

PROGRAMACIÓN

DIDÁCTICA

Curso 2021/2022



LA BAÑEZA (LEÓN)

ÍNDICE

1. <u>INTRODUCCIÓN</u>	4
2. <u>CONTEXTUALIZACIÓN EDUCATIVA</u>	6
2.1 Características del entorno	6
2.2 Características del centro educativo.....	6
2.3 Características del alumnado	7
2.4 Departamento de Educación Física.....	7
3. <u>OBJETIVOS DE ETAPA</u>	8
3.1 Educación Secundaria Obligatoria	8
3.2 Bachillerato	9
4. <u>SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS</u>	10
4.1 Relación de contenidos prescriptivos en la Educación Secundaria Obligatoria	10
4.2 Relación de contenidos prescriptivos en el Bachillerato	14
4.3 Distribución de las UD por evaluaciones y cursos	15
5. <u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE QUE SE CONSIDERAN BÁSICOS</u>	17
6. <u>DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS</u>	21
7. <u>COMPETENCIAS CLAVE</u>	28
7.1 Competencias clave en Educación Física.....	28
7.2 Perfil de cada una de las competencias de acuerdo a lo establecido en la Orden EDC/65/2015, de 21 de enero	29
8. <u>CONCRECIÓN DE LOS ELEMENTOS TRANSVERSALES EN E.F.</u>	42
9. <u>INTERDISCIPLINARIEDAD</u>	46
10. <u>MEDIDAS QUE PROMUEVAN EL HÁBITO DE LA LECTURA</u>	46
11. <u>EVALUACIÓN</u>	47
11.1 Momentos de evaluación de los aprendizajes	47
11.2 Instrumentos de evaluación de los aprendizajes.....	48
11.3 Estrategias e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes del alumnado y criterios de calificación	49
11.4 Aspectos fundamentales de los criterios de evaluación y calificación.....	56
11.5 Actividades de recuperación de los alumnos con materias pendientes de cursos anteriores	59
11.6 Actividades para los alumnos que hayan suspendido alguna evaluación.....	60

11.7 Prueba extraordinaria de septiembre.....	60
12. <u>MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</u>	61
13. <u>MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR</u>	65
14. <u>PROGRAMA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS</u>.....	68
15. <u>PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA Y SUS INDICADORES DE LOGRO</u>	70
ANEXO 1: NORMAS COVID-19 EN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2021/2022	71
ANEXO 2: INVENTARIO MATERIALES EDUCACIÓN FÍSICA.....	72

1. INTRODUCCIÓN

La programación didáctica debe entenderse como concreción que parte del currículo oficial, pero también del Proyecto Educativo de Centro (PEC) y del Proyecto Curricular de Etapa (PCE). Máxime cuando aparecen directrices de la Comisión de Coordinación Pedagógica para la elaboración de las programaciones didácticas.

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**. Y así lo manifiesta la *Disposición Adicional Segunda* del currículo de ESO en Castilla y León:

“Promoción de la actividad física y la dieta equilibrada”

- 1. “La consejería competente en materia de educación podrá adoptar medidas para que la actividad física y la dieta equilibrada formen parte del comportamiento juvenil”.*
- 2. “El diseño, coordinación y supervisión de las medidas que a estos efectos se adopten en el centro educativo, serán asumidos por el profesorado con cualificación o especialización adecuada”.*

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 LOMCE, 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 (LOMCE):

- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE).***
- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.***
- Orden EDU/362/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.***
- Orden EDU/363/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo del bachillerato en la Comunidad de Castilla y León.***
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.***
- ORDEN EDU/1076/2016, de 19 de diciembre, por la que se establecen los requisitos y el procedimiento para la exención de la materia de Educación Física, y las convalidaciones entre asignaturas de las enseñanzas profesionales de Música y Danza y materias de educación secundaria obligatoria y de bachillerato en la Comunidad de Castilla y León.***
- ORDEN EDU/501/2021, de 16 de abril, por la que se aprueba el calendario escolar para el curso académico 2021-2022 en los centros docentes que impartan enseñanzas no universitarias en la Comunidad de Castilla y León, y se delega en las direcciones provinciales de educación la competencia para la resolución de las solicitudes de su modificación.***

2. CONTEXTUALIZACIÓN EDUCATIVA

2.1 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 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.

2.2 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 3 líneas de 1º bachillerato y 3 de 2º bachillerato, todas ellas bastante numerosas. Además, cuenta con dos ciclos de formación profesional de la rama sanitaria, uno de Cuidados Auxiliares y de Enfermería y el otro de Farmacia y Parafarmacia.

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.

2.3 CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO

En el IES Ornia nos encontramos una amplia mayoría de alumnos que no plantean ni un solo problema de disciplina a lo largo del curso, siendo en este sentido un Centro muy tranquilo y en el que se trabaja en unas condiciones bastante adecuadas.

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.

2.4 DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

El Departamento de Educación Física está constituido por dos profesoras **Cristina Alonso Sastre** que ejercerá las funciones de Jefa del Departamento (funcionaria de carrera en situación de “concurso”) en el centro y **Ana Belén Fernández González** (funcionaria interina con jornada parcial de 16 horas).

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

Ana Belén Fernández González

1º ESO (A, B, C, D)

4º ESO (A y B)

1º Bachillerato A

Tutora de 4º ESO A

Cristina Alonso Sastre

2º ESO (A+PMAR, B, C)

3º ESO (A, B, C+PMAR)

1º Bachillerato (B, C)

Tutora de 1º Bachillerato B

- El total de horas lectivas de docencia de Educación Física en el departamento es de **30 horas**.

- **Las reuniones del departamento se celebrarán los jueves a 7ª hora (a partir de las 14.20 horas)**

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

ALUMNADO IES ORNIA		EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2021/2022	
1º ESO A	14	3º ESO A	22
1º ESO B	14	3º ESO B	21
1º ESO C	22	3º ESO C	22
1º ESO D	22	4º ESO A	27
2º ESO A	28	4º ESO B	26
2º ESO B	21	1º BACH A	22
2º ESO C	23	1º BACH B	19
TOTAL: 328		1º BACH C	25

3. OBJETIVOS DE ETAPA

3.1 EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

Según la Orden EDU 362/2015, en su artículo 2, **“Los objetivos de la etapa serán los establecidos en los artículos 23 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, y 11 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre”**:

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.

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.

3.2 BACHILLERATO

Según la Orden EDU 363/2015, en su artículo 2.2, ***“Los objetivos de la etapa serán los establecidos en los artículos 33 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, y 25 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre”***:

El bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución española así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- b) Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.
- c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición o circunstancia personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad.
- d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su Comunidad Autónoma.
- f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.

- g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
- h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
- i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
- l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.**
- n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.

Todos los objetivos de etapa deben trabajarse en la materia de E.F. en Bachillerato, aunque existen objetivos como el **m**, que en su totalidad forman parte de los contenidos y criterios de evaluación a desarrollar en esta materia.

4. SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS

4.1 RELACIÓN DE CONTENIDOS PRESCRIPTIVOS EN LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

La ORDEN EDU/362/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León establece los contenidos en 6 bloques:

- 1) Contenidos Comunes**
- 2) Acciones motrices individuales en entornos estables**
- 3) Acciones motrices en situaciones de oposición**
- 4) Situaciones de cooperación**
- 5) Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno**
- 6) Situaciones de índole artística o de expresión.**

A continuación, se establece la relación de contenidos prescriptivos a impartir en cada uno de los cursos de la etapa:

1º E.S.O.

- Identificación de información relevante, desechando la complementaria y superficial.
- Empleo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia.
- Habilidades específicas vinculadas a la acción motriz (giros, saltos, equilibrios...)
- Condición física. Capacidades físicas relacionadas con la salud. Generalidades, clases y ejercicios de acondicionamiento general.
- Resistencia aeróbica: carrera continua, circuitos y juegos.
- Flexibilidad. Trabajo estático y dinámico.
- Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones.
- Relación entre el entrenamiento y la mejora de los niveles de la condición física.
- Higiene postural. Aplicaciones prácticas. Creación de hábitos y actitudes preventivas.
- Disposición positiva hacia la práctica de la actividad física como mejora de la salud y la calidad de vida.
- Aspectos técnicos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse.
- Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas.
- Práctica de gestos técnicos en situaciones de oposición.
- Aceptación de los propios niveles de habilidad como paso previo hacia la superación personal.
- Participación en juegos y actividades dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos y reglamentarios de las actividades propuestas.
- Respeto y aceptación de las normas y reglamentos.
- Las actividades físico-deportivas y el juego como medios para conseguir valores de desarrollo personal y social: integración, respeto, tolerancia, cooperación....
- Asunción de la responsabilidad individual en una actividad colectiva.
- La orientación. Generalidades. Medios naturales de orientarse. Normas de seguridad.
- Posibilidades que ofrece el medio natural para realizar actividades físico-deportivas.
- Conocimiento, aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural.
- Posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo.
- Actividades expresivas encaminadas a conseguir la cohesión del grupo y a romper los bloqueos e inhibiciones personales.
- Creación y práctica de coreografías de bailes y danzas.
- El tiempo y el ritmo.
- Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás.

2º E.S.O.

- Identificación de información relevante, desechando la complementaria y superficial.
- Empleo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia.
- Condición física. Capacidades físicas relacionadas con la salud. Acondicionamiento general.
- La fuerza. Generalidades. Clases. Ejercicios básicos de iniciación al trabajo de fuerza.
- La velocidad. Generalidades. Clases. Ejercicios básicos de iniciación al trabajo de velocidad de reacción y desplazamiento.
- Control de la intensidad del esfuerzo por la frecuencia cardíaca: Toma de pulsaciones.
- Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones.
- El calentamiento: fases. Ejecución de ejercicios aplicados al calentamiento general.
- La vuelta a la calma.
- Higiene postural: Aplicaciones prácticas. Creación de hábitos y actitudes preventivas.
- Toma de conciencia de la propia condición física y predisposición a su mejora con un trabajo adecuado.
- Valoración de hábitos y conductas positivas y discriminación de las negativas (sedentarismo, drogodependencias...), fundamentalmente las relacionadas con las enfermedades de origen cardiovascular.
- Valoración de los efectos positivos del calentamiento, la vuelta a la calma y la correcta realización del ejercicio físico para prevenir lesiones.
- Aspectos técnicos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse.
- Fases del modelo técnico.
- Juegos y actividades dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos, principios tácticos básicos y

- reglamentarios de una o varias actividades físico-deportivas de oposición.
- Automatización de gestos técnicos básicos de las actividades desarrolladas.
 - Elección de la opción técnica más apropiada en cada momento.
 - Necesidad y sentido de las normas.
 - Distribución racional de las fuerzas a lo largo de la competición.
 - Disposición favorable hacia la autoexigencia y superación de las propias limitaciones.
 - Elección de la opción técnica más apropiada en cada momento.
 - Automatización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas.
 - Puesta en práctica de los conocimientos adquiridos en situaciones reales de juego.
 - Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás.
 - Los valores en el deporte y la actividad física. Interiorización y aplicabilidad.
 - Valoración del juego y el deporte, en particular tradicional y autóctono, respectivamente, como marco de relación con los demás.
 - El senderismo. Tipos de sendero, normas básicas para su práctica, material necesario.
 - Señales de rastreo.
 - Conocimiento, aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural en la realización de actividades de orientación.
 - Identificación y prevención de las contingencias propias del medio natural.
 - Práctica de normas básicas de protección y mejora del medio ambiente próximo en la realización de actividades en el entorno natural.
 - El cuerpo expresivo: postura, gesto y movimiento.
 - La conciencia corporal. Aplicación a las actividades expresivas.
 - Combinación de movimientos teniendo en cuenta las variables de espacio, tiempo e intensidad.
 - Actividades encaminadas al dominio, al control corporal y a la comunicación con los demás: los gestos, las posturas y la voz.
 - Valoración de la capacidad y de los usos expresivos y comunicativos del cuerpo.

3º E.S.O.

- Búsqueda de información, estructuración y síntesis de la misma para obtener conclusiones personales.
- Empleo de las nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia.
- Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación como medio activo de comunicación intergrupala y publicación de información.
- Acondicionamiento general de las capacidades físicas relacionadas con la salud. Consolidación del trabajo realizado en cursos anteriores.
- Control de la intensidad del esfuerzo por la frecuencia cardiaca: toma de pulsaciones y cálculo de la zona de actividad.
- Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones.
- Calentamiento general y específico.
- Elaboración y puesta en práctica de calentamientos y vuelta a la calma, de manera autónoma, adaptados a distintas actividades.
- Técnicas generales de relajación y trabajo compensatorio.
- Adopción de posturas correctas en las actividades físicas y deportivas.
- Desarrollo equilibrado de la musculatura de sostén.
- Alimentación y actividad física. Fundamentos básicos para una dieta equilibrada y su planificación.
- Sistemas de producción de energía (aeróbico y anaeróbico).
- Ejercicio sistemático y adaptaciones producidas en el organismo.
- Beneficios, riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.
- Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse.
- Realización de gestos técnicos en diferentes situaciones reales de juego.
- Creación de automatismos para conseguir un buen rendimiento.
- La iniciativa como el elemento que marca el carácter ofensivo o defensivo.
- Práctica de acciones motrices regladas y adaptadas que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos/tácticos y las estrategias básicas de ataque y defensa, de los deportes de oposición.
- Táctica colectiva: distintas formas de lograr la consecución del objetivo de la acción común.
- Estudio y análisis del contrincante.
- Práctica de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos/tácticos de las actividades propuestas.

- Acciones para conseguir ventaja.
- Táctica colectiva. Estrategia. Plan de juego Estilo de juego.
- El deporte como fenómeno sociocultural.
- Los valores en el deporte y la actividad física. Aplicación práctica.
- Valoración de las posibilidades lúdicas del juego y el deporte, en particular tradicional y autóctono, para la dinamización de grupos y el disfrute personal.
- Adquisición de técnicas básicas de orientación. La brújula, familiarización y manejo, lectura y orientación de mapas y realización de actividades de orientación.
- Medios modernos de orientación.
- Realización de actividades recreativas, respetando el medio ambiente y utilizando las posibilidades que el entorno brinda.
- La seguridad como premisa en el medio natural. Primeros auxilios básicos.
- Nociones de supervivencia y acampada: Usos y abusos de que es objeto el medio urbano y natural en la actualidad.
- Bailes individuales, por parejas o colectivos (danzas del mundo, bailes de salón).
- Identificación y prevención de las contingencias propias de las actividades artístico-expresivas.
- Valoración de los bailes y danzas como medio de expresión y comunicación.
- Valoración de las danzas folclóricas como parte del patrimonio cultural y como elemento de relación con los demás.

4º E.S.O.

- Estrategias de búsqueda y selección de información.
- Utilización de fuentes de información digitales.
- Navegación en itinerarios relevantes para la profundización en diferentes contenidos.
- Comunicación a través de los canales telemáticos.
- Uso responsable de las TIC como medio de comunicación interpersonal en grupos.
- Repertorio de elementos técnicos. Automatización.
- Sistemas de entrenamiento de las capacidades físicas.
- Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones.
- El calentamiento general y específico. Elaboración autónoma de calentamientos y vueltas a la calma, previo análisis de la actividad física que va a desarrollarse.
- Desarrollo de la aptitud física a través del ejercicio sistemático, rutinario y bien planificado.
- Planificación de una sesión de entrenamiento.
- Planificación de la propia actividad física.
- La postura corporal en actividades cotidianas. Tareas de carácter preventivo. Ejercicios de tonificación y estiramiento de la musculatura.
- Técnicas generales y específicas de relajación y trabajo compensatorio.
- Dieta adecuada e hidratación, antes, durante y después de la actividad física.
- Material deportivo adecuado al propio nivel.
- Equipamientos y espacios para una práctica segura de la actividad físico deportiva.
- Lesiones más comunes producidas por la práctica deportiva.
- Protocolo de actuación ante una emergencia en la realización de actividades físico deportivas.
- Contribución de la actividad física sistemática al desarrollo integral de la persona.
- Efectos negativos de determinados hábitos, nocivos, sobre la condición física y la salud.
- Responsabilidad y autonomía en el mantenimiento de la salud.
- Situaciones globales de juego.
- Toma de decisión (pensamiento táctico).
- Ejecución técnico-táctica adaptada a los compañeros y/o adversarios.
- Supresión de situaciones de peligro en la táctica de oposición.
- Estructura interna de los juegos deportivos de cooperación-oposición.
- Coordinaciones tácticas colectivas básicas (en ataque y en defensa).
- Interpretación del significado de las acciones de sus compañeros.
- Juego del adversario. Puntos fuertes y débiles. Realización de la acción apropiada.
- Discriminación de los diversos roles de juego.
- La iniciativa como elemento que marca el carácter ofensivo-defensivo.
- Autocontrol y tolerancia en el desarrollo de diferentes funciones y situaciones de la práctica deportiva.
- Autonomía y responsabilidad en la organización de su tiempo libre.
- Planificación y organización de actividades deportivas.
- La actividad física como situación motriz reglada, de carácter lúdico e institucionalizada.
- El juego y el deporte como medios de aprendizaje y desarrollo de cualidades físicas, psicomotrices y socioafectivas.

- El deporte como manifestación en diversos órdenes de nuestra sociedad.
- Análisis y reflexión sobre los aspectos positivos (esfuerzo, colaboración, respeto, tolerancia, etc.) y negativos (violencia, dopaje) del deporte.
- Las relaciones interpersonales favorecedoras de la cooperación en las actividades físico deportivas.
- Trabajo en equipo: cooperación, respeto.
- Planificación de actividades físico deportivas en distintos medios en función de las posibilidades que ofrece el entorno.
- Relación entre la actividad física, la salud y el medio natural.
- Valoración del patrimonio natural como fuente de recursos para la práctica de actividades físicas y recreativas.
- Impacto que tienen algunas actividades físico deportivas en el medio natural. Adopción de medidas prácticas.
- Beneficios que aporta la práctica de estas actividades en la salud individual y colectiva.
- Directrices para el diseño de composiciones coreográficas.
- Elaboración y práctica de actividades rítmicas con una base musical, en función de la técnica aprendida.
- Participación en composiciones coreográficas colectivas, con apoyo de una estructura musical, que incluya los diferentes elementos: espacio, tiempo e intensidad.
- Participación y aportación al trabajo en grupo de diversas actividades rítmicas y/o expresivas.
- Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución y las propuestas de los demás.

4.2 RELACIÓN DE CONTENIDOS PRESCRIPTIVOS EN EL BACHILLERATO

La ORDEN EDU/363/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León establece los contenidos en 4 bloques:

- 1) Juegos y deportes**
- 2) Condición física y salud**
- 3) Expresión corporal y artística**
- 4) Actitudes, valores y normas. Elementos comunes**

A continuación, se establece la relación de contenidos prescriptivos a impartir en 1º Bachillerato:

1º BACHILLERATO

- Elementos técnicos, tácticos, estratégicos y reglamentarios de alguno de los deportes practicados en la etapa anterior, aplicándolos a situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición y profundizando en ellos.
- Planificación y organización de actividades físicas, deportivas y recreativas.
- Beneficios, riesgos y contraindicaciones de la actividad física para la salud.
- Elaboración y puesta en práctica de planes de preparación personalizados para satisfacer intereses y necesidades de condición física saludable.
- Utilización recreativa de diferentes juegos y disciplinas deportivas: organización y participación en competiciones en el periodo escolar.
- Puesta en práctica de forma autónoma de calentamientos y vuelta a la calma.
- Conocimiento y puesta en práctica de los principios metodológicos aplicables al desarrollo de la condición física de las actividades deportivas elegidas.
- La dieta equilibrada y su relación con la salud y la actividad física
- Puesta en práctica de tareas de carácter preventivo para una correcta postura corporal.
- Conocimiento y puesta en práctica de diferentes sistemas de evaluación de la condición física saludable.
- Estudio de las posibles salidas profesionales relacionadas con la actividad físico-deportiva.
- Técnicas expresivas y su aplicación en la elaboración y representación de composiciones corporales individuales y colectivas.
- Posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo, mediante actividades físicas en las que se utilice la música como apoyo rítmico.
- Análisis y reflexión del riesgo atendiendo a la correcta utilización de los materiales, de las instalaciones y del entorno en la práctica de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.
- Protocolos de primeros auxilios que deben seguirse en las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas. Aplicación práctica.
- Deportes adaptados y práctica de alguna de sus modalidades como medio de sensibilización.

- Recursos de las Tecnologías de la Información y la Comunicación como complemento de aprendizaje mediante su aplicación práctica.
- Aspectos socioculturales del juego y del deporte.

4.3 DISTRIBUCIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS POR EVALUACIONES Y CURSOS

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º E.S.O.		
1ª EVALUACIÓN	2ª EVALUACIÓN	3ª EVALUACIÓN
1. TIC (UD transversal). 2. Acondicionamiento físico general. 3. La Resistencia aeróbica. 4. Deportes colectivos adaptados al COVID-19. Baloncesto. Floorball.	5. Acondicionamiento físico general. La flexibilidad y la higiene postural. 6. Actividades rítmicas y bailes. 7. Habilidades motrices individuales: comba y malabares.	8. Deportes de raqueta: palas y ping-pong 9. Actividades en el medio natural: juegos de rastreos. 10. Juegos tradicionales y populares. 11. Deportes alternativos y recreativos adaptados al COVID-19.

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º E.S.O.		
1ª EVALUACIÓN	2ª EVALUACIÓN	3ª EVALUACIÓN
1. TIC (UD transversal). 2. Estructura de la sesión: El calentamiento y la vuelta a la calma. 3. Condición Física. Control de la Intensidad de esfuerzo. 4. Deporte colectivo adaptado al COVID-19: voleibol.	6. Condición física. La fuerza y la higiene postural. 7. Expresión corporal: pantomima y dramatización. 8. Deporte colectivo adaptado al COVID-19: baloncesto.	9. Deporte individual: atletismo. 10. Actividades en el medio natural: juegos de orientación y senderismo. 11. Deportes alternativos y recreativos adaptados al COVID-19.

UNIDADES DIDÁCTICAS 3º E.S.O.		
1ª EVALUACIÓN	2ª EVALUACIÓN	3ª EVALUACIÓN
1. TIC (UD transversal). 2. El calentamiento general y específico. Vuelta a la calma. 3. Condición Física: resistencia aeróbica y anaeróbica. Combas 4. Deportes colectivos adaptados al COVID-19: floorball. 5. Respiración y relajación.	6. Condición Física: fuerza, flexibilidad e higiene postural. 7. Ritmo y Expresión. Bailes Aeróbicos. Coreografías. 8. Deportes de raqueta: bádminton. 9. Alimentación y Nutrición.	10. Deportes colectivos adaptados al COVID-19. Balonmano. 11. Actividades en el medio natural: orientación. 12. Deportes alternativos y recreativos adaptados al COVID-19.

UNIDADES DIDÁCTICAS 4º E.S.O.		
1ª EVALUACIÓN	2ª EVALUACIÓN	3ª EVALUACIÓN
1. TIC (UD transversal). 2. Acondicionamiento físico. Estructura de la sesión. Calentamiento y vuelta a la calma autónomo. 3. Condición Física: métodos de entrenamiento de la resistencia. 4. Deportes colectivos adaptados al COVID-19: baloncesto.	5. Condición Física: métodos de entrenamiento de la fuerza y la flexibilidad. Higiene postural. 6. Expresión corporal y ritmo. Combas 7. Deportes colectivos adaptados al COVID-19: voleibol. 8. Lesiones y primeros auxilios.	9. Actividades en el medio natural. 10. Técnicas de relajación. 11. Deportes alternativos y recreativos adaptados al COVID-19. Organización de torneos deportivos.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º BACHILLERATO		
1ª EVALUACIÓN	2ª EVALUACIÓN	3ª EVALUACIÓN
1. TIC y Salidas profesionales asociadas a las actividades físicas (UD transversal). 2. Planificación del entrenamiento deportivo. Resistencia y velocidad. 3. Deportes colectivos adaptados al COVID-19. 4. Técnicas de relajación. Yoga y Pilates.	5. Planificación del entrenamiento deportivo. Fuerza, flexibilidad e higiene postural. 6. Montajes de expresión corporal y ritmo. 7. Deportes de raqueta: bádminton. 8. Primeros auxilios.	9. Retos cooperativos y deportivos: combas. 10. Organización de torneos deportivos. 11. Alimentación, nutrición y actividad física. 12. Organización de actividades en el medio natural.

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.
- Las UD no se circunscriben a un solo bloque de contenidos (por ejemplo, la UD de combas-ritmo-resistencia).

PLAN DE CONTINGENCIA COVID-19 EN EDUCACIÓN FÍSICA

En función de las condiciones meteorológicas, la situación por el COVID-19 y las sesiones de las diferentes Unidades Didácticas, podrán ir combinándose y variar de su ubicación temporal en los

diferentes trimestres para un mejor aprovechamiento del aprendizaje y una mejor planificación de la materia. También se tendrá en cuenta el horario de los distintos grupos para alternar posibles Unidades Didácticas en las que se tengan que compartir materiales que son necesarios desinfectar previamente antes de su uso y hayan sido utilizados en clases anteriores.

Se realizarán adaptaciones en las tareas y actividades que impliquen un mayor riesgo de contacto para proseguir con las recomendaciones sanitarias por el COVID-19 (distancia de seguridad, uso de mascarilla obligatoria en todo momento tanto en exterior como en interior, desinfección de manos con gel hidroalcohólico, desinfección periódica de material, así como otras normas recomendadas para la clase de Educación Física como la ventilación del pabellón y priorizar la práctica al aire libre).

Como la materia de Educación Física tiene continuidad en los diferentes cursos y se ven contenidos cada año de los mismos bloques de contenido, se reforzarán los contenidos vistos el curso pasado y se ampliarán de acuerdo con los contenidos y criterios prescriptivos en cada uno de los cursos. En todo momento se seguirán los protocolos establecidos por el centro educativo y por las autoridades sanitarias.

En caso de que la situación de la pandemia mejore y se establezcan otros protocolos se podrán realizar las actividades de las diferentes Unidades Didácticas que impliquen más contacto de forma “normalizada” como se venían realizando antes de la situación de emergencia sanitaria.

5. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE QUE SE CONSIDERAN BÁSICOS

1º E.S.O.
1EDF1.1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
1EDF2.1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.
1EDF2.2.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas en el ciclo.
1EDF2.3.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
1EDF2.3.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades
1EDF3.1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
1EDF3.1.2 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
1EDF4.2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
1EDF4.2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
1EDF4.2.3 Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.
1EDF5.2.2 Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.
1EDF6.1.1 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo

prefijado.
1EDF6.1.2 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

2º E.S.O.

2EDF1.1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
2EDF2.1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.
2EDF2.2.3 Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
2EDF2.2.4 Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
2EDF2.3.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
2EDF2.3.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
2EDF2.4.1 Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.
2EDF3.1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
2EDF3.1.2 Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
2EDF3.1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
2EDF3.1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.
2EDF4.2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
2EDF4.2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
2EDF4.2.3 Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.
2EDF5.2.2 Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas
2EDF5.3.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.
2EDF5.3.2 Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas en un entorno no estable.
2EDF6.1.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
2EDF 6.1.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.

3º E.S.O.

3EDF1.1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante
--

3EDF1.1.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.
3EDF2.1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.
3EDF2.2.1 Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
3EDF2.2.4 Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
3EDF2.3.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
3EDF2.3.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
3EDF2.4.1 Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.
3EDF2.4.2 Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.
3EDF3.1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
3EDF3.1.2 Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
3EDF3.1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
3EDF4.2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
3EDF4.2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
3EDF4.2.3 Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.
3EDF5.2.1 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.
3EDF5.3.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.
3EDF5.3.3 Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.
3EDF6.1.1 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
3EDF6.2.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

4º E.S.O.

4EDF1.1.1 Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
4EDF1.1.2 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.
4EDF1.1.3 Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.
4EDF2.1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las

situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.
4EDF2.2.1 Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.
4EDF2.2.3 Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.
4EDF2.3.2 Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
4EDF2.3.3 Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.
4EDF2.4.1 Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.
4EDF2.4.2 Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.
4EDF2.4.3 Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.
4EDF2.5.1 Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.
4EDF2.5.3 Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.
4EDF3.1.2 Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.
4EDF4.2.1 Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.
4EDF4.3.1 Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
4EDF4.3.3 Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como el de espectador.
4EDF4.4.1 Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a los argumentos válidos.
4EDF4.4.2 Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.
4EDF5.1.3 Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
4EDF6.1.1 Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.
4EDF6.1.3 Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.

1º BACHILLERATO

B1EDF1.1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.
B1EDF1.2.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno
B1EDF1.2.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo
B1EDF2.1.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos

negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.
B1EDF2.2.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.
B1EDF2.2.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas
B1EDF2.2.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.
B1EDF2.2.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad
B1EDF2.2.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.
B1EDF2.3.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud.
B1EDF2.3.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.
B1EDF2.3.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.
B1EDF3.1.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos
B1EDF3.1.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.
B1EDF4.1.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo
B1EDF4.1.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos
B1EDF4.2.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas
B1EDF4.2.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias
B1EDF4.3.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia
B1EDF4.3.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión

6. DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS

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.

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 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 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 los malabares: "¿a ver quién es capaz de golpear la pelota con más partes del cuerpo?")

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 diversidad** 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** 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.

Estos criterios en esta situación del Covid 19, se han establecido en hacer grupos burbuja según afinidad fuera del centro por la posibilidad de que, si existe un contagio, el rastreo sea mucho más rápido y eficaz.

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...

En este corcho los alumnos pueden aportar sus experiencias de actividad física (Una foto y 10 líneas) será una aportación para valorar o reflexiones en igual sentido.

PLAN DE CONTINGENCIA COVID-19 EN EDUCACIÓN FÍSICA

Se tendrá en cuenta lo establecido en el **PROTOCOLO DE ORGANIZACIÓN Y PREVENCIÓN EN LOS CENTROS EDUCATIVOS DE CASTILLA Y LEÓN PARA EL CURSO ESCOLAR 2021/2022**

4.11.- Gestión de actividades físicas y otras actividades.

a.- Actividades deportivas.

Se permite el desarrollo de actividades deportivas individuales y colectivas, que no impliquen un contacto físico continuado, con las limitaciones y requisitos que se recogen en los siguientes apartados:

- 1. Se establece un máximo de 30 alumnos para la práctica deportiva de forma simultánea.*
- 2. Para la práctica de las actividades deportivas colectivas será obligatorio del uso de mascarilla.*
- 3. Las actividades deportivas colectivas se realizarán exclusivamente al aire libre.*
- 4. Debe recordarse a las familias que el día que haya educación física los alumnos deberán ir vestidos desde su casa con la ropa adecuada para así minimizar el uso de los vestuarios.*
- 5. El material deportivo de uso comunitario deberá ser desinfectado de forma regular.*

6. La realización de estas actividades se adaptarán en cada momento a las normas que se efectúen al respecto por las autoridades sanitarias.

Ver ANEXO 1 NORMAS COVID-19 EN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2021/2022

CLASES NO PRESENCIALES

En el caso de que algún alumno/a, grupo o el centro al completo esté en situación de aislamiento por COVID-19 las clases se impartirán de forma telemática. Se han creado unas aulas en la plataforma **GOOGLE CLASSROOM** donde todos los alumnos están habilitados para recibir las clases de manera virtual y tener una comunicación con las profesoras correspondientes a cada grupo.

7. COMPETENCIAS CLAVE

7.1 COMPETENCIAS CLAVE EN EDUCACIÓN FÍSICA

Las Competencias Clave son un elemento esencial del currículo que representan aquellos conocimientos, habilidades, actitudes, valores éticos, emociones que toda persona necesita para su desarrollo y satisfacción personal, integración y búsqueda de empleo. La materia de la Educación Física contribuye al desarrollo de las 7 competencias clave:

a) Comunicación lingüística. (CL). Se desarrolla esta competencia desde varias perspectivas, pero, en todas ellas, gracias a la variedad de intercambios comunicativos que permite: juegos de comunicación oral, juegos de presentación, etc. También a través del vocabulario específico que aportan los diferentes deportes y prácticas físicas.

b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. (CMCT). Se desarrolla a través de la realización de cálculos matemáticos a partir de actividades motrices como hallar distancias recorridas tras un tiempo determinado, control de la frecuencia cardiaca máxima, zona de actividad personal, frecuencia cardiaca media de un grupo, frecuencia cardiaca en diferentes actividades y posteriormente trasladar los datos a una gráfica. También a través del cálculo de porcentajes de éxito individual o grupal en acciones deportivas. Por otro lado, también se desarrolla esta materia a través de los conocimientos que proporciona la materia para la adquisición de hábitos saludables y protección de la salud (higiene, ocupación de tiempo libre con prácticas físicas, alimentación y nutrición, sedentarismo, consumo de sustancias, etc.). Además, aporta criterios para el mantenimiento y mejora de las capacidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, fuerza muscular y flexibilidad. A través de las actividades físicas en el medio natural colabora en un uso responsable del medio ambiente.

c) Competencia digital. (CD). Se contribuye mediante el estudio de fenómenos asociados a la salud y otras manifestaciones deportivas a través del uso de fuentes de información digital. Realizando un uso racional de las nuevas tecnologías y las aplicaciones móviles para la práctica de actividad físico-deportiva. Presentaciones de trabajos de todo tipo utilizando programas básicos como PowerPoint, Word y Excel para la creación de gráficas sobre resultados obtenidos en diferentes actividades. Visualización de vídeos con el objetivo de mejorar la técnica de los diferentes deportes, ampliar información sobre cualquier aspecto de clase, sacar ideas para coreografías, creación de archivos de música, etc.

d) Aprender a aprender. (AA). A partir de un proceso de experimentación de actividades físico-deportivas, el alumno es capaz de regular su propio aprendizaje y práctica de actividad física en su tiempo libre de forma estructurada y organizada. Propuesta de actividades de autorreflexión sobre el cumplimiento de reglas o el respeto a los demás. Plantear situaciones orientadas a la comprensión de los juegos deportivos y a una adecuada toma de decisiones. Por otro lado, es necesario establecer

metas alcanzables que generen confianza y fomentar el empleo de estilo de enseñanza recíproca, en el que los alumnos aprenden a dar y recibir información de sus compañeros.

e) Competencias sociales y cívicas. (CSC). A través del desarrollo de conductas de respeto al medio ambiente. Realizando en todas las U.D., propuestas participativas, colaborativas, igualitarias y de trabajo en equipo. La elaboración y puesta en práctica de un conjunto de normas y reglas consensuadas por todos y de obligado cumplimiento. La aceptación de las diferencias individuales y las propias limitaciones, asumiendo responsabilidades en labores de grupo. A través de la práctica de diferentes actividades físico-deportivas que ponen en juego diversas estrategias de colaboración, oposición, integración, respeto, juego limpio, etc.

f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. (SIEE). Se desarrolla adquiriendo responsabilidades en educación física necesarias para la vida cotidiana, el conocimiento de uno mismo y la mejora del control emocional. Por ejemplo, otorgar al alumno el protagonismo en aspectos organizativos como la creación y organización de torneos, creación grupal de montajes y coreografías y en relación con la planificación de actividades para la mejora de su condición física. Por otro lado, otra línea de actuación es a través de enfrentar al alumno a situaciones de autosuperación, perseverancia y actitud positiva ante tareas de cierta dificultad técnica o en la mejora del propio nivel de condición física, así como la capacidad de aceptación de los diferentes niveles de condición física y ejecución motriz.

g) Conciencia y expresiones culturales. (CEC). Se contribuye a través de la expresión de ideas o sentimientos de forma creativa mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y del movimiento. Además, se debe valorar como manifestación cultural de la motricidad humana, las danzas o bailes como patrimonio cultural que ayuda a la adquisición de una actitud abierta hacia la diversidad cultural que pretenden establecer relaciones sociales no competitivas, coeducativas e inclusivas entorno al ritmo, el baile y el movimiento.

7.2 PERFIL DE CADA UNA DE LAS COMPETENCIAS DE ACUERDO A LO ESTABLECIDO EN LA ORDEN EDC/65/2015, DE 21 DE ENERO

De acuerdo con el **art. 5 de la ORDEN EDC/65/2015** el **perfil de la materia de Educación Física está compuesto por el conjunto de estándares de aprendizaje evaluables que se relacionan con una misma competencia**. Para **valorar el desarrollo competencial del alumno** se realizará a través de los estándares de aprendizaje evaluables de la materia de Educación Física, y que, al ponerse en **relación con las competencias**, permitirán graduar el rendimiento o desempeño alcanzado en cada una de ellas. Estos estándares deben ser **observables, medibles y evaluables**, los que al ponerse en relación con las competencias clave, permitan graduar el rendimiento o desempeño alcanzado en cada una de ellas pudiendo utilizarse diferentes instrumentos para registrar los resultados de los alumnos.

En las siguientes tablas se presentan los estándares de aprendizaje evaluables en cada curso, los criterios de calificación y sus relaciones con las competencias clave en cada uno de los cursos.

1º ESO

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	COMPETENCIAS CLAVE						
		CL	CMCT	CD	AA	CSC	SIEE	CEC
1. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	1EDF1.1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.			X				
	1EDF1.1.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	X		X				
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. 2. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. 3. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.	1EDF2.1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.						X	
	1EDF2.2.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas en el ciclo.		X					
	1EDF2.3.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.				X		X	
	1EDF2.3.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades				X		X	
	1EDF2.3.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.		X		X			
	1EDF2.3.4 Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.		X		X			
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. 2. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	1EDF3.1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.				X	X		
	1EDF3.1.2. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	X						
	1EDF3.2.1. Adapta los fundamentos técnicos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o colaboración-oposición propuestas.				X			
1. Resolver situaciones motrices de colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	1EDF4.1.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas.				X			
	1EDF4.2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.					X		

2. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos en la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	1EDF4.2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.					X	X		
	1EDF4.2.3 Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.					X			
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1EDF5.1.1. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.	X							
	1EDF5.2.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.		X						
2. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	1EDF5.2.2 Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.					X			
1. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	1EDF6.1.1 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.				X				X
	1EDF6.1.2 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.					X			

2º ESO

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	COMPETENCIAS CLAVE						
		CL	CMCT	CD	AA	CSC	SIEE	CEC
1. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	2EDF1.1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.			X				
	2EDF1.1.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	X		X				
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	2EDF2.1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.						X	
	2EDF2.2.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas en el ciclo.		X					
	2EDF2.2.2 Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca				X			

<p>motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>3. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.</p> <p>4. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p>	correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.								
	2EDF2.2.3 Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.								X
	2EDF2.2.4 Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.		X						X
	2EDF2.3.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.		X		X				
	2EDF2.3.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.				X				X
	2EDF2.3.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.		X		X				
	2EDF2.3.4 Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida		X		X				
	2EDF2.4.1 Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.				X				
<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p>	2EDF2.4.2 Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.				X			X	
	2EDF3.1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas				X	X			
	2EDF3.1.2 Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.				X			X	
	2EDF3.1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico	X							
	2EDF3.1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.							X	
<p>1. Resolver situaciones motrices de colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más</p>	2EDF3.2.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.				X				
	2EDF4.1.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición				X				

<p>adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>2. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos en la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	propuestas.								
	2EDF4.1.2 Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.							X	
	2EDF4.2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.						X		
	2EDF4.2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.						X	X	
	2EDF4.2.3 Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.					X			
<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p> <p>3. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	2EDF5.1.1. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.	X	X						
	2EDF5.2.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.		X						
	2EDF5.2.2 Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.		X				X		
	2EDF5.3.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.		X						
	2EDF5.3.2 Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas en un entorno no estable.		X						
<p>1. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.</p>	2EDF6.1.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.					X			X
	2EDF6.1.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.							X	X
	2EDF6.1.3 Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.							X	X

3º ESO

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	COMPETENCIAS CLAVE						
		CL	CMCT	CD	AA	CSC	SIEE	CEC
1. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	3EDF1.1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante			X				
	3EDF1.1.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	X		X				
<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>3. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.</p> <p>4. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p>	3EDF2.1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.					X		
	3EDF2.2.1 Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.		X					
	3EDF2.2.2 Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.		X					
	3EDF2.2.3 Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.				X			
	3EDF2.2.4 Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.				X		X	
	3EDF2.3.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.				X			
	3EDF2.3.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.				X		X	
	3EDF2.3.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.		X				X	
	3EDF2.3.4 Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.		X					
	3EDF2.4.1 Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.				X			
3EDF2.4.2 Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.				X		X		

	3EDF2.4.3 Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.				X		X	
<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p>	3EDF3.1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas				X	X		
	3EDF3.1.2 Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.						X	
	3EDF3.1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	X						
	3EDF3.2.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas.				X			
	3EDF3.2.2 Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	X						X
	3EDF3.2.3 Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.							X
	3EDF3.2.4 Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.				X			
<p>1. Resolver situaciones motrices de, colaboración o oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>2. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos en la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	3EDF4.1.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.				X		X	
	3EDF4.1.2 Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.	X						X
	3EDF4.1.3 Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.				X			X
	3EDF4.1.4 Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.				X			
	3EDF4.2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.						X	
	3EDF4.2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.						X	X
	3EDF4.2.3 Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.						X	

<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p> <p>3. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	3EDF5.1.1 Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.	X	X						
	3EDF5.2.1 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.					X			
	3EDF5.2.2. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.					X		X	
	3EDF5.3.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.		X						
	3EDF5.3.2 Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno	X							
	3EDF5.3.3 Adopta las medias preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.		X						
<p>1. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.</p> <p>2. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	3EDF6.1.1 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.					X		X	
	3EDF6.1.2 Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.						X	X	
	3EDF6.2.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponen un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.		X						

4º ESO

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	COMPETENCIAS CLAVE						
		CL	CMCT	CD	AA	CSC	SIEE	CEC
<p>1. Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.</p>	4EDF1.1.1 Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.			X	X			
	4EDF1.1.2 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.	X		X	X			

	4EDF1.1.3 Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.	X		X					
<p>1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.</p> <p>2. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.</p> <p>3. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.</p> <p>4. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.</p> <p>5. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.</p>	4EDF2.1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.			X		X			
	4EDF2.2.1 Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.		X		X				
	4EDF2.2.2 Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.		X		X				
	4EDF2.2.3 Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.		X			X			
	4EDF2.2.4 Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.		X		X				
	4EDF2.3.1 Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.		X		X				
	4EDF2.3.2 Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.		X				X		
	4EDF2.3.3 Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.		X	X	X				
	4EDF2.3.4 Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.		X				X		
	4EDF2.4.1 Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.		X		X				
	4EDF2.4.2 Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.		X		X				
	4EDF2.4.3 Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.		X				X		
	4EDF2.5.1 Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.		X				X		

	4EDF2.5.2 Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.		X		X				
	4EDF2.5.3 Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.	X	X						
<p>1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.</p> <p>2. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.</p>	4EDF3.1.1 Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.				X		X		
	4EDF3.1.2 Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.				X		X		
	4EDF3.2.1 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.					X		X	
<p>1. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.</p> <p>2. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.</p> <p>3. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.</p> <p>4. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.</p>	4EDF4.1.1 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.				X		X		
	4EDF4.1.2 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.					X	X	X	
	4EDF4.1.3 Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.					X		X	
	4EDF4.1.4 Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.	X				X			
	4EDF4.1.5 Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.	X						X	
	4EDF4.2.1 Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.						X	X	
	4EDF4.2.2 Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.						X	X	
	4EDF4.2.3 Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.							X	
	4EDF4.3.1 Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia						X		

	motriz y otras diferencias.								
	4EDF4.3.2 Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.					X			X
	4EDF4.3.3 Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como el de espectador.					X			X
	4EDF4.4.1 Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a los argumentos válidos.	X				X			
	4EDF4.4.2 Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.					X	X		
1. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida del entorno.	4EDF5.1.1 Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.		X		X				
	4EDF5.1.2 Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.		X		X				
	4EDF5.1.3 Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.		X			X			
1. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.	4EDF6.1.1 Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.				X				X
	4EDF6.1.2 Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.				X				X
	4EDF6.1.3 Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.					X	X	X	

1º BACHILLERATO

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	COMPETENCIAS CLAVE						
		CL	CMCT	CD	AA	CSC	SIEE	CEC
1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en la etapa anterior.	B1EDF1.1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses						X	
	B1EDF1.1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas				X			
	B1EDF1.1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo						X	
2. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición,	B1EDF1.1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no		X					

colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	estables, analizando los aspectos organizativos necesarios							
	B1EDF1.2.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición			X				
	B1EDF1.2.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno				X			
	B1EDF1.2.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo					X		
	B1EDF1.2.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas					X		
<p>1. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.</p> <p>2. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial y evaluando las mejoras obtenidas.</p> <p>3. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.</p>	B1EDF1.2.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes			X		X		
	B1EDF2.1.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios	X			X	X	X	
	B1EDF2.1.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas		X			X	X	
	B1EDF2.2.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales	X	X		X			
	B1EDF2.2.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas				X		X	
	B1EDF2.2.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad		X		X			
	B1EDF2.2.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad		X		X		X	
	B1EDF2.2.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado		X		X		X	
	B1EDF2.2.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas				X		X	
	B1EDF2.3.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los		X					

	programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud							
	B1EDF2.3.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud		X		X		X	
	B1EDF2.3.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física				X		X	
	B1EDF2.3.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades				X			
1. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.	B1EDF3.1.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos					X	X	X
	B1EDF3.1.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva						X	X
	B1EDF3.1.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo				X			X
1. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.	B1EDF4.1.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo				X			X
	B1EDF4.1.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos		X					
	B1EDF4.1.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo		X					X
2. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.	B1EDF4.2.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico- deportivas					X		
	B1EDF4.2.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias					X		
3. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participación en entornos colaborativos con intereses comunes.	B1EDF4.3.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia			X	X			
	B1EDF4.3.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión			X				

8. CONCRECIÓN DE LOS ELEMENTOS TRANSVERSALES

La ORDEN EDU/362/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León establece en su Artículo 7 los elementos transversales.

“1. Los elementos transversales que se han de tener en cuenta son los establecidos en el artículo 6 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre.

2. Para un mejor desarrollo de todos los aspectos vinculados a los elementos transversales, los centros docentes colaborarán en las campañas de sensibilización y formación que sobre los mismos lleven a efecto directamente las administraciones públicas o estén expresamente avaladas por las mismas, a través de la organización de todo tipo de actividades adaptadas a la etapa evolutiva del alumnado, en seguimiento de lo dispuesto en la disposición adicional novena del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre.”

Remitiéndonos por tanto al decreto estatal encontramos un amplio texto en el que subrayamos los que consideramos elementos transversales:

Artículo 6. Elementos transversales.

*1. En Educación Secundaria Obligatoria, sin perjuicio de su tratamiento específico en algunas de las materias de cada etapa, **la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las Tecnologías de la Información y la Comunicación, el emprendimiento y la educación cívica y constitucional** se trabajarán en todas las materias.*

*2. Las Administraciones educativas fomentarán el desarrollo de la igualdad efectiva entre hombres y mujeres, la prevención de la violencia de género o contra personas con discapacidad y los valores inherentes al principio de **igualdad de trato y no discriminación** por cualquier condición o circunstancia personal o social.*

*Las Administraciones educativas fomentarán el aprendizaje de la **prevención y resolución pacífica de conflictos** en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, el pluralismo político, la paz, la democracia, el respeto a los derechos humanos, el respeto a los hombre y mujeres por igual, a las personas con discapacidad y el rechazo a la violencia terrorista, la pluralidad, el respeto al Estado de derecho, el respeto y consideración a las víctimas del terrorismo y la prevención del terrorismo y de cualquier tipo de violencia.*

La programación docente debe comprender en todo caso la prevención de la violencia de género, de la violencia contra las personas con discapacidad, de la violencia terrorista y de cualquier forma de violencia, racismo o xenofobia, incluido el estudio del Holocausto judío como hecho histórico.

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

*Los currículos de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato incorporarán elementos curriculares relacionados con el **desarrollo sostenible y el medio ambiente**, los riesgos de explotación y abuso sexual, el abuso y maltrato a las personas con discapacidad, las situaciones de riesgo derivadas de la inadecuada utilización de las tecnologías de la Información y la Comunicación, así como **la protección ante emergencias y catástrofes**.*

*3. Los currículos de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato incorporarán elementos curriculares orientados al desarrollo y afianzamiento del **espíritu emprendedor**, a la*

adquisición de competencias para la creación y desarrollo de los diversos modelos de empresas y al fomento de la igualdad de oportunidades y del respeto al emprendedor y al empresario, así como a la ética empresarial. Las Administraciones educativas fomentarán las medidas para que el alumnado participe en actividades que le permita afianzar el espíritu emprendedor y la iniciativa empresarial a partir de aptitudes como la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico.

*4. Las Administraciones educativas adoptarán medidas para que la **actividad física y la dieta equilibrada** formen parte del comportamiento juvenil. A estos efectos, dichas Administraciones promoverán la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos y alumnas durante la jornada escolar, en los términos y condiciones que, siguiendo las recomendaciones de los organismos competentes, garanticen un desarrollo adecuado para favorecer una vida activa, saludable y autónoma. El diseño, coordinación y supervisión de las medidas que a estos efectos se adopten en el centro educativo serán asumidos por el profesorado con cualificación o especialización adecuada en estos ámbitos.*

*5. En el ámbito de la **educación y la seguridad vial**, las Administraciones educativas incorporarán elementos curriculares y promoverán acciones para la mejora de la convivencia y la prevención de los accidentes de tráfico, con el fin de que el alumnado conozca sus derechos y deberes como usuario de las vías, en calidad de peatón, viajero y conductor de bicicletas o vehículos a motor, respete las normas y señales, y se favorezca la convivencia, la tolerancia, la prudencia, el autocontrol, el diálogo y la empatía con actuaciones adecuadas tendentes a evitar los accidentes de tráfico y sus secuelas.*

Extraemos pues los elementos transversales que consideramos fundamentales por no estar englobados en otros de los citados:

- 1. Educación y seguridad vial**
- 2. Protección ante emergencias y catástrofes**
- 3. Actividad física y dieta equilibrada**
- 4. Desarrollo sostenible y medio ambiente**
- 5. Espíritu emprendedor**
- 6. Comunicación oral, escrita y audiovisual**
- 7. Tecnologías de la información y la comunicación**
- 8. Educación cívica y constitucional**
- 9. Igualdad de trato y no discriminación**
- 10. Prevención y resolución pacífica de conflictos**

Desde Educación Física pretendemos trabajar todos estos temas transversales y algunos otros que citamos a continuación. Se abordarán no sólo transversalmente si no aprovechando distintas efemérides;

Comentamos algunas acciones concretas en relación con los elementos transversales

Educación vial

Fomentando la utilización adecuada de los espacios y vías públicas.

- Durante la utilización de espacios no convencionales fuera del aula.

Protección ante emergencias y catástrofes

Específicamente en el tratamiento de los primeros auxilios, pero también a través de todas las actitudes de seguridad y prevención que se pretenden fomentar diariamente.

Actividad física y dieta equilibrada

Evidentemente toda la asignatura aborda este tema transversal. Pero se procurará facilitar el tratamiento de este tema transversal en las otras materias ofreciendo ideas concretas a desarrollar en otras materias o en días especiales; “día de la actividad física”.

Educación para la salud.

Constituye la orientación y justificación más arraigada de nuestras acciones. “Toda Educación Física debe ser educación para la salud” (Vicente Mtnez. de Aro).

Desarrollo sostenible y medio ambiente

Favoreciendo el respeto a la naturaleza, valorándola y responsabilizando del cuidado de nuestro entorno (la instalación, el patio, el exterior...)

- Se acentúa durante la utilización de espacios no convencionales y naturales fuera del aula. En este sentido hechos como tirar papeles al suelo, son una falta para considerar para no asistir a excursiones.

Educación del consumidor

Que permita situarse ante la sociedad de consumo como personas conscientes, críticas, responsables y solidarias a la vez que capacitarle para filtrar la información que reciben y comprender y situar los fenómenos derivados del consumo como pueden ser la publicidad, el márketing, la compra del atuendo deportivo...

- Utilización de material no convencional o de desecho.
- Reflexión sobre los factores socioculturales asociados a las actividades físicas y el deporte.
- Análisis de mensajes del cuerpo en la publicidad en “*Expresión Corporal*”

Espíritu emprendedor

A través de las situaciones problemas y retos propuestos. A través de proyectos como “Organización de Actividades Físicas Grupales” y nuestra intención de dar la mayor autonomía posible en el desarrollo de estas propuestas y de las propias clases

Comunicación oral, escrita y audiovisual

- A nivel oral los alumnos tendrán innumerables situaciones para comunicarse en las situaciones problemas y de organización acordadas, además de exponer en público ante sus compañeros en las asambleas diarias y en Unidades didácticas concretas; “Mi actividad física favorita”
- A nivel audiovisual abordado desde la expresión corporal escénica y las tareas desarrolladas como clase inversa (flippedclassroom) en la que los alumnos pueden aportar material audiovisual con o sin enriquecimiento.
- A nivel escrito abordado desde cualquiera de las tareas encomendadas. Las tareas escritas no serán corregidas hasta que se presenten legibles, sin faltas de ortografía y con buena presentación Para ello el profesor ofrecerá una gradual ayuda subrayando la palabra, la frase o el párrafo con errores ortográficos. (Otras referencias especificadas en el apartado de la programación “*Medidas que promuevan el hábito de la lectura*”.)

Tecnologías de la información y la comunicación

Presentes en los contenidos y estándares de aprendizaje correspondientes.

Abordados especialmente desde el uso del sýmbaloo, drive y clases inversas. La utilización del cañón de video en clase nos permitirá aprovechar y mostrar a los alumnos muchas de las posibilidades de las nuevas tecnologías de la información y comunicación en el ámbito de la cultura física.

Uso de aplicaciones móviles específicas; *Runtastic, Mis Torneos,...*

Educación cívica y constitucional

A través, por ejemplo: de las asambleas diarias, el círculo de escucha...se pretende analizar y comentar comportamientos concretos de la sesión o comunes en la sociedad. Se pretende dar especial relevancia a los aspectos relacionales.

Se pretende involucrar al alumnado en la propia mejora del entorno social; tanto de los espacios como de las estructuras de trabajo de las más próximas (pabellón) a las más lejanas (pueblo, provincia...). Como ciudadanos que participan y construyen la sociedad en que viven.

Igualdad de trato y no discriminación

Las intenciones inclusivas y cooperativas minimizan la discriminación. Aún así estaremos especialmente atentos ya que aún en la escuela y especialmente en las actividades físicas, perviven ciertos hábitos, comportamientos, actitudes y valores ciertamente machistas. Con una particularidad muy importante: se tienen asumidos sin que nos demos cuenta. Un paso previo para educar en la igualdad de sexos es concienciar de ellos.

.

- Especial atención a las cargas sexistas del lenguaje, refuerzos, modelos, expectativas, contenidos, usos del material y el espacio. Dando importancia a las cualidades y contenidos tradicionalmente femeninos (Expresión Corporal, ritmo, flexibilidad...)

Cada vez más importante es también prevenir cualquier atisbo xenófobo

- Se busca conocer otras culturas, otras formas de actividad física... para desarrollar actitudes de interés y respeto.
- Resolver cooperativamente problemas motrices y situaciones conflictivas.

Citar nuestra intención genérica de evitar asumir modelos ideales de cuerpo que promueven el rechazo desde la estética o limitaciones corporales. Todo lo contrario nuestra visión es la adaptación a las diferentes posibilidades.

Prevención y resolución pacífica de conflictos

La paz es uno de los bienes más preciados por la sociedad sin embargo la misma sociedad fomenta, competitividad, agresividad, ambición, lucha por el poder. En este sentido debemos estar atentos al tipo de actividad física que proponemos; especialmente en lo referente a juegos y deportes, para conciliar una competición que respete al adversario.

- Dar a conocer y fomentar juegos y actividades cooperativas.
- En nuestra sociedad existe la competición. Es pues esencial enseñar a competir. Éticamente. Sanamente. El propio Ghandy expone: que la “no- violencia” no consiste en dejar de luchar; siempre van a existir conflictos de intereses. Consiste en aprender a luchar por nuestro objetivo teniendo en cuenta al otro; sin pretender eliminarlo e incluso buscando el beneficio mutuo.

9. INTERDISCIPLINARIEDAD

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:

1. En la coordinación de Contenidos comunes a diferentes áreas. En nuestro caso, sobre todo con el Departamento de Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales...
2. En la construcción y utilización de materiales, principalmente con los Departamentos de Educación Plástica y visual y Tecnología.
3. En la realización de Actividades Complementarias y Extraescolares con los departamentos de Ciencias Naturales, Música, Economía y otros que quieran participar.
4. 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.
5. 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.
6. Coordinación entre todos los miembros del Claustro para que todos y todas respetemos las normas COVID-19 establecidas en el centro para evitar posibles contagios.

10. MEDIDAS QUE PROMUEVAN EL HÁBITO DE LA LECTURA

La comprensión lectora es esencial para poder profundizar en cualquier campo de conocimiento aprovechando el acervo cultural. La lectura y escritura constituyen un factor primordial para el desarrollo de las competencias clave. Los Centros deberán garantizar en la práctica docente de TODAS las materias un tiempo dedicado a las mismas en todos los cursos de la etapa. Teniendo esto en cuenta, desde el área de Educación Física se intentará estimular el interés y el hábito de la lectura en la medida que sea posible, dando importancia, asimismo, a la escritura.

En el caso de la Educación Física se trabajará y promoverá el hábito de la lectura a través de las siguientes medidas:

1. Utilización de instrucciones escritas para el desarrollo de las clases (esta medida facilitará la individualización de la enseñanza a la par que exige la comprensión lectora significativa)
2. Intervenciones específicas para aprender a seguir instrucciones escritas.
3. Lectura y creación de textos e infografías de formación teórica para poner en práctica en clase (clase inversa)
4. Lectura de textos para profundizar en el contenido tratado. Se constatará y valorará la comprensión a través de la elaboración de *preguntas inteligentes* por parte de los alumnos.

5. Lectura de libros que pretenden compensar la imposibilidad de participar en actividades extraescolares evaluables. Especialmente las realizadas en el medio natural.
6. Búsqueda y lectura de artículos de revista y prensa relacionados con la actividad física y deportiva entorno a temas como la salud, deporte, alcohol y tabaco, dieta y deporte, competición, consumo deportivo, estilo de vida saludable, etc.
7. Es pretensión del departamento encomendar al menos un trabajo de investigación al año en el que la lectura es básica. (Plan de acondicionamiento físico, Mi actividad física favorita, nutrición...) Para el desarrollo de estos trabajos el departamento ofrecerá algunos libros en la clase y diferentes textos en Classroom, direcciones de páginas web...
8. Se ofrecerá la posibilidad de aportaciones extra a la asignatura, para motivar a la lectura, elaboración de textos... libre y voluntariamente.
9. Ir a la biblioteca del centro y buscar lecturas, libros, revistas relacionados con el deporte, la educación física, la alimentación, salud, etc.
10. Fomentar el uso de la biblioteca digital "LEOCYL".

11. EVALUACIÓN

Los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias y el logro de los objetivos de la etapa en las evaluaciones continua y final de las materias de los bloques de asignaturas troncales y específicas, serán los **criterios de evaluación** y **estándares de aprendizaje evaluables**.

Sin perjuicio de que la evaluación deba contemplar la totalidad de los estándares de aprendizaje de cada materia, el equipo docente tendrá en especial consideración aquellos **estándares que se consideren básicos** en cada curso y en cada una de las materias para la toma de decisiones sobre la promoción, en especial la excepcional, así como para la incorporación al grupo ordinario de cuarto curso del alumnado que haya cursado un programa de mejora del aprendizaje y del rendimiento.

11.1 MOMENTOS DE EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES

Es importante tener en cuenta diferentes momentos de evaluación de los aprendizajes y otros aspectos para que dicha evaluación resulte favorable y positiva a final del curso escolar. Para ello, es necesario realizar diferentes momentos de evaluación:

Evaluación Inicial

Al comienzo de cada curso de la educación secundaria obligatoria, los equipos docentes realizarán una **evaluación inicial** del alumnado en todos los cursos, que será presidida por el tutor de cada grupo de alumnos y que contará con el apoyo, en su caso, del departamento de orientación.

La evaluación inicial tendrá como finalidad adoptar las decisiones que correspondan en relación con las características y conocimientos del alumnado y que deberán ser recogidas en el acta de la sesión. Esta evaluación inicial no sólo se referirá a aspectos curriculares de cada materia, sino que incluirá los informes individuales preexistentes que revistan interés para la vida escolar, y los datos obtenidos por los propios tutores y profesores sobre la situación desde la que el alumno inicia los nuevos aprendizajes. En el caso del primer curso incluirá, además, los datos correspondientes a la escolarización y al informe de evaluación final de la etapa de educación primaria.

En E.F. esta evaluación inicial se realizará mediante la recogida de datos básicos del alumno en relación con su **historial médico** que debe estar firmada por los padres, madres y/o tutores legales, así como otros aspectos de interés relacionados con su práctica de actividad físico-deportiva en su tiempo de ocio. Es obligatoria su entrega para la consideración de las posibles enfermedades y/o lesiones del alumno y realizar así las adaptaciones no significativas necesarias.

Por otro lado, se realizará una **evaluación inicial al comenzar cada unidad didáctica** para evaluar los conocimientos previos que el alumnado tiene sobre la temática a desarrollar.

Evaluación Continua

Esta es la evaluación que se va a realizar día a día en el aula, en relación con las actividades y aprendizajes de cada una de las actividades y la participación en las mismas, así como en relación con el clima de convivencia en el aula, al establecimiento de relaciones entre alumnado y profesora además del cumplimiento de las normas de convivencia e higiene establecidas al inicio de curso. También se tendrá en cuenta el seguimiento del portafolio y/o fichas de trabajo donde se incluirán ciertas actividades donde el alumno reforzará los conocimientos de clase.

Evaluación Final

Se realizará al finalizar cada trimestre y al finalizar el curso escolar donde se va a establecer el grado de cumplimiento de los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables, así como el grado de desarrollo de las competencias clave, donde se analizarán los datos recogidos durante la evaluación continua.

11.2 INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES

Para valorar el resultado de los aprendizajes y actitudes a lo largo del curso se emplearán diferentes instrumentos ya sean de carácter práctico o teórico. Muchos de los instrumentos que se utilicen para la valoración práctica se llevarán a cabo a través de la **OBSERVACIÓN DIRECTA y SISTEMÁTICA** anotando los datos necesarios para la evaluación de los aprendizajes de carácter eminentemente práctico.

- Para valorar los **aspectos teóricos (SABER)** de la materia, se va a utilizar el **portafolio personal del alumno**, donde va a incluir actividades, fichas teórico-prácticas, trabajos, reflexiones, comentarios y otras cuestiones que se vayan trabajando a lo largo del curso. También se van a utilizar **exámenes escritos y pruebas orales** sobre los contenidos desarrollados de las unidades didácticas. De forma voluntaria pueden realizarse **trabajos de ampliación** de contenidos o de lectura de libros o novelas relacionados con la actividad física y el deporte. También se utilizarán las **TIC** para la entrega de trabajos, fichas, lecturas, etc.
- Para valorar los **aspectos motrices (SABER HACER)** se van a utilizar pruebas específicas prácticas como **test de condición física, circuitos de habilidad práctica sobre deportes, autoevaluaciones** de su práctica, **evaluaciones recíprocas y coevaluaciones** sobre habilidades o **montajes coreográficos**. También se valorará la **utilización adecuada de las TIC**. Se realizará mediante **planillas de evaluación y coevaluación y rúbricas**.
- Para valorar la **práctica diaria (SABER SER Y ESTAR)** se va a realizar a través de una **planilla de observación y/o cuaderno o registro de observación del profesor/a**, en la que se van a anotar aspectos como: traer el material deportivo y la bolsa personal con el material mínimo requerido

(gel hidroalcohólico, mascarilla de repuesto, paquete de pañuelos y botella de agua), recoger el material, trabajar con todos los compañeros (manteniendo la distancia de seguridad), mostrar interés y esfuerzo en las actividades planteadas, así como la asistencia y puntualidad, participación activa, respeto al material, instalaciones, respeto a los compañeros/as y profesores, atención a las explicaciones, etc. También se pueden utilizar **cuestionarios de autoevaluación y/o rúbricas** del trabajo diario.

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

En las siguientes tablas se establecen los **instrumentos de evaluación** y los **criterios de calificación** teniendo en cuenta el ámbito (**saber, saber hacer y saber ser y estar**) al que pertenecen los diferentes **estándares de aprendizaje evaluables** de cada uno de los cursos.

Los diferentes ámbitos que se han establecido están vinculados con:

- **SABER** → Aspectos teóricos o conceptuales de la materia.
- **SABER HACER** → Aspectos prácticos o procedimentales de la materia.
- **SABER SER Y ESTAR** → Aspectos del trabajo diario del alumno/a en clase y su actitud en clase.

1º ESO
SABER 30%
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Examen teórico, trabajos escritos y digitales, preguntas y exposiciones orales, lectura de libros, artículos.
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos) 1EDF3.1.2. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. 1EDF1.1.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos. 1EDF2.3.4 Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. 1EDF5.2.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. 1EDF2.2.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas en el ciclo. 1EDF5.1.1. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.
SABER HACER 40%
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Test de condición física, circuitos de habilidad práctica sobre deportes, autoevaluaciones de su práctica, evaluaciones recíprocas y coevaluaciones sobre habilidades o montajes coreográficos. Utilización de las TIC.
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos) 1EDF1.1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 1EDF2.1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación. 1EDF2.3.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 1EDF3.1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. 1EDF6.1.1 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 1EDF2.3.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. 1EDF3.2.1. Adapta los fundamentos técnicos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o colaboración-oposición propuestas. 1EDF4.1.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de

colaboración-oposición propuestas.
SABER SER Y ESTAR 30%
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Observación directa en clase, planillas de evaluación, cuaderno del profesor, rúbricas de autoevaluación.
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)
<p>1EDF2.3.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>1EDF4.2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>1EDF4.2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>1EDF4.2.3 Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p> <p>1EDF5.2.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>1EDF6.1.2 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p>

2º ESO
SABER 30%
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Examen teórico, trabajos escritos y digitales, preguntas y exposiciones orales, lectura de libros, artículos.
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)
<p>2EDF2.2.4 Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p> <p>2EDF2.4.1 Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>2EDF3.1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>2EDF5.3.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p> <p>2EDF1.1.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p> <p>2EDF5.2.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>2EDF2.2.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>2EDF2.3.4 Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p> <p>2EDF5.1.1. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p>
SABER HACER 40%
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Test de condición física, circuitos de habilidad práctica sobre deportes, autoevaluaciones de su práctica, evaluaciones recíprocas y coevaluaciones sobre habilidades o montajes coreográficos. Utilización de las TIC.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)

- 2EDF1.1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
- 2EDF2.1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.
- 2EDF2.2.3 Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
- 2EDF2.3.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
- 2EDF3.1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- EDF3.1.2 Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
- 2EDF3.1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.
- 2EDF6.1.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
- 2EDF6.1.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- 2EDF2.2.2 Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
- 2EDF2.3.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- 2EDF2.4.2 Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.
- 2EDF4.1.2 Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.
- 2EDF3.2.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
- 2EDF4.1.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
- 2EDF6.1.3 Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

SABER SER Y ESTAR 30%

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Observación directa en clase, planillas de evaluación, cuaderno del profesor, rúbricas de autoevaluación.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)

- 2EDF2.3.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
- 2EDF4.2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
- 2EDF4.2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
- 2EDF4.2.3 Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.
- 2EDF5.2.2 Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.
- 2EDF5.3.2 Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas en un entorno no estable.

3º ESO

SABER 30%

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Examen teórico, trabajos escritos y digitales, preguntas y exposiciones orales, lectura de libros, artículos.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)

- 3EDF1.1.2 **Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.**
- 3EDF2.2.1 **Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.**
- 3EDF2.4.1 **Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.**
- 3EDF3.1.3 **Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.**
- 3EDF5.3.1 **Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.**
- 3EDF6.2.1 **Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.**
- 3EDF3.2.2 Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
- 3EDF4.1.2 Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.
- 3EDF5.1.1 Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.
- 3EDF5.3.2 Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.
- 3EDF2.2.2 Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.
- 3EDF2.3.4 Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.
- 3EDF5.2.2. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

SABER HACER 40%

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Test de condición física, circuitos de habilidad práctica sobre deportes, autoevaluaciones de su práctica, evaluaciones recíprocas y coevaluaciones sobre habilidades o montajes coreográficos. Utilización de las TIC.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)

- 3EDF1.1.1 **Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.**
- 3EDF2.1.1 **Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.**
- 3EDF2.2.4 **Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.**
- 3EDF2.3.2 **Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.**
- 3EDF2.4.2 **Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.**
- 3EDF3.1.1 **Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.**
- 3EDF3.1.2 **Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.**
- 3EDF6.1.1 **Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.**
- 3EDF2.2.3 Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
- 3EDF2.4.3 Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.
- 3EDF3.2.3 Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.
- 3EDF4.1.3 Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.
- 3EDF2.3.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- 3EDF6.1.2 Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
- 3EDF3.2.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas.
- 3EDF4.1.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.

SABER SER Y ESTAR 30%

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Observación directa en clase, planillas de evaluación, cuaderno del profesor, rúbricas de autoevaluación.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)

- 3EDF2.3.1 **Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.**
- 3EDF4.2.1 **Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.**
- 3EDF4.2.2 **Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.**
- 3EDF4.2.3 **Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.**
- 3EDF5.2.1 **Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.**
- 3EDF5.3.3 **Adopta las medias preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.**
- 3EDF3.2.4 **Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.**
- 3EDF4.1.4 **Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.**

4º ESO

SABER 30%

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Examen teórico, trabajos escritos y digitales, preguntas y exposiciones orales, lectura de libros, artículos.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)

- 4EDF1.1.1 **Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.**
- 4EDF2.2.1 **Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.**
- 4EDF2.2.3 **Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.**
- 4EDF2.3.3 **Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.**
- 4EDF2.4.1 **Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.**
- 4EDF2.5.3 **Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.**
- 4EDF4.4.1 **Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a los argumentos válidos.**
- 4EDF2.2.2 **Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.**
- 4EDF2.3.1 **Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.**
- 4EDF2.2.4 **Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física**
- 4EDF2.5.2 **Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.**
- 4EDF5.1.2 **Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.**
- 4EDF2.3.4 **Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.**
- 4EDF4.1.4 **Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.**
- 4EDF4.1.5 **Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.**
- 4EDF5.1.1 **Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.**

SABER HACER 40%

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Test de condición física, circuitos de habilidad práctica sobre deportes, autoevaluaciones de su práctica, evaluaciones recíprocas y coevaluaciones sobre habilidades o montajes coreográficos. Utilización de las TIC.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)

4EDF1.1.2 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.

4EDF1.1.3 Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

4EDF2.1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.

4EDF2.3.2 Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

4EDF2.4.2 Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.

4EDF2.4.3 Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

4EDF3.1.2 Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva. 4EDF6.1.1 Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.

4EDF3.2.1 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.

4EDF4.1.1 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.

4EDF4.1.2 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.

4EDF6.1.2 Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás

4EDF3.1.1 Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.

4EDF4.1.3 Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.

4EDF4.2.3 Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.

SABER SER Y ESTAR 30% NOTA FINAL

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Observación directa en clase, planillas de evaluación, cuaderno del profesor, rúbricas de autoevaluación.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)

4EDF2.5.1 Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.

4EDF4.2.1 Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.

4EDF4.3.1 Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

4EDF4.3.3 Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como el de espectador.

4EDF4.4.2 Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.

4EDF5.1.3 Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.

4EDF6.1.3 Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.

4EDF4.2.2 Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.

4EDF4.3.2 Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.

1º BACHILLERATO

SABER 30%

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Examen teórico, trabajos escritos y digitales, preguntas y exposiciones orales, lectura de libros, artículos.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)

- B1EDF2.1.2. **Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.**
- B1EDF2.2.1. **Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.**
- B1EDF2.2.3. **Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.**
- B1EDF2.2.4. **Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.**
- B1EDF2.3.1. **Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.**
- B1EDF2.2.6. **Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas.**

SABER HACER 40%

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Test de condición física, circuitos de habilidad práctica sobre deportes, autoevaluaciones de su práctica, evaluaciones recíprocas y coevaluaciones sobre habilidades o montajes coreográficos. Utilización de las TIC.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)

- B1EDF1.1.1. **Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.**
- B1EDF1.2.3. **Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.**
- B1EDF2.2.2. **Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.**
- B1EDF2.2.5. **Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.**
- B1EDF2.3.3. **Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.**
- B1EDF2.3.4. **Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.**
- B1EDF3.1.2. **Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.**
- B1EDF4.1.2. **Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.**
- B1EDF4.3.1. **Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.**
- B1EDF4.3.2. **Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.**
- B1EDF1.1.2. **Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.**
- B1EDF1.1.4. **Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.**
- B1EDF2.1.1. **Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.**
- B1EDF2.3.2. **Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.**
- B1EDF3.1.3. **Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.**
- B1EDF4.1.3. **Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo**
- B1EDF1.2.1. **Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.**
- B1EDF1.2.5. **Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.**
- B1EDF1.1.3. **Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.**

SABER SER Y ESTAR 30%

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Observación directa en clase, planillas de evaluación, cuaderno del profesor, rúbricas de autoevaluación.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (En negrita los que se consideran Básicos)

- B1EDF1.2.2. **Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno.**
- B1EDF3.1.1. **Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.**
- B1EDF4.1.1. **Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.**
- B1EDF4.2.1. **Respeto las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.**
- B1EDF4.2.2. **Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.**
- B1EDF1.2.4. **Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.**

11.4 ASPECTOS FUNDAMENTALES DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

- ⇒ La **asistencia** a clase es **obligatoria**. Las faltas de asistencia deberán justificarse cuando el alumno/a se incorpore de nuevo a clase, en su defecto se considerará falta no justificada. Se entiende como falta injustificada la no presentación de justificantes, o la entrega de estos cumplimentados de forma insuficiente o falsificada.
- ⇒ La **materia es eminentemente práctica** y el escaso número de horas lectivas (2 horas semanales) se plantea la **asistencia a clase como condición indispensable**, así como la **participación en todas las actividades de la clase para poder ser evaluado positivamente** ya que cada día se toman anotaciones con respecto al trabajo realizado en clase y si se tienen faltas de asistencia reiteradas no se podrán sumar esas anotaciones a la nota ponderada de la evaluación y a la nota final del curso.
- ⇒ Si un **alumno/a falta el día de realización de un examen teórico o práctico**, deberá justificar su ausencia para cambiar la fecha de dicha prueba. De lo contrario se entenderá que el alumno/a no ha querido realizar el examen en el día correspondiente y supondrá una calificación negativa en esa prueba (0 puntos).
- ⇒ Es **obligatorio el uso de ropa deportiva** en las clases prácticas: chándal, camiseta y zapatillas. Además, se debe venir a clase con la ropa puesta y con una bolsa que contendrá al menos, botella de agua, gel hidroalcohólico, paquete de pañuelos, mascarilla de repuesto y otros elementos básicos de aseo.
- ⇒ Durante las sesiones de Educación Física **no se puede comer o masticar chicle**, portar objetos que puedan provocar lesiones propias o ajenas (**pendientes grandes, pulseras, collares**, etc.). Además, **no está permitido el uso de teléfonos móviles** o reproductores musicales **sin el permiso previo de la profesora** para un uso didáctico en la clase.
- ⇒ El **grupo es responsable del material que utiliza**. En el caso de que éste sufra desperfectos por un uso inadecuado o se extravíe, serán reparados por su autor/es o por todo el grupo solidariamente en caso de no localizar a los responsables concretos. El material utilizado durante las clases debe ser recogido al finalizar la misma, siendo esta tarea responsabilidad de todos los alumnos / as del grupo.
- ⇒ Los alumnos / as que **sufran una incapacidad seria y permanente** para realizar actividad física deberán presentar un certificado médico oficial que especifique el tipo de lesión o enfermedad. También **los alumnos / as lesionados / as o enfermos/as temporalmente** que no puedan realizar algunas actividades, deberán justificarlo con un volante médico o similar. Este alumnado deberá igualmente acudir a clase y realizar el trabajo o trabajos, fichas, registros de las sesiones, etc. que se establezcan por el profesorado del departamento. Deberán realizar también los trabajos complementarios que la profesora estime conveniente para suplir la parte práctica de la materia en el caso de que no dé tiempo a calificar con pruebas prácticas esta parte. La no presentación de los trabajos establecidos es motivo suficiente para no superar la evaluación. Si el periodo de lesión es largo los alumnos/as tendrán un aplazamiento de las pruebas físicas establecidas para el resto de compañeros/as de la clase. Si al final del trimestre no ha dado tiempo a ser evaluados en la parte práctica, estos alumnos/as podrán ser evaluados mediante la entrega de trabajos, fichas, pruebas orales que cada profesora establezca según el caso para suplir el apartado del SABER HACER. Los otros dos apartados de calificación (parte teórica y el trabajo diario) se valorará como al resto de compañeros/as. Siempre y cuando su enfermedad y lesión se lo permita podrán realizar tareas de ayuda, arbitraje, estiramientos, ayudar a colocar el material como muestra de predisposición e interés por el trabajo diario. **Estas tareas formarán parte de la nota final** de la evaluación y/o evaluaciones.

- ⇒ **Negarse a realizar cualquier prueba práctica o actividad o examen sin razón justificada**, supondrá la calificación de la **evaluación como insuficiente**, debiendo de realizar igualmente ese contenido para poder recuperar la evaluación suspensa.
- ⇒ **Para obtener una calificación positiva en la evaluación y poder así hacer la media**, será necesario obtener al menos:
 - **4 puntos** sobre 10 en el apartado del “Saber” (teoría)
 - **4.5 puntos** sobre 10 en el apartado del “Saber hacer” (práctica)
 - **5 puntos** sobre 10 en el apartado del “Saber ser y estar” (trabajo diario)

La media ponderada mínima del total de estas calificaciones es de 4.5 puntos. Es necesario aprobar cada una de las partes de forma independiente para la nota final. Además, será necesario haber superado los estándares de aprendizaje evaluables que se consideran básicos para poder aprobar.

- ⇒ La **calificación final de la materia** se realizará mediante el cálculo de las **medias aritméticas de las calificaciones** obtenidas en las **tres evaluaciones** (con sus recuperaciones pertinentes si fuera el caso) que deberá ser **de 5 puntos como mínimo**.
- ⇒ **Con dos de las tres evaluaciones suspensas no se podrá hacer media y se calificará la materia en la prueba extraordinaria de septiembre.**
- ⇒ Un alumno/a podrá superar la **materia** de un curso teniendo **pendiente** la misma materia de cursos anteriores. Tendrá que recuperar la materia del curso anterior.
- ⇒ Es responsabilidad de los alumnos/as que no puedan asistir a una determinada clase, por cualquier motivo, informarse de todo lo que se ha visto (preguntando a los compañeros, a la profesora, etc.).
- ⇒ Si algún alumno/a quiere hacer un **trabajo para subir nota**, este deberá ser consensuado con su profesora si así lo estima oportuno. La calificación del trabajo quedará bajo el criterio de la profesora.
- ⇒ La **entrega de los trabajos y/o fichas teórico-prácticas** que se realicen a lo largo del curso deben cumplir unos requisitos mínimos de presentación (nombre, apellidos, curso, títulos, portadas, orden, limpieza, estructuración, índices, paginación, puntuación, etc.), ortografía y expresión. De lo contrario, podría suponer la no calificación de la prueba, considerándose no realizada o valorarla de forma negativa.
- ⇒ Las **excursiones y/o actividades complementarias** que se realicen, son evaluables por lo que los alumnos/as que no participen podrán ser evaluados de algún modo mediante trabajos para la adquisición de esos conocimientos. ****La realización de estas actividades queda supeditada a las recomendaciones que desde las autoridades sanitarias dicten al respecto para este curso 2021/2022.**
- ⇒ Es responsabilidad del alumno/a **cuidar al máximo las instalaciones y el material deportivo**. En caso de causar o detectar algún desperfecto, éste deberá ser comunicado inmediatamente a la profesora de Educación Física. Los alumnos/as responsables de la pérdida de material o de daños causados por el mal uso deberán abonar el importe correspondiente para la reposición o reparación de estos.
- ⇒ Referente al **material deportivo**, para el desarrollo de algunos contenidos el alumno deberá aportar su propio material si es requerido así por la profesora, siendo diferente en función del

curso en el que esté matriculado el alumno: raqueta de bádmin-ton, cronómetros, combas, esterillas, bolas o pelotas para malabares, así como otro tipo de material que se necesite.

PLAN DE CONTINGENCIA COVID-19 EN EDUCACIÓN FÍSICA

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN (CLASES NO PRESENCIALES)

La calificación de las diferentes pruebas o trabajos de evaluación se hará de forma que se correspon-da la ponderación que se le asigne a los contenidos en la correspondiente programación, ya sean estos impartidos de forma presencial o telemática.

En la medida de lo posible, las pruebas de evaluación con mayor peso en las calificaciones se llevarán a cabo de manera presencial y, en caso de suspensión de la actividad lectiva, se aplazarán hasta la vuelta a la actividad presencial o serán sustituidas por trabajos u otras tareas autónomas a realizar por el alumnado, siempre que sea posible y que permitan al profesorado evaluar el nivel de desarrollo competencial del alumnado.

Desde el centro se ha habilitado el dominio @iesornia.com y el trabajo a través de la plataforma de G-suite con Classroom. Desde el departamento ambas profesoras trabajamos con nuestros alumnos/as tanto en la enseñanza presencial como en la enseñanza on-line por medio del Classroom, ya que nos permite el trabajo escrito, el oral y/o visual a través de vídeos.

En caso de confinamiento mandaremos una tarea semanalmente o incluso dejamos más tiempo, dependiendo de las características del grupo. Las tareas las recibimos vía online en la misma plataforma de Classroom o si el alumno no puede acceder y/o entregar la tarea se le habilitan canales de comunicación alternativos habilitados (ej. entrega de tareas a través de email).

También nos comunicamos regularmente a través de videoconferencia para explicar la tarea, aclarar dudas o simplemente preguntarles qué tal van o qué tal están.

El **tipo de tareas** serán tareas escritas, tareas orales, tareas de investigación, tareas de aplicación práctica y retos/tareas prácticas acorde con los contenidos mínimos establecidos en la enseñanza presencial. También se podrán realizar exámenes orales a través de videollamada, cuestionarios online, etc. Las pruebas se adaptarán a la situación del alumno/a y a la programación didáctica.

Para comprobar el **grado de consecución de los estándares de aprendizaje** utilizaremos los mismos instrumentos de evaluación que en la presencial, adaptándolos a la situación.

Los criterios de calificación se adaptan a las actividades que se vayan a trabajar donde los aspectos teóricos en este tipo de enseñanza on-line primarán, (aunque depende del contenido que se dé, el porcentaje práctico puede cambiar).

Conocimientos teóricos y/o prácticos: se comprobarán a través del empleo de cuestionarios de evaluación, tareas escritas, pruebas orales, vídeos, etc.	70%
Trabajo personal en casa: se valorará la actitud, la responsabilidad y la preocupación por querer entregar las tareas en las fechas requeridas, enterarse de lo que hay que hacer, acceder a la plataforma, comunicarse vía online con las profesoras, asistencia a videoconferencias, etc.	30%

11.5 ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE LOS ALUMNOS CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES

Se convocará a principio de curso, al alumnado con la materia pendiente de cursos anteriores a una reunión para explicar el procedimiento que se llevará a cabo para la superación de la materia pendiente. **Además, podrá habilitarse un aula en GOOGLE CLASSROOM específica para la materia pendiente desde el inicio de curso para realizar un seguimiento personalizado de cada alumno/a tanto si las clases son presenciales o no presenciales.**

Al tratarse de una materia donde se trabajan contenidos de los distintos bloques en cada curso y ampliados de forma gradual en cada curso (carácter cíclico), los **alumnos con materia pendiente del curso anterior podrán superar la misma siempre y cuando obtengan una calificación positiva en la 1ª y 2ª Evaluación del curso actual si obtienen una calificación mínima de 6 sobre 10.**

En el curso que esté el alumno debe manifestar su interés por el trabajo, actitud para querer recuperar la materia y la participación diaria en clase, traer la bolsa de aseo personal, así como mostrar una actitud de respeto hacia la profesora y sus compañeros de clase. Además de trabajar los contenidos teórico-prácticos del curso en el que está.

Para aquellos contenidos que no tengan continuidad, se incluirán:

- Trabajos escritos de repaso de la materia del curso anterior.
- Tareas adicionales en las pruebas prácticas del presente curso que tengan continuidad.
- Pruebas teóricas o prácticas sobre las materias o deportes que no tengan continuidad en el actual curso.

En el caso de los **alumnos de 2º de bachillerato** con la educación física pendiente, tendrán que presentar un trabajo teórico, o actividades, en las fechas que se les indicará y realizar un examen teórico y unas pruebas prácticas en el mes de abril (se les dará a conocer la fecha con anterioridad).

Si el alumno/a **no aprueba** estas dos primeras evaluaciones del curso actual realizarán una **prueba extraordinaria** (teórica y práctica) entre **finales de abril** y el **mes de mayo**. Se propondrán actividades de refuerzo, ampliación, etc., con el propósito de lograr los objetivos establecidos. Para ello, se marcará un plan de actuación y seguimiento del alumno/a, pudiendo ser llevado a cabo fuera del aula (en horario extraescolar o durante los recreos), o en un espacio de tiempo reservado dentro de las mismas sesiones.

Esta prueba consistirá en lo siguiente:

- Examen teórico** sobre los contenidos establecidos en el curso que el alumno tenga pendiente. Se facilitará los apuntes al alumnado.
 - Para poder realizar dicho examen, es requisito la entrega de un **trabajo** de los contenidos del curso anterior el día del examen teórico. De lo contrario está suspenso e irá directamente a la prueba extraordinaria de septiembre.
 - Realización de **pruebas motrices** de los contenidos más importantes del curso pendiente.
- ⇒ Para obtener la calificación final, se realizará una media ponderada de las tres partes: **30% examen teórico, 20% trabajo, 50% pruebas motrices**. Para una **calificación positiva de la materia se debe obtener un 4.5 puntos en cada una de las 3 pruebas.**
- ⇒ Los alumnos que no hayan superado la materia pendiente en la evaluación final de junio realizarán una **prueba extraordinaria en el mes de septiembre** con los mismos requisitos establecidos anteriormente. El contenido de dicha prueba figurará en las actividades de recuperación que se entregarán a cada alumno junto con las calificaciones en el mes de junio.
- **Examen teórico** sobre los contenidos establecidos en el curso que el alumno tenga pendiente. Se facilitará los apuntes al alumnado.

- Para poder realizar dicho examen, es requisito la entrega de un **trabajo** de los contenidos del curso anterior el día del examen teórico que el alumno debe realizar durante el verano. De lo contrario no podrá realizar el examen teórico.
- Realización de **pruebas motrices** de los contenidos más importantes del curso pendiente.

A este examen de septiembre se debe acudir con el material e indumentaria necesaria para realizar las pruebas, de no ser así, la profesora puede calificar al alumno/a negativamente.

De estas tareas y pruebas **se informará al alumno/a por su profesora del presente curso**, acordando fechas de entrega de trabajos y pruebas adicionales (si fuesen necesarias), comunicándole la valoración correspondiente al finalizar el proceso de evaluación. La calificación final coincidirá con la evaluación de materias pendientes a nivel de centro.

11.6 ACTIVIDADES PARA LOS ALUMNOS QUE HAYAN SUSPENDIDO ALGUNA EVALUACIÓN

El alumno deberá recuperar aquella parte o partes que no haya superado en las evaluaciones anteriores. Para ello, se establecerán fechas de entrega de trabajos, así como de pruebas escritas y/o pruebas físicas durante clases o en recreos, con el objetivo de conseguir alcanzar los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje establecidos. La profesora prestará atención a los problemas observados para proponer al alumno tareas o ejercicios de refuerzo en base al ámbito más débil.

La recuperación de las evaluaciones se realizará en las evaluaciones siguientes o si da tiempo antes de la evaluación final del trimestre que no se ha superado.

Si con las recuperaciones realizadas el alumno **no llega a 5 puntos de media en la materia deberá ser recuperada en el mes de septiembre**. También podrá ir a septiembre con una evaluación pendiente, dos evaluaciones o todo el curso, según el criterio de la profesora en base a la progresión del trabajo y esfuerzo del alumno/a.

11.7 PRUEBA EXTRAORDINARIA DE SEPTIEMBRE

Los alumnos/as que tengan la materia de Educación Física suspensa en junio tendrán la posibilidad de recuperarla en la convocatoria extraordinaria de septiembre. En junio se dará al alumno o alumna suspenso un plan de trabajo personalizado de cara a conseguir el éxito en el examen de recuperación de septiembre.

La prueba extraordinaria de septiembre consistirá en lo siguiente:

- Examen teórico** de todos los contenidos de la materia en ese curso o alguna parte de estos según la trayectoria del alumno/a.
 - Para poder realizar dicho examen, es requisito la entrega de un **trabajo** de los contenidos del curso el mismo día de la prueba de septiembre. **Si no se entrega el trabajo el alumno no podrá realizar la prueba de septiembre.**
 - Realización de **pruebas motrices** de dominio de los gestos técnicos básicos de las *actividades deportivas y artísticas* que se impartieron en el curso, o de las que tuviera que superar. **Si no entrega el trabajo no será evaluado de esta parte tampoco.**
- ⇒ Para obtener la calificación final, se realizará una media ponderada de las tres partes: **30% examen teórico, 20% trabajo, 50% pruebas motrices**. Para una calificación positiva de la materia se debe obtener 4.5 puntos en cada una de las 3 pruebas.
- ⇒ Será obligatorio venir a realizar estas pruebas con la indumentaria adecuada (chándal y zapatillas), de no ser así, el alumno será calificado negativamente.

⇒ **En el caso de que un alumno tenga una parte de la materia aprobada, su valor se conservará hasta su evaluación en septiembre recuperando una parte en septiembre.**

Si la profesora del alumno/a en cuestión no pudiese asistir en septiembre, sería la jefa de departamento quien asumiría la realización de la prueba de evaluación.

12. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

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 atención a la diversidad mediante la **enseñanza individualizada**, para que cada alumno trabaje siempre según su nivel y capacidades.

- **Medidas Generales (para toda la clase)**

Descritas en el apartado de Metodología, como organizar a los alumnos por grupos de nivel o intereses, atender por separado a un alumno o grupo de alumnos que en un momento determinado lo precisen, mientras los demás continúan realizando su trabajo, enseñanza recíproca, etc.

⇒ **Alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo)**

Una vez establecidas las medidas generales que podemos realizar, veamos de forma más específica **qué alumnado con necesidad específica de apoyo educativo** podemos encontrarnos en nuestras clases. Están clasificados en **5 grandes grupos**:

ACNEE: Alumnado con Necesidades Educativas Especiales
ANCE: Alumnado con necesidades de Compensación Educativa
ALTAS CAPACIDADES INTELECTUALES
DIFICULTADES DE APRENDIZAJE y/o BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO
TDAH: Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad

1. ACNEE: Alumnado con Necesidades Educativas Especiales

Son los alumnos/as con **discapacidad física, intelectual, auditiva, visual, trastornos del espectro autista y otras discapacidades**.

Son aquellos casos en los que existe una patología crónica moderada o grave que impide la práctica total o parcial de actividad física. Si los ejercicios son perjudiciales para su salud pueden ser sustituidos por otros, el profesor diseñará nuevos ejercicios y actividades adaptadas a ese alumno. Si el alumno no puede llevar a cabo las actividades físicas esenciales de una unidad didáctica, realizará durante la hora de clase otras **actividades teórico-prácticas relacionadas con el tema de esa unidad** y que serán evaluadas como cualquier otra actividad. Se propone a continuación algunas **posibilidades** para llevarlas a cabo:

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

- Participación en las actividades deportivas realizando por ejemplo arbitraje de los partidos con ayudas, realizar ejercicios adaptados a su nivel de habilidad.
- Ayudar en actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación, etc.
- Colaboración con el profesor.

2. ANCE: Alumnado con necesidades de Compensación Educativa

Son los alumnos/as que presentan necesidades de compensación educativa debido a sus circunstancias de desventaja. Dichas desventajas se deben a la **incorporación tardía al sistema educativo español, por especiales condiciones geográficas, sociales y culturales y especiales condiciones personales**.

* MEDIDAS DE APOYO A LOS ALUMNOS DE INTEGRACIÓN TARDÍA

- Proporcionar al alumno o alumna la información necesaria sobre el área, instalaciones, las normas y todo aquello que facilite su desenvolvimiento y su autonomía.
- Durante los primeros días de manera especial, para que se relacione con los compañeros y compañeras del grupo, proponer cada día un alumno de referencia que le acompañará y le ayudará.
- En caso de que desconozca el español reforzar las explicaciones con imágenes, iconos, gestos y en algunos casos le daremos información y fichas en su propio idioma.
- Realizar un seguimiento del proceso de adaptación del alumno o alumna y de su proceso de aprendizaje.
- Fomentar la participación del alumnado inmigrante en las actividades extraescolares del centro.

* MEDIDAS DE APOYO POR ESPECIALES CONDICIONES GEOGRÁFICAS, SOCIALES Y CULTURALES

- Profundización de la educación en valores.
- Realización de actividades que favorezcan el conocimiento mutuo y la cohesión del grupo.
- Favoreceremos un clima social de convivencia, respeto y tolerancia.
- Fomentaremos el respeto mutuo como valor fundamental.

* MEDIDAS DE APOYO POR ESPECIALES CONDICIONES PERSONALES

En este apartado existen varios casos especiales a destacar:

- **En caso de convalecencia prolongada, hospitalización** → facilitar la realización de trabajos y/o fichas relacionadas con los contenidos programados durante el curso.
- **Alto rendimiento artístico y deportivo** → Debemos remitirnos a la **ORDEN EDU/1076/2016, de 19 de diciembre, por la que se establecen los requisitos y el procedimiento para la exención de la materia de Educación Física, y las convalidaciones entre asignaturas de las enseñanzas profesionales de Música y de Danza y materias de educación secundaria obligatoria y de bachillerato en la Comunidad de Castilla y León**. En el **Capítulo II** hace referencia específica a la exención de la materia de Educación Física siempre y cuando los alumnos cumplan el requisito de: **“cursar estudios de educación secundaria obligatoria o bachillerato y, simultáneamente, acredite tener la condición de deportista de alto nivel o de alto rendimiento o realizar estudios de las enseñanzas profesionales de danza”**.

Aunque los objetivos de nuestra materia no coinciden con los objetivos que se puedan dar en el deporte de rendimiento, por lo que la exención de este alumnado no debería darse en nuestras clases.

3. ALTAS CAPACIDADES INTELECTUALES

Se atiende al grado de integración de estos alumnos estimulando su inquietud con **artículos, ejercicios o trabajos de investigación** donde el descubrimiento y la resolución de problemas, le haga utilizar todo su potencial.

4. DIFICULTADES DE APRENDIZAJE y/o BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO

- Apoyo continuado y atención individualizada sobre todo en el refuerzo de contenidos teóricos.
- Motivación con tareas y ejercicios que más interés les despierten.
- Adaptar fichas, lecturas y trabajos o darles más tiempo para su realización.
- Refuerzos positivos y retroalimentación continua en el aula.

5. TDAH: Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad

Los apoyos deben proporcionarse de forma que no llamen la atención, es decir, dentro de la dinámica del juego. Entre ellos podemos señalar:

- Adecuar el lenguaje al nivel de comprensión de los alumnos.
- Utilizar distintos canales para transmitir la información (oral, escrito, visual y gestual).
- Situar al alumno cerca del profesor durante las explicaciones y en actividades.
- Uso de reforzadores y motivaciones. El uso de reforzadores positivos ante la aparición de una conducta que queremos fomentar.
- Definir con la mayor precisión posible las tareas propuestas.
- Utilizar distintos agrupamientos: parejas, pequeño grupo. El uso de diferentes agrupamientos y el equilibrio entre la dinámica de trabajo individual y colectivo favorece la aparición de procesos de cooperación y, al tiempo de refuerzo personalizado. El trabajo individual será preferible en actividades donde se pretenda desarrollar el autoaprendizaje y cuando el alumno/a esté más alterado de lo normal.
- Asignación de roles concretos en actividades y tareas: observador, líder, etc.
- Uso de rutinas y aplicación de Contratos educativos.

• Medidas Específicas

Son medidas específicas de atención educativa todos aquellos programas, actuaciones y estrategias de carácter organizativo y curricular que precise el alumnado con necesidad específica de apoyo educativo que **no haya obtenido respuesta a través de las medidas ordinarias de atención educativa**. Entre las medidas nos encontramos las **adaptaciones curriculares significativas** y los **programas de mejora del aprendizaje y del rendimiento (PMAR)**.

* ADAPTACIÓN CURRICULAR SIGNIFICATIVA

Debe realizarse una **evaluación psicopedagógica** previa. La adaptación **afecta a los elementos considerados preceptivos del currículo**, entendiendo por éstos **los objetivos, contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables** de las materias del **segundo ciclo de educación secundaria obligatoria** y, por tanto, al grado de consecución de las competencias *y cuando el desfase curricular del alumno sea de más de dos años*. Estas adaptaciones tomarán como

referente los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables establecidos en las mismas.

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.

*** ALUMNADO QUE CURSA PROGRAMAS DE MEJORA Y DEL APRENDIZAJE Y DEL RENDIMIENTO (PMAR)**

En E.F., este alumnado cursa el currículo ordinario y deben entender que están en esta materia con el resto de los compañeros, porque son capaces de aportar al grupo y a la materia al igual que el resto de sus compañeros. De igual manera deben conseguir los objetivos establecidos para el curso correspondiente. Se debe trabajar y potenciar la cohesión de estos alumnos con el resto de los compañeros. Si este alumnado tuviera otra necesidad educativa especial, se actuará tal y como se ha descrito anteriormente.

• Casos Especiales en Educación Física

Para nuestra materia son los **alumnos/as con discapacidades transitorias y/o contraindicadas para un determinado tipo de contenido.**

Dentro de este grupo se incluyen a aquellos alumnos/as que sufren una afectación que les impide realizar determinadas actividades. Esta afectación puede ser crónica o de **larga recuperación** (Escoliosis, asma, etc.) o **temporal** (esguince de tobillo, fractura de brazo). Para el primer caso se propone, 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), se propone establecer un programa de trabajo individualizado en el que realicen las actividades que sean compatibles con la lesión durante el tiempo que ésta permanezca. Su actitud hacia la realización de alguna actividad en la clase debe ser favorable y abierta, ya que en las tareas que no puedan participar anotarán resultados de sus compañeros, los corregirán y arbitrarán, ayudarán a recoger material, ayudar al profesor, apuntar observaciones en su portafolio o realizar la ficha de observación diaria de la clase.

- Para los alumnos **acatarrados o alumnas indispuetas** se proponen: estiramientos, respiración, relajación, ejercicios con balón de fitball.
- Para los **lesionados en una mano**: ejercicios del tren inferior.
- Para los **lesionados en una pierna**: ejercicios con tren superior.
- Para los **alumnos con problemas de espalda**: estiramientos y tonificación muscular.
- Para los **alumnos asmáticos**: calentamientos prolongados y progresivos, ejercicios intermitentes de baja intensidad, llevar consigo siempre la medicación broncodilatadora, reducir la actividad en caso de catarro, polinización excesiva, contaminación atmosférica o si el clima es frío y seco. Se adaptarán los ejercicios para aquellos alumnos que tengan problemas.

PLAN DE CONTINGENCIA COVID-19 EN EDUCACIÓN FÍSICA

Criterios generales de atención a alumnos con necesidades de apoyo educativo.

- Se habilitará como al profesorado de apoyo en el Classroom de aquellas materias en las que el alumnado deba recibir apoyo.
- El profesorado de apoyo y el del grupo de referencia mantendrá contacto continuo con el fin de adaptar el material de la mejor manera posible y poder atender mejor al alumnado con necesidades.
- El profesorado de apoyo se comunicará con el alumnado que considere más conveniente, ya sea llamadas de teléfono, whatsapp, correo electrónico, MS Teams, Classroom, etc.
- Desde la materia de Educación Física se realizará un seguimiento personalizado de cada alumno/a con necesidades de apoyo educativo a través de las diferentes vías de comunicación establecidas. Se adaptarán los contenidos, trabajos, exámenes a la situación y circunstancias personales de cada alumno/a y según los contenidos y Unidades Didácticas que se estén desarrollando.

13. 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 Curriculares

Se consultarán libros relacionados con la materia en la Biblioteca del Centro y en el Departamento, así como revistas y periódicos de los que se obtendrá material de apoyo.

Otros recursos utilizados serán:

- Lectura de textos (artículos divulgativos, periodísticos, científicos...).
- Pequeños trabajos que incorporarán en sus portafolios.

Recursos Materiales

a) Para los contenidos teóricos:

- **Impresos:**

- *Cuaderno de evaluación y diario del profesor* (con el seguimiento diario de los alumnos y sesiones realizadas por cada grupo). También cuaderno digital.

- *Portafolio*: donde el alumno irá recopilando todos los contenidos, herramienta importante dentro del proceso de enseñanza – aprendizaje, donde los alumnos recogen toda la información:

- Conocimientos teóricos (escritos o mediante material impreso).
- Prácticas realizadas (carrera aeróbica, frecuencia cardiaca y número de vueltas).
- Trabajos, revistas, artículos seleccionados y libros de la biblioteca para ampliación de contenidos.

No se cree conveniente mandar comprar **libro de texto**. La teoría que pueda facilitarse se elaborará en función de los contenidos que se vayan trabajando en las clases, adaptando y contextualizando así las necesidades teóricas de la misma.

Audiovisuales: DVD y vídeos didácticos tanto generales como específicos de alguna de las Unidades Didácticas desarrolladas.

b) Para los contenidos prácticos:

Se utilizarán los materiales específicos de la Educación Física que disponga el Centro, materiales de fabricación propia o comercial. Es necesario realizar una nueva organización del almacén y del material para inventariar su contenido y comprar material para reponer. Esto se ha venido realizando en los primeros días del curso ya que no existía un inventario de material en el departamento.

Existe **poco material** para que nuestros alumnos/as puedan desarrollar los contenidos establecidos. Sobre todo, en el caso de balones de baloncesto o fútbol sala. 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.

Ver ANEXO 2 INVENTARIO DE MATERIAL DEL DEPARTAMENTO.

También se podrán elaborar materiales ecológicos para el desarrollo de ciertas actividades físico – deportivas.

Utilización de las TIC

Las TIC constituyen un recurso muy válido. El departamento cuenta con disponibilidad de portátiles de préstamo en el centro (previa solicitud en la Secretaría) con conexión a Internet en los departamentos y en el Pabellón del IES y otros que también podemos utilizar en la sala de profesores. Los alumnos/as pueden utilizar los de la sala de informática siempre que esté libre y haya alguien con ellos.

Otros recursos utilizados serán:

- Acceso a la página WEB en la que se trabajen las sesiones de las Unidades Didácticas desarrolladas. (www.caseduccionfisica.weebly.com) Página web personal de la profesora Cristina Alonso Sastre.
- Uso de la pizarra digital en algunas aulas.
- Proyector y pantalla para el pabellón.
- Presentaciones en POWER POINT.
- Acceso a vídeos de carácter técnico y táctico sobre deportes o actividades físicas y expresivas.
- Realización de actividades con el empleo del móvil (cronómetro y fotografía digital, edición de música, uso de aplicaciones móviles específicas).
- Aula Virtual del IES
- Plataforma virtual MICROSOFT TEAMS.
- Plataforma virtual GOOGLE CLASSROOM.
- Correo electrónico, teléfono móvil, etc.

PLAN DE CONTINGENCIA COVID-19 EN EDUCACIÓN FÍSICA

Se tendrá en cuenta lo establecido en el **PROTOCOLO DE ORGANIZACIÓN Y PREVENCIÓN EN LOS CENTROS EDUCATIVOS DE CASTILLA Y LEÓN PARA EL CURSO ESCOLAR 2021/2022**

4.11.- Gestión de actividades físicas y otras actividades.

a.- Actividades deportivas.

Se permite el desarrollo de actividades deportivas individuales y colectivas, que no impliquen un contacto físico continuado, con las limitaciones y requisitos que se recogen en los siguientes apartados:

- 1. Se establece un máximo de 30 alumnos para la práctica deportiva de forma simultánea.*
- 2. Para la práctica de las actividades deportivas colectivas será obligatorio del uso de mascarilla.*
- 3. Las actividades deportivas colectivas se realizarán exclusivamente al aire libre.*
- 4. Debe recordarse a las familias que el día que haya educación física los alumnos deberán ir vestidos desde su casa con la ropa adecuada para así minimizar el uso de los vestuarios.*
- 5. El material deportivo de uso comunitario deberá ser desinfectado de forma regular.*
- 6. La realización de estas actividades se adaptarán en cada momento a las normas que se efectúen al respecto por las autoridades sanitarias.*

CRITERIOS PARA EL USO DE MATERIALES DURANTE LAS CLASES PRESENCIALES

- ✓ **Evitar el material deportivo de uso comunitario.**
- ✓ Cada profesora velará por el material, su utilización y desinfección. Los materiales deberán estar almacenados en su lugar correspondiente.
- ✓ En caso de resultar imprescindible el uso de material, deberá asegurarse su **desinfección regular**.
- ✓ Se **priorizará el uso de material individual**. Si existe material suficiente para cada uno de los alumnos se trabajará con éste minimizando así su uso compartido. En caso de no ser posible el material sería compartido sólo por el **grupo estable de trabajo (máximo 2-3 personas)**. Igualmente se desinfectará tras cada uso. También se podrá pedir al alumnado que traiga su propio material de uso personal.
- ✓ Se dispondrá en todo momento de **material de desinfección** para utilizar en cualquier momento en la limpieza del material.
- ✓ Se priorizará el uso de **material sencillo y fácil de desinfectar**.
- ✓ Se priorizará la **construcción de materiales por el alumnado** (materiales de uso propio).
- ✓ **No se utilizará el mismo material para clases seguidas** sino se ha desinfectado previamente. Se intercalarán sesiones con diferentes materiales para tener disponibilidad y desinfección de éstos.
- ✓ Se educará al alumnado en la desinfección del material cuando lo utilicen. Pueden **ayudar a limpiarlo por turnos y días**.
- ✓ Se **adaptará el uso de implementos en juegos y deportes colectivos**.

14. PROGRAMA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS

El **PROTOCOLO DE ORGANIZACIÓN Y PREVENCIÓN EN LOS CENTROS EDUCATIVOS DE CASTILLA Y LEÓN PARA EL CURSO ESCOLAR 2021/2022** establece lo siguiente con respecto a las actividades extraescolares y complementarias:

4.12.- Actividades complementarias a las enseñanzas.

La realización de actividades complementarias que supongan la salida del centro educativo estarán condicionadas por el nivel de alerta, siendo posible su realización exclusivamente en los niveles de nueva normalidad y niveles de alerta 1 y 2, previa consulta al inspector de referencia del centro.

Teniendo en cuenta el protocolo establecido, se podrían realizar aquellas actividades que desde el departamento se estimen oportunas teniendo en cuenta la normativa sanitaria y educativa en el momento de su planificación.

Igualmente se proponen las siguientes actividades en la programación didáctica:

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS EN EL CENTRO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	NIVEL	FECHA	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	A lo largo del curso	Departamento de Educación Física

	4º ESO 1º Bachillerato		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 Orientación
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	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 4º ESO 1º Bachillerato	3ª evaluación	Departamento de Educación Física 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

Salida a instalaciones deportivas como “Urban Planet”	1º ESO 2º ESO	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

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES CON PERNOCTACIÓN			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	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

15. PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN Y SUS INDICADORES DE LOGRO

La reflexión sobre el trabajo diario es una acción inherente a nuestro quehacer pedagógico como profesores, por lo que, tras cada sesión, unidad didáctica, evaluación y curso hemos de meditar sobre el trabajo desempeñado para ver si éste ha alcanzado los frutos buscados, y así poder ir mejorando día a día, evaluación a evaluación y curso a curso. Lógicamente, esta reflexión quedará plasmada en la memoria final de curso que se realice desde el departamento.

De acuerdo con lo establecido en el **artículo 20.4 del Real Decreto 1105/2014**, de 26 de diciembre, el profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su

propia práctica docente. A estos efectos se tendrán en cuenta los indicadores de logro establecidos en las programaciones didácticas.

Para evaluar las programaciones didácticas se incluirán, entre otros, los indicadores de logro referidos a:

1. Resultados de la evaluación del curso en cada una de las materias.
2. Adecuación de los materiales y recursos didácticos, y la distribución de espacios y tiempos a los métodos didácticos y pedagógicos utilizados.
3. Contribución de los métodos didácticos y pedagógicos a la mejora del clima de aula y de centro.

Alguna de las actuaciones concretas que se llevarán a cabo para comprobar el ajuste ente lo programado y los resultados obtenidos serán:

- Comprobar si se han trabajado todos los objetivos y contenidos programados al finalizar el curso.
- Adecuación de objetivos y contenidos con las necesidades reales.
- Adecuación de medios y metodología con las necesidades reales.
- Verificar si el tiempo dedicado a cada una de las unidades didácticas es el adecuado.
- Reflexionar sobre si las actividades de enseñanza-aprendizaje y evaluación son las más adecuadas para trabajar los contenidos y alcanzar los objetivos.
- Comprobar si las unidades didácticas programadas, así como su distribución son las más idóneas.
- Verificar el porcentaje de alumnos/as que alcanzan los objetivos y estándares de aprendizaje evaluables programados en cada uno de los trimestres.
- Establecer los mecanismos para que los propios alumnos/as puedan valorar nuestra actuación docente.

Las programaciones serán objeto de una **memoria final** que evalúe los resultados alcanzados, la práctica docente, la coordinación interna del departamento de coordinación didáctica correspondiente y cuantos otros aspectos didácticos y académicos sean pertinentes, a juicio del propio departamento o a instancia del jefe de estudios. Cada uno de estos aspectos deben ir vinculados a cambios en la programación del siguiente curso.

En La Bañeza, a 8 de octubre 2021

Fdo.: Cristina Alonso Sastre

Jefa del Departamento de Educación Física IES Ornia

ANEXO 1 NORMAS COVID-19 EN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2021/2022

La Educación Física es fundamental para el desarrollo integral del alumno, por eso debemos garantizar que se imparta de forma segura y responsable tanto para el docente como para el alumno. Desde el departamento de Educación Física hemos establecido estas normas y rutinas:

Todos los días, la **entrada** al pabellón será por la puerta del patio y la **salida** por la puerta de atrás que da a la carretera. Al entrar y salir deberán **desinfectarse las manos** con gel hidroalcohólico, haciendo una fila y manteniendo la distancia de seguridad. Si las manos están sucias, el gel hidroalcohólico no es suficiente y deberán lavarse con jabón en el baño.

En el **pabellón habrá gel hidroalcohólico, jabón de manos y papel para secarse.**

El **pabellón estará ventilado** en la medida de lo posible, a través de las puertas de entrada y salida y las ventanas de las gradas.

El **uso de la mascarilla es obligatorio** durante toda la hora de Educación Física, salvo que desde inspección educativa dicten nuevas normas para las clases.

Cada alumno traerá **un kit de aseo personal** que incorporará el material necesario para su aseo según sus necesidades (una camiseta, toallitas/ desodorante, calcetines, bote de bolsillo de gel hidroalcohólico, botella de agua, paquete de pañuelos y una mascarilla de repuesto).

Se priorizarán las clases al aire libre mayoritariamente siempre y cuando la climatología nos lo permita. Las **zapatillas deben tener la suela limpia** para poder entrar al pabellón. Es necesario que traigan **calcetines de repuesto por si se mojan en el patio** durante la clase, para poder cambiárselos.

El pelo deberá estar recogido, no se debe llevar pulseras, anillos, colgantes, pendientes de aro... durante la clase.

El **vestuario** no podrá usarse debido a que no es posible guardar la distancia social y evitar el contacto con superficies, por eso, **sólo podrá ser usado en casos puntuales y de uno en uno**. Cada alumno dejará su mochila/bolsa en las gradas en una zona numerada que será de uso exclusivo para él durante la hora de Educación Física y lo hará de manera ordenada evitando las aglomeraciones y siguiendo las pautas que dicta el profesorado.

El **material** se desinfectará por el profesor y/o alumnos encargados en cada clase, ya que crearemos grupos burbujas de 5/6 alumnos que se mantendrán durante todo el curso, para facilitar la realización de las tareas, tanto educativas como de limpieza.

Al **almacén** para coger/dejar material **sólo puede entrar el profesor**, se habilitará una zona para dejar el material usado y así posteriormente realizar su desinfección antes de volver a ser guardado.

Los contenidos impartidos en Educación Física este año (por lo menos hasta nuevo aviso por parte de las instituciones encargadas) serán contenidos adaptados, intentado evitar el contacto físico o que éste sea escaso y donde se pueda mantener la distancia de seguridad.

Los **criterios de calificación y evaluación**, así como la programación de EF de este curso, serán colgados en la página web del centro para su consulta.

Para cualquier duda o consulta contactar al teléfono del instituto 987 641 350 o en los correos electrónicos:

Ana Belén Fernández González: anabelen.fdez@iesornia.com

Cristina Alonso Sastre (Jefa del Departamento de EF): cristina.alonso@iesornia.com

ANEXO 2 INVENTARIO DE MATERIAL DEL DEPARTAMENTO

MATERIAL	Número	ESTADO CONSERVACIÓN/ OBSERVACIONES
Altavoz Sony	1	
Antifaces	8	
Aros grandes	2	Se necesitaría comprar algunos aros más grandes
Aros medianos	18	
Aros pequeños	2	
Balones baloncesto	20	Se necesitaría comprar alguno
Balones balonmano	15	Se necesitaría comprar alguno
Balones foam/gomaespuma	14	varias en mal estado
Balones fútbol	17	
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	33	7 de ellos están nuevos sin hinchar
Banco de gimnasia	1	
Bancos suecos	10	algunos con la madera rota
Bandas elásticas	8	5 de tela y 3 de látex
barra de salto de altura	1	
bates de beisbol	5	
Bolas hockey	24	21 pequeñas + 3 grandes
Bolsas para guardar material	7	
Brújulas	5	
Cinta métrica	0	Ha desaparecido la cinta de 30 m que había
Cinturones rugby tag	0	
Colchonetas	10	
Conos chinos	55	
Conos grandes	9	en mal estado algunos
Conos pequeños	10	
Cronómetro	1	1 está sin pilas. No funciona
Cuerdas cortas	25	2 están en mal estado. Habría que comprar alguna más
Cuerdas largas	6	
Diábolos	0	
discos (atletismo)	3	
Esterillas	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	12	se necesitarían comprar algunas más
Palos como testigos	11	algunos en mal estado. No sirven.
Palos de diábolo	0	
Palos malabares	2	
Pañuelos	0	
Pastilla de hockey	0	
pelota de beisbol	1	
Pelota Fitball	2	de tamaño mediano
Pelota frontenis	0	
Pelota gomaespuma pequeña	4	
Pelota plástico multiusos	2	en mal estado. 1 está pinchado y otro es la cámara de algún balón. Se necesitaría compra
Pelotas ping-pong	39	
Pelotas rítmica	4	
Pelotas tenis	54	
pesos (atletismo)	3	
Petos	41	10 verdes + 7 amarillo + 15 azules + 9 rojos
Picas madera	39	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
Postes de voleibol	2	
Potro	1	
quitamiedos	1	
Radio CD	0	
Raquetas bádminton	32	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	43	19 verdes + 24 rojos
Tableros para mesa de ping-pong	4	
Testigos	0	
Trampolín rejas	1	
Vallas de salto	8	4 grandes y 4 de iniciación
Volantes de bádminton	18	se necesitaría comprar
Yoyós	0	