARA LA EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

La programación didáctica se evaluará con la utilización de diversos instrumentos que evalúan distintos aspectos:

1.-Cumplimiento de la programación

	1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO	1º BACH
Normal					
Retraso					
Unidades didácticas que no se han podido desarrollar					
Criterios de evaluación no desarrollados					
Análisis de las causas que pueden justificar el retraso en el desarrollo de la programación:					
Nº de horas de clase perdidas. Indicar el motivo*					
Mala planificación					
Problemas de comportamiento en el aula: falta de interés, problemas de actitud, disciplina...					
Dificultades derivadas de la necesidad de repasar contenidos previos, ¿cuáles?					
Problemas asociados a falta de materiales, problemas de espacio...					
Otros:					

Nota: * Festivos, salidas extraescolares, ausencias del profesor, motivos meteorológicos....



Nota. Sólo hay que introducir, en la hoja EXCEL adjunta, el número de alumnos de obtienen cada calificación.

Comparación con resultados anteriores					
¿Los resultados mejoran respecto a la evaluación anterior (si/no/--)					
Análisis de las causas que pueden justificar los resultados académicos					
Se planifica de forma precipitada la entrega de trabajos y/o los exámenes.					
Los alumnos no entienden las explicaciones.					
Los alumnos desaprovechan las clases.					
Hay poco trabajo personal de los alumnos en casa.					
Carencias académicas. Indicar cuáles.					
Otros:					
Propuestas de actuaciones para mejorar los resultados					



	Si	No	Causas
¿Los alumnos han tenido claro el procedimiento por el que han obtenido su calificación?			
¿Los criterios de calificación han sido adecuados para todos los grupos?			
¿Hay que replantearse los criterios de calificación?			
¿Los instrumentos y procedimientos de evaluación han sido los adecuados (pruebas escritas, trabajos, proyectos, pruebas orales, rúbricas...)?			
¿Los criterios de evaluación han estado bien definidos?			
¿Han quedado claros los criterios de promoción?			

3.-Evaluación de la metodología

	Si	No	Grupos / Valoración
¿La metodología empleada es la adecuada?			
¿Es necesario plantearse una nueva metodología?			
¿Las actividades realizadas han sido las adecuadas para alcanzar los criterios de calificación así como adquirir las competencias clave?			
Propuestas de adquisición, gestión o reparación			

4.-Evaluación de los recursos materiales

	Si	No	Causas
¿Los criterios de utilización de los materiales del centro son los adecuados?			
¿Los materiales, recursos y espacios de los que se ha dispuesto han resultado adecuados?			
Propuestas de adquisición, gestión o reparación			

5.-Evaluación del clima en el aula

	Bueno	Aceptable	Malo	Causas
¿Cómo ha sido el clima del aula?				
¿Cómo valoras la respuesta de los responsables de convivencia (director, jefe de estudios y coordinador de convivencia) del centro ante los conflictos surgidos?				
¿Y la respuesta de las familias?				
¿Ha contribuido los métodos didácticos y pedagógicos a la mejora del clima en el aula y en el centro? (si/no-Observaciones)				
Propuestas de mejora				

6.-Valoración de las actividades extraescolares:

Nombre de la actividad:	Muy positiva	Mejorable	Poco positiva	Causas
Propuestas para el próximo curso:				

También se hace uso de los **cuestionarios al alumnado** al final del curso. Al fin y al cabo, ellos son buenos jueces. Estas encuestas permite descubrir apreciaciones positivas negativas, por ejemplo, que penalizan el exceso de tiempo en las explicaciones, la claridad en las mismas o la organización de la dentro de las clases.

ANEXO 1 INVENTARIO DE MATERIAL DEL DEPARTAMENTO

MATERIAL	Número	ESTADO CONSERVACIÓN/ OBSERVACIONES
Altavoz LG	1	
Antifaces	8	
Aros grandes	2	Se necesitaría comprar algunos aros más grandes
Aros medianos	28	
Aros pequeños	4	
Balones baloncesto	37	
Balones balonmano	14	Se necesitaría comprar alguno, ESTAN EN MAL ESTADO
Balones foam/gomaespuma	20	Se han comprado 6
Balones fútbol	10	En muy mal estado, se necesitan comprar.
Balones medicinales 2 kg	7	1 está roto
Balones medicinales 3 kg	7	
Balones medicinales 5 kg	1	
Balones rugby	2	Se necesitaría comprar alguno más
Balones voleibol	29	11 están pinchados.
Banco de gimnasia	1	
Bancos suecos	10	algunos con la madera rota
Bandas elásticas	7	5 de tela y 2 de látex
barra de salto de altura	1	
bates de beisbol	5	
Bolas pequeñas de gomaespuma	6	Se han comprado nuevas
Bolas hockey	26	21 pequeñas + 3 grandes
Bolsas para guardar material	9	
Brújulas	10	Se han comprado 6
Cinta métrica	1	Ha desaparecido la cinta de 30 m que había
Cinturones rugby tag	0	
Colchonetas	10	
Conos chinos	53	
Conos grandes	8	en mal estado algunos
Conos pequeños	10	
Cronómetr6	1	3 está sin pilas. No funciona
Cuerdas cortas	25	2 están en mal estado. Habría que comprar alguna más
Cuerdas largas	7	
Diábolos	0	
discos (atletismo)	3	
Esterillas	30	Se han comprado 15
Frisbee	13	
Frisbee de goma	1	
Gomas elásticas para red	5	
Hinchador eléctrico	2	1 en mal estado
Indiacas	3	en mal estado. Se necesitaría comprar
Juego de cricket	1	compuesto por 2 palas y 2 pelotas + palos de sujeción
Juego de petanca	4	uno de los juegos está roto y se sale la arena
mancuernas de 1,5 kg	7	

mancuernas de 3 kg	3	
martillo iniciación (atletismo)	2	
Mesa de ping-pong	0	
Palas ping -pong	12	se necesitarían comprar algunas más
Palos de diábolo	0	
Palos malabares	22	
Pañuelos	0	
Pastilla de hockey	0	
pelota de beisbol	0	
Pelota Fitball	2	de tamaño mediano, una pinchada
Pelota frontenis	0	
Pelota gomaespuma pequeña	9	Se han comprado 6
Pelota plástico multiusos	5	1 en mal estado.
Pelotas ping-pong	33	
Pelotas rítmica	4	
Pelotas tenis	37	
pesos (atletismo)	3	
Petos	41	10 verdes + 7 amarillo + 15 azules + 9 rojos
Picas madera	33	12 son barras de espalderas
Picas plástico	0	
Pizarra blanca	1	
Pizarra verde	1	
Plinton	0	
porterías de hockey/floorball	3	1 está sin red y las otras dos en mal estado.
Postes de voleibol	2	
Potro	1	
quitamiedos	1	
Radio CD	0	
Raquetas bádminton	8	algunas en mal estado
red de voleibol	1	
redes de bádminton	3	
Redes portátiles para ping-pong	5	
Saltómetros	6	2 juegos pequeños y uno grande
Soga	4	
Sticks hockey	61	28 verdes + 33 rojos
Tableros para mesa de ping-pong	5	
Testigos	16	De periódico y palos
Trampolín rejas	1	
Vallas de salto	8	4 grandes y 4 de iniciación
Volantes de bádminton	23	Se han comprado tres botes de 6
Yoyós	0	

En La Bañeza, a 29 de noviembre 2023

Fdo.: Beatriz González Pérez

Jefa del Departamento de Educación Física IES Ornia