



---

PROGRAMACIÓN  
EDUCACIÓN FÍSICA CURSO  
1º ESO  
CURSO 2024-2025

---

[IES PIO DEL RIO HORTEGA]



[FECHA]

[NOMBRE DE LA COMPAÑÍA]

[Dirección de la compañía]

## Contenido

1. INTRODUCCIÓN.....	2
Contribución de la materia al logro de los objetivos de etapa.....	2
2. DISEÑO DE LA EVALUACIÓN INICIAL.....	5
3. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y VINCULACIONES CON LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS DEL PERFIL DE SALIDA (ESO) Y DE ETAPA (BACHILLERATO) MAPA DE LAS RELACIONES COMPETENCIALES .....	6
4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN E INDICADORES DE LOGRO JUNTO A LOS CONTENIDOS CON LOS QUE SE ASOCIAN .....	1
5. CONTENIDOS DE CARÁCTER TRANSVERSAL QUE SE TRABAJARAN DESDE LA MATERIA.....	14
6. METODOLOGÍA DIDÁCTICA.....	15
7. CONCRECIÓN DE LOS PROYECTOS SIGNIFICATIVOS REFERIDOS EN EL ARTICULO 19.4 DEL DECRETO 39/2022.....	17
8. MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR.....	19
9. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES ORGANIZADAS POR LA MATERIA .....	20
10. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE DEL ALUMNADO: ...	22
11. ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO.....	5
12. SECUENCIA ORDENADA DE LAS UNIDADES TEMPORALES DE PROGRAMACIÓN QUE SE VAN A EMPLEAR DURANTE EL CURSO ESCOLAR	11
13. ORIENTACIONES PARA LA EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DE AULA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE .....	12
14. PROCEDIMIENTO PARA LA EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA .....	13

## 1. INTRODUCCIÓN

La actividad física es inherente al ser humano y la corporeidad es innegable, de modo que atender este aspecto a través de la educación física es uno de los pilares básicos de la educación de los niños y jóvenes.

Desde esta materia se abordará la cuestión física con un enfoque amplio, que dé respuesta a las necesidades actuales y futuras del alumnado, tanto a nivel individual como colectivo. El conocimiento, cuidado y disfrute de su corporeidad estará en la base de nuestro quehacer, siendo una prioridad la promoción de la salud física y mental de todos los ciudadanos, aprovechando las posibilidades que nos brinda la materia como pueden ser el control de las acciones motrices y de los aspectos perceptivos y decisionales de las mismas.

A través de la materia se avanzará en la búsqueda de una educación inclusiva y equitativa, buscando reducir las desigualdades en todos los ámbitos de la sociedad, empoderando al alumnado para que lleve una vida más saludable y sostenible, así como fomentando la tolerancia y una convivencia pacífica.

Este camino iniciado en el área Educación Física en la etapa de primaria debe buscar su avance en etapas posteriores de la vida del alumnado, teniendo siempre presentes los objetivos aprobados por la Asamblea General de las Naciones Unidas en su Agenda 2030 sobre el Desarrollo Sostenible.

Por encima de todo, esta materia contribuye a favorecer el desarrollo integral de las personas, puesto que contiene en su esencia las bases del conocimiento: el pensamiento, la acción y el sentimiento, estando presentes a lo largo de toda la enseñanza obligatoria.

### Contribución de la materia al logro de los objetivos de etapa

La materia Educación Física permite desarrollar en el alumnado las capacidades necesarias para alcanzar todos y cada uno de los objetivos de la etapa de educación secundaria obligatoria, contribuyendo en mayor grado a algunos de ellos, en los siguientes términos:

Se contribuirá a que el alumnado sea respetuoso y tolerante, para conseguir una ciudadanía democrática, utilizando los recursos que la materia tiene a su alcance para lograr que la cooperación y la solidaridad se conviertan en su modo de vida, exponiendo sus puntos de vista y comprendiendo los del resto de sus compañeros, valorando la honestidad como un valor esencial, no solo en el ámbito deportivo, sino en cualquiera en el que tome partido.

A fin de lograr el desarrollo personal del alumnado, se fomentarán la disciplina y el esfuerzo, tanto individual como de equipo, mediante la práctica de diferentes actividades y ejercicios físicos, teniendo siempre presente la importancia de ser perseverantes, afrontando los errores como grandes oportunidades de aprendizaje que contribuyen a aumentar la capacidad de resiliencia, adquiriendo con ello una necesaria tolerancia a la frustración.

Valiéndonos de las características de la materia, podremos contribuir al desarrollo emocional, crítico, empático y proactivo de la personalidad del alumnado, potenciando que aprenda comportamientos igualitarios frente a cualquier causa de exclusión o inequidad, rechazando los prejuicios y la violencia, así como aprendiendo a resolver pacíficamente los conflictos ineludibles a la propia convivencia.

A lo largo de la etapa se potenciará que el alumnado conozca el funcionamiento de su propio cuerpo y el de los demás, aceptándolo tal como es, con las características individuales que lo hacen único; se abordará especialmente el

respeto por la singularidad y la diferencia de todos los individuos. A través de la práctica de diferentes actividades físicas y deportivas, esta materia tiene la posibilidad de que el alumnado aprenda a promover y proteger su propia salud y la de su entorno, físico y social.

A través de Educación Física podemos ayudar a crear y fomentar un espíritu crítico respecto a las prácticas perjudiciales para la salud individual y colectiva, incluyendo a todos los seres vivos y prestando especial atención al cuidado del medio ambiente.

La evolución del conocimiento científico que rodea la materia hace imprescindible que el alumnado aprenda a utilizar con sentido crítico las fuentes de información a las que tiene acceso y que le ayudarán en su proceso de formación integral.

Contribuirá, mediante la diversidad de actividades físicas que comprende la materia, a dotarles de una visión global del mundo que los lleve a cuidarlo y respetarlo empezando por sí mismos, abarcando también las conductas sociales respecto a salud y consumo que incidan en la conservación y mejora del medio ambiente.

No se puede olvidar la capacidad expresiva y artística del ser humano, debiéndose potenciar desde diferentes niveles para contribuir de forma notoria a generar en el alumnado una riqueza de recursos y una sensibilidad ajustada a las nuevas demandas del siglo XXI.

Contribución de la materia al desarrollo de las competencias clave

La materia Educación Física contribuye a la adquisición de las distintas competencias clave que conforman el Perfil de salida en la siguiente medida:

Competencia en comunicación lingüística

Algunos de los aspectos a desarrollar para mejorar la competencia en comunicación lingüística y sus descriptores operativos serán: que el alumnado sea capaz de expresarse correctamente, participar en interacciones comunicativas, comprender y valorar textos para construir conocimiento, buscar información relevante para consolidar o abordar lo realizado en clase, entre otros.

Competencia plurilingüe

Se trabajará la competencia plurilingüe incidiendo en que el alumnado se comunique de manera eficaz, respetando las diferencias lingüísticas de los participantes en los diferentes eventos físico-deportivos y actividades en las que intervenga a cualquier nivel.

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería

Respecto a la competencia matemática y en ciencia, tecnología e ingeniería y sus descriptores operativos, será fundamental la búsqueda de una base científica en los principios que rigen la práctica de actividad física saludable; asimismo, la experimentación con el propio cuerpo y sus posibilidades de movimiento necesita el soporte del pensamiento científico, por ejemplo, para comprender y ajustar las respuestas o exigencias a lo perseguido y deseado.

Competencia digital

El logro de una competencia digital está tácitamente presente en el desarrollo de todas las competencias específicas de esta materia, buscando que el alumnado consiga hacer un uso adecuado de las tecnologías digitales ante las necesidades y exigencias que puedan aparecer durante el proceso de aprendizaje, transvasando dicha experiencia a su vida diaria y a la de sus seres más cercanos.

Competencia personal, social y aprender a aprender

La competencia personal, social y de aprender a aprender está en la base misma del concepto de la Educación Física. El alumnado debe lograr el autoconocimiento y la autoaceptación, atendiendo y haciendo frente a la variabilidad de las circunstancias personales, sociales y del medio en que se mueve, buscando su crecimiento personal y la fortaleza colectiva.

#### Competencia ciudadana

En la adquisición de las diferentes competencias específicas de la materia está implícita la competencia ciudadana, promoviendo la cohesión social, el respeto a las normas, la utilización del diálogo y la búsqueda de un estilo de vida sostenible, entre otros.

#### Competencia emprendedora

En cuanto a la competencia emprendedora, la Educación Física contribuye a aumentar la capacidad de detectar necesidades y oportunidades en diferentes ámbitos o contextos, así como a estimular el autoconocimiento y la puesta en marcha de soluciones óptimas y creativas a las situaciones que se vayan encontrando en la práctica motriz o de cualquier otra índole.

#### Competencia en conciencia y expresión culturales

Para desarrollar la competencia en conciencia y expresión culturales se incide en la capacidad e intencionalidad expresiva del cuerpo y el movimiento, en la creación y ejecución de contenidos artísticos, su valoración, el respeto a la expresión y comunicación de las ideas, opiniones, sentimientos y emociones de los demás y el desarrollo de la convivencia.

## 2. DISEÑO DE LA EVALUACIÓN INICIAL

La evaluación inicial se va a llevar a cabo en las primeras sesiones del curso a través de los siguientes instrumentos de evaluación:

- *Cuestionario inicial* de curso, se va a llevar a cabo en la primera sesión del curso. Los criterios que se van a trabajar serán el 1.3, 1.4 y 1.5. La evaluación será mediante la Heteroevaluación y autoevaluación.
- *Test Físicos*, se llevarán a cabo durante 2 semana. Los criterios que se van a trabajar serán: 1.1, 1.2, 1.3, 1.5 y 2.1. La evaluación será mediante la heteroevaluación, autoevaluación y coevaluación.
- *Juegos Cooperativos*, se llevarán a cabo durante 2 semanas. Los criterios que se trabajarán serán los siguientes: 1.2, 1.4, 1.5, 2.1 y 2.2. La heteroevaluación será la empleada.

Para la evaluación inicial se tendrán en cuenta las competencias específicas del curso anterior.

### 3. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y VINCULACIONES CON LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS DEL PERFIL DE SALIDA (ESO) Y DE ETAPA (BACHILLERATO) MAPA DE LAS RELACIONES COMPETENCIALES

El mapa de relaciones competenciales representa la vinculación de los descriptores operativos del Perfil de salida con las competencias específicas. Permitirá determinar la contribución de cada materia al desarrollo competencial del alumnado. En la materia de Educación Física son las siguientes:

*CE1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.*

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

*CE2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.*

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

*CE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.*

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

*CE4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.*

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

*CE5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.*

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





## 4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN E INDICADORES DE LOGRO JUNTO A LOS CONTENIDOS CON LOS QUE SE ASOCIAN

1º ESO

Criterio de evaluación	Contenidos
<p>1.1 Establecer y ejecutar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)</p>	<p>Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.</p> <p>Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. Desarrollo de actitudes preventivas.</p> <p>Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.</p> <p>Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.</p>
<p>1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable</p>	<p>Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura</p>

<p>y responsable, y aplicando mecanismos subjetivos sencillos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)</p>	<p>del core (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.</p> <p>Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. Desarrollo de actitudes preventivas.</p> <p>Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.</p> <p>Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.</p>
<p>1.3 Empezar a reconocer en sus rutinas diarias errores de aplicación de una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)</p>	<p>Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura del <i>core</i> (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.</p> <p>Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. Desarrollo de actitudes preventivas.</p>

	<p>Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.</p>
<p>1.4 Empezar a incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)</p>	<p>Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura del <i>core</i> (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.</p> <p>Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. Desarrollo de actitudes preventivas.</p> <p>Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.</p>
<p>1.5 Comenzar a adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de</p>	<p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzadodeportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones</p>

<p>lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)</p>	<p>en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</p>
<p>1.6 Conocer los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)</p>	<p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzadodeportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</p> <p>Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.</p>
<p>1.7 Analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)</p>	<p>Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura del <i>core</i> (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.</p> <p>Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. Desarrollo de actitudes preventivas.</p> <p>Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias</p>

	negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.
1.8 Explorar diferentes recursos digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, analizando, seleccionando y comunicando información relevante y elaborando documentos propios. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)	<p>Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.</p> <p>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.</p> <p>Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.</p> <p>Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del</p>

	<p>contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.</p>
<p>2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, con una limitada incertidumbre, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)</p>	<p>Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.</p> <p>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.</p> <p>Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.</p> <p>Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para</p>

	reconducir los procesos de trabajo.
<p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)</p>	<p>Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.</p> <p>Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.</p>
<p>2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución de estas. (CPSAA1, CE2, CE3)</p>	<p>Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.</p> <p>Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.</p> <p>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.</p> <p>Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros</p>

	<p>espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.</p>
<p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)</p>	<p>Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.</p> <p>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.</p> <p>Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.</p> <p>Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los</p>

	<p>movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.</p> <p>Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.</p>
<p>3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)</p>	<p>Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.</p> <p>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.</p> <p>Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>Planificación y autorregulación de</p>

	<p>proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.</p> <p>Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.</p>
<p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)</p>	<p>Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.</p> <p>Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.</p> <p>Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p>
<p>4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-</p>	<p>Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.</p>

<p>expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	<p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzadodeportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</p> <p>Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.</p> <p>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.</p>
<p>4.2 Participar en diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	<p>Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p> <p>Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.</p> <p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzadodeportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</p> <p>Deporte y perspectiva de género: Presencia y relevancia de figuras del deporte masculinas y femeninas.</p>
<p>4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>	<p>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.</p> <p>Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.</p> <p>Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.</p>

<p>(CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)</p>	<p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzadodeportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</p> <p>Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.</p> <p>Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.</p>
<p>5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)</p>	<p>Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.</p> <p>Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (<i>parkour</i>, <i>skate</i> u otras manifestaciones similares).</p> <p>Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.</p> <p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzadodeportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</p> <p>Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.</p> <p>Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.</p> <p>La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.</p> <p>Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS</p>

	<p>(proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.</p> <p>Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.</p>
<p>5.2 Iniciar la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)</p>	<p>Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.</p> <p>Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (<i>parkour</i>, <i>skate</i> u otras manifestaciones similares).</p> <p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</p> <p>La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.</p> <p>Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.</p> <p>Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.</p> <p>Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.</p> <p>Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.</p> <p>Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.</p>

## 5. CONTENIDOS DE CARÁCTER TRANSVERSAL QUE SE TRABAJARAN DESDE LA MATERIA

Algunos contenidos a trabajar con carácter transversal en 1º son:

- Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje. Con la materia de educación plástica, visual y audiovisual.
- Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Con la materia de Música.
- Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura del *CORE* (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano. Con la materia de Biología.

## 6. METODOLOGÍA DIDÁCTICA

El departamento considera necesario hacer hincapié en una metodología didáctica comunicativa, activa y participativa, que garantice la diversidad de los estilos de aprendizaje de los alumnos, y, consecuentemente, de los distintos métodos de enseñanza, con el fin de lograr los objetivos y el desarrollo de las distintas competencias. Esta metodología deberá garantizar también la igualdad de oportunidades y la atención a la diversidad, favoreciendo así la escuela inclusiva.

Las decisiones de carácter general sobre los métodos pedagógicos quedan concretadas de la siguiente manera:

- La metodología será activa, variada y diversa, combinando y alternando distintos tipos de actividades y agrupamientos del alumnado (se realizarán agrupamientos flexibles en función de la tarea y de las características individuales de los alumnos).
- La metodología garantizará el aprendizaje significativo de los alumnos de modo que permita un desarrollo adecuado de los contenidos, capacidades y de las competencias clave.
- La metodología didáctica deberá tener en cuenta los distintos ritmos y estilos de aprendizaje de los alumnos para favorecer el aprendizaje autónomo, la competencia de aprender a aprender, y la cultura emprendedora.
- Se fomentará la interacción en el aula, el trabajo en equipo y la toma de decisiones compartidas, de forma que la colaboración de los propios alumnos facilite el aprendizaje entre iguales, la cooperación y la colaboración.
- La metodología didáctica debe permitir que el acceso a los contenidos sea de carácter teórico y práctico, de manera que puedan ponerse en práctica las estrategias de aprendizaje que desarrollan las distintas competencias clave (se diseñarán actividades de aprendizaje integradas que permitan a los alumnos avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo). Esta metodología deberá capacitar a los alumnos para aplicar los aprendizajes en una diversidad de contextos.
- La metodología didáctica debe favorecer que los alumnos que tengan un nivel de competencia curricular bajo en su evaluación inicial reciban, siempre que sea posible, las ayudas y refuerzos adecuados a sus necesidades de aprendizaje, así como una atención individualizada.
- Se fomentará que los alumnos desarrollen su capacidad de razonamiento, así como la realización de tareas que supongan para ellos un reto.
- Se planificarán actividades que fomenten la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, y el desarrollo de la capacidad para dialogar y expresarse en público.
- La metodología didáctica contempla la integración de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs) para facilitar el aprendizaje y el desarrollo de las distintas competencias clave, y en especial de la Digital necesaria para la integración del alumnado en la Sociedad del Conocimiento, y de nuestro entorno sociocultural.

En este curso se va a utilizar como herramienta habitual de trabajo, en todos los grupos, la aplicación Microsoft Teams para realizar publicaciones de carácter general, compartir archivos y mandar y recibir tareas entre otros usos.

Fundamentalmente se pretende aplicar una metodología activa intentando dar al alumno/a la mayor participación posible, de manera que la vivencia de los diferentes elementos constituya el centro de interés.

Los estilos de enseñanza a aplicar dependerán de la situación en que nos encontremos y de los contenidos a tratar. Habrá momentos en los que será necesario utilizar métodos de instrucción directa por ser elementos de excesivo contenido técnico, en otros, por el contrario, el resultado tal vez nos interese menos que el proceso de elaboración siendo más adecuado el empleo de procedimientos de búsqueda.

Con respecto a las sesiones de clase seguirán los principios fundamentales de progresión, dificultad, intensidad y motivación. Así como un riguroso control de asistencia y presentación de la actividad.

Se procurará que la tarea tenga pleno significado para el alumno, tanto para su estructura cognoscitivo-motriz como para sus propios intereses y motivaciones.

Se facilitará una visión integradora de la asignatura mediante actividades y enfoques multidisciplinares, tomando como punto de partida la realidad motriz del alumno.

La metodología considerará los principios del constructivismo favoreciendo que el estudiante relacione los contenidos recibidos con experiencias previas sobre las que construya sus aprendizajes, con estructuras de aprendizaje mayoritariamente cooperativas, haciendo las actividades motivantes con estilos de enseñanza en los que la participación del alumno sea lo mayor posible, por lo que prevalecerá la enseñanza orientada a la acción y la dimensión vivencial del aprendizaje.

## 7. CONCRECIÓN DE LOS PROYECTOS SIGNIFICATIVOS REFERIDOS EN EL ARTICULO 19.4 DEL DECRETO 39/2022

La implicación que tiene la materia en los diferentes planes, programas y proyectos del centro es:

*Plan de lectura:* Dentro del plan de medidas para estimular el interés y el hábito de la lectura y la capacidad de expresarse correctamente a lo largo del curso nos proponemos realizar las siguientes actividades:

- \* Lectura individual de las fichas de trabajo personal.
- \* Lectura de aspectos importantes de los reglamentos deportivos en función de las modalidades planteadas en cada uno de los cursos.
- \* Respuestas orales y comentarios en público de los principales conceptos teóricos de la asignatura.
- \* Lectura de artículos de prensa escrita o aparecidos en internet sobre aspectos socioculturales relacionados con la celebración de los Juegos Olímpicos: igualdad, violencia, dopaje...
- \* Redacción de alguna cuestión relacionada con los Juegos Olímpicos, como por ejemplo: carta a un deportista olímpico, qué haría si yo fuera deportista paralímpico...

*Plan de convivencia:* en los campeonatos del programa “recreos deportivos”, al alumnado apuntado que tenga algún parte en la semana, será penalizado con una jornada sin jugar, que se aplicará a la siguiente jornada a disputar.

*Plan de igualdad:* Desde el Departamento de Educación Física se hace una apuesta decidida por la coeducación, considerando como principio básico que los alumnos y las alumnas tienen los mismos derechos y oportunidades.

Dentro de los agrupamientos que se produzcan a lo largo de la clase se intentará que sean mayoritariamente mixtos y homogéneos.

También se cuidará el lenguaje, procurando no abusar del género masculino y se utilizarán indistintamente alumnos y alumnas para las demostraciones si éstas fueran precisas.

Como actividad a plantear en todos los cursos se analizarán imágenes vinculadas a la práctica de la actividad físico-deportiva, haciendo especial hincapié en la celebración de los Juegos Olímpicos, tanto en la época antigua como en la moderna. También se tratará el deporte femenino que en tan auge está en la actualidad, dando una mayor visibilidad. Además, se contestará a unas cuestiones relacionadas con la igualdad en el deporte. El objetivo que se persigue es buscar la reflexión en este asunto.

Además, se siguen una serie de principios:

- No aceptar el modelo masculino como universal.
- Tratar de corregir estereotipos existentes.

- Proponer un currículo dirigido a eliminar diferencias.
- Desarrollar las capacidades individuales independientemente del género.
- Actuar intencionadamente contra la discriminación, sancionando con carácter inmediato estas conductas.

*Plan de refuerzo:* El plan de refuerzo será llevado a cabo por el profesor que le dé la materia al alumno.

Los alumn@s repetidores con la materia de Educación Física aprobada en el curso 2023-2024 realizarán la materia igual que los compañeros.

Los alumn@s repetidores con la materia de Educación Física suspensa en el curso 2023-2024 se reforzará aquella parte o contenidos que motivó ese suspenso.

## 8. MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR

### INSTALACIONES:

El centro dispone de:

- un gimnasio cubierto con pista útil de 17x13 m. y un aula equipada en su interior
- dos pistas polideportivas exteriores
- un gran patio exterior

Además, existen en el centro otras instalaciones (biblioteca, salón de actos, etc) que podrán ser usadas para el desarrollo de la programación.

Para el desarrollo de algunas situaciones de aprendizaje se podrán utilizar los alrededores del instituto (camino, pinares...).

### MATERIALES Y RECURSOS:

Tanto al final como al principio de curso se estudian las necesidades, tanto de reparación y mantenimiento, como de adquisición de nuevo material en función de las actividades y contenidos que se trabajarán a lo largo del año.

No se utilizará libro de texto para la asignatura; los profesores facilitarán apuntes o fotocopias y utilizarán los grupos de Microsoft Teams para compartir archivos y mandar y recibir tareas, que servirán de referencia para la evaluación de la parte teórica de la asignatura.

## 9. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES ORGANIZADAS POR LA MATERIA

Las actividades complementarias y extraescolares que se van a intentar llevar a cabo desde el departamento de educación física son las siguientes:

	<b>FECHA o MES o TRIMESTRE</b>	<b>CURSO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>
1	1º TRIMESTRE	1º ESO	PUPPY PARK
2	1º TRIMESTRE	2º ESO	ESCALADA
3	2º TRIMESTRE	2º ESO	SENDERISMO. RUTA AL PINO PINILLA
4	2º TRIMESTRE	3º ESO	VIAJE A LA NIEVE
5	2º TRIMESTRE	ESO Y 1º BACH	CHARLA-COLOQUIO SOBRE LA IGUALDAD EN EL DEPORTE.
6	1º-2º-3º TRIMESTRE	1º ESO	JORNADA DEPORTES ADAPTADOS.
7	3º TRIMESTRE	1º ESO	NATURCAMPA.
8	3º TRIMESTRE	1º ESO	JORNADA DE ACTIVIDADES LÚDICO-DEPORTIVAS AL AIRE LIBRE
9	3º TRIMESTRE	ESO Y 1º BACH	CONMEMORACIÓN DÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA CALLE
10	3º TRIMESTRE	2º ESO	PIRAGÜISMO
11	3º TRIMESTRE	1º BACH	SALIDA A CONOCER ALGÚN CENTRO DEPORTIVO DEL ENTORNO (GIMNASIO, CENTRO DEPORTIVO)
12	3º TRIMESTRE	4º ESO Y BACH	JORNADA SURF, ESPELEOLOGÍA PIRAGÜISMO.
13	3º TRIMESTRE	3º ESO	JORNADA FUTGOLF EN EL CAMPO DE GOLF DE CUÉLLAR
14	3º TRIMESTRE	1º BACH	NUEVO FIELATO.

**ACTIVIDADES EN LAS QUE ESTÉN O PUEDAN ESTAR IMPLICADOS OTROS DEPARTAMENTOS:** (si ya está enumerada arriba indicar solamente el número de la actividad) 12 con el departamento de Biología y Geología. 13 con el departamento de Geografía e Historia.

Además el Departamento de Educación Física en coordinación con el Departamento de Actividades Complementarias y Extraescolares va a intentar desarrollar las siguientes actividades abiertas a todos los cursos:

- Organización de una liga interna durante los recreos (a lo largo de todo el curso) que tendrá su culminación en un Día del Deporte al final de curso.
- Organización de actividades físico-deportivas en los días de fin de trimestre.
- Para el desarrollo y puesta en práctica de estas actividades se contará con la colaboración de los alumnos de 1º de Bachillerato.
- Finalmente, el Departamento de EF realizará actividades enmarcadas dentro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible

## 10. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE DEL ALUMNADO:

Para llevar a cabo el proceso de aprendizaje del alumno se van a utilizar los siguientes tipos de evaluación:

- Heteroevaluación: donde el profesor valora la actuación de los alumnos en referencia a los criterios de evaluación y los indicadores de logro.
- Autoevaluación: donde el alumno valora su adquisición de los criterios de evaluación y los indicadores de logro.
- Coevaluación: donde un alumno valora a otro la adquisición de los criterios de evaluación y los indicadores de logro.

La evaluación se va a llevar a cabo en diferentes momentos:

- Evaluación inicial: al principio de curso, y en aquellas situaciones de aprendizaje donde necesitemos una base de donde partir.
- Evaluación continua: a lo largo de todo el proceso, donde vemos si se van adquiriendo los indicadores de logro.
- Evaluación final: al final de cada situación de aprendizaje y del curso.

Los instrumentos de evaluación serán los siguientes:

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE CALIFICACIÓN
Observación sistemática	Diario de clase	-
	Registro de anécdotas	
	Escalas de observación (rúbricas)	Escala de valoración, escala graduada, escala numérica (son ejemplos de escalas que se pueden usar en función del contenido)
	Listas de control	
Análisis producciones de los alumnos	Cuaderno del alumno	Rúbrica
	Producciones orales	Rúbricas, Escalas (verbal, valoración, numérica,...)
	Producciones motrices	Rúbricas, Escalas (verbal, valoración, numérica,...)

Intercambios orales con los alumnos	Debates, asambleas, puestas en común, reflexiones grupales al final de las sesiones y paradas en circuito	-
Pruebas específicas	Exposiciones	Rúbricas (escalas de valoración)
	Prueba objetiva (examen)	
	Pruebas de capacidad motriz (test de condición física)	Baremos, Rúbricas, Escalas (verbal, valoración, numérica,...)
Grabaciones	Rúbrica, escalas	

### CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

La calificación es una forma de expresar los resultados del aprendizaje, siendo necesario utilizar unos criterios que serán la guía para especificar las reglas y el peso ponderado que tendrán en la nota los aspectos evaluados en cada trimestre.

Los criterios de calificación deben ser conocidos por los alumnos. Para su difusión se colgarán en el tablón de anuncios del gimnasio.

*Criterios para la calificación de la evaluación trimestral.*

- La nota de cada trimestre se obtendrá sumando la nota obtenida en cada una de las Situaciones de Aprendizaje en función de la ponderación atribuida por el profesor en cada grupo.
- Habrá una nota en todos los trimestres que valorará la disposición en clase, donde se incluyen indicadores de logro que valoran criterios de evaluación específicos comunes en mayor o menor medida aspectos que se trabajan en todas las clases de Educación Física. El saber estar, es un criterio de calificación trimestral en cada evaluación, con un 30% de ponderación, siendo posible aumentarlo dependiendo de las circunstancias de cada grupo. Se valorará de forma general el cumplimiento de normas, colaboración y esfuerzo. El saber contará con un 20 % mientras que el saber hacer será el 50% restante.
- La nota trimestral se redondeará al número entero, sin tener en cuenta los decimales. Ej 5,8 se pondrá un 5.
- En cada Situación de Aprendizaje que se califique se debe tener como mínimo un 3 para poder hacer media en el trimestre.
- El negarse a realizar una Situación de Aprendizaje supondrá tener que recuperarla de la forma que estime el profesor, salvo en casos excepcionales y debidamente justificados.
- Las faltas injustificadas tendrá un descuento en la nota de 0,25 puntos.

- La entrega tardía de los trabajos repercutirá negativamente en su nota.
- Se registrarán las conductas negativas en el “registro de anécdotas” suponiendo un descuento en la nota según la gravedad. Se podrán recuperar.
- El alumnado que a lo largo del trimestre acumule diversas faltas de disciplina registradas, no podrá superar positivamente la evaluación.
- Al alumno que se le vea copiando en alguna prueba escrita (ficha, examen,...) obtendrá un 0 en esa prueba, suspendiendo el trimestre. Lo podrá recuperar en el trimestre siguiente repitiendo la prueba.

*Alumnos que no puedan realizar actividad físico – deportiva por problemas de salud o lesiones a corto plazo (con justificante médico y/o padres). Se mandarían tareas acordes a sus posibilidades y requerimientos de la clase: lectura y comentario de artículos, ejercicios readaptativos, arbitrar, dirección de tareas, reportero, ojeador, pedaleo, etc.*

*Alumnos con lesiones a largo plazo que les impidan realizar contenidos: (con justificante médico). Para fomentar el aprovechamiento de las clases se adaptarán las tareas o se propondrán otras (trabajos, nuevos contenidos,...). La ponderación de los aspectos evaluados se modificará según las adaptaciones realizadas.*

Criterios para la calificación de la evaluación final:

- Cálculo de la nota de la evaluación final: media aritmética de los tres trimestres contando los decimales.
- Es necesario tener superadas las tres evaluaciones para poder realizar la media.
- Si en la nota media final hay decimales se redondeará al alza desde el ´6, teniendo en cuenta su disposición en clase, las faltas y la evolución a lo largo del curso.

Medidas para la recuperación de evaluaciones:

Cuando haya una evaluación trimestral con “Insuficiente” la recuperación se hará en junio y su ejecución dependerá del motivo que provocó el suspenso:

- Trabajos y pruebas escritas u orales con nota por debajo de un 3: se repetirán cuando se estime.
- Nota en Situaciones de aprendizaje por debajo de un 3: se repetirá mediante una prueba.
- Suspenso por mal comportamiento: se valorará la evolución en el cambio de actitud y disposición en clase. En caso de no producirse se tendrá que hacer un trabajo de reflexión o prueba oral en junio, sobre los valores y la importancia que supone el deporte y la actividad física a nivel de maduración y crecimiento personal.
- Suspensos por faltas injustificadas: se valorará la asistencia continuada a clase sin faltas injustificadas en los siguientes trimestres.

A continuación, se muestra la calificación trimestral con los instrumentos y criterios de evaluación, de cada situación de aprendizaje del trimestre. Cada situación de aprendizaje será ponderada en función de la importancia que le dé cada profesor y en función del número de sesiones.

Primer Trimestre

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE</b>	<b>INSTRUMENTO</b>	<b>AGENTE</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN IMPLICADOS</b>
<b>Normas y protocolos comunes a la clase de EF</b>	RI -RA - OD	Hete.	1.2-1.3-1.4-1.5-1.7-3.3-4.2-5.2
<b>Aprendemos a calentar y estirar</b>	F-OD-RA	Hete-Auto	1.1-1.2-1.3-1.5-1.7-3.3-4.2
<b>Acondicionamiento físico general. Nos ponemos en forma</b>	OD-RI-F-RA	Hete-Coe-Auto	1.1-1.2-2.1-2.4-3.1-3.3-4.2
<b>Trabajamos el equilibrio y la coordinación</b>	RI-OD-RA	Hete- Coe-Auto	1.1-1.2-2.1-2.4-3.3-4.2
<b>Actividad Física y Salud</b>	F-RI-OD-RA	Hete	1.1-1.2-1.3-1.5-1.6-1.7-1.8-1.9-3.3-4.2
<b>Nos relajamos</b>	OD-RI-F-RA	Hete-Auto	1.1-1.3-2.4-3.3-4.2

Segundo trimestre

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE</b>	<b>INSTRUMENTO</b>	<b>AGENTE</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN IMPLICADOS</b>
<b>Normas y protocolos comunes a la clase de EF</b>	R -RA - OD	Hete.	1.2-1.3-1.4-1.5-1.7-3.3-4.2-5.2
<b>Trabajamos los saltos y los giros</b>	RI-OD-RA	Hete-Coe	1.1-1.2-2.1-2.4-3.3-4.2
<b>Habilidades atléticas, técnica de carrera</b>	RI-OD-RA	Hete-Coe	1.1-1.2-2.1-2.4-3.3-4.2
<b>Actividades rítmicas</b>	RG-OD-RA	Hete-Coe	1.1-1.2-2.1-2.4-3.2-3.3-4.1-4.2-4.3
<b>Nos iniciamos en el Balonmano</b>	RI-RG-OD-RA	Hete-Coe	1.1-1.2-2.1-2.2-2.3-2.4-3.1-3.3-4.2

3° Trimestre

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE</b>	<b>INSTRUMENTO</b>	<b>AGENTE</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN IMPLICADOS</b>
<b>Normas y protocolos comunes a la clase de EF</b>	R -RA - OD	Hete.	1.2-1.3-1.4-1.5-1.7-3.3-4.2-5.2
<b>Nos iniciamos en fútbol sala</b>	RI-RG-OD-RA	Hete-Coe	1.1-1.2-2.1-2.2-2.3-2.4-3.1-3.2-3.3-4.2
<b>Trabajamos los rastreos</b>	RG-OD-RA	Hete-Auto	1.1-1.2-1.8-1.9-2.1-2.2-2.4-3.3-4.2-5.1-5.2
<b>Bicicleta</b>	RI-OD-RA	Hete-Coe	1.1-1.2-5.1-5.2
<b>Nos iniciamos en las actividades recreativas, palas, fresbe y otras actividades</b>	RI-RG-OD-RA	Hete-Coe	1.1-1.2-2.1-2.2-2.3-2.4-3.1-3.2-3.3-4.2

## PONDERACIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN AL FINAL DEL CURSO

CRITERIO DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE
1.1	9 %
1.2	10 %
1.3	6 %
1.4	5 %
1.5	4 %
1.6	1 %
1.7	4 %
1.8	3 %
1.9	3 %
2.1	6 %
2.2	4 %
2.3	3 %
2.4	6 %
3.1	4 %
3.2	4 %
3.3	10 %
4.1	1 %
4.2	10 %
4.3	1 %
5.1	1 %
5.2	5 %



## 11. ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

**GENERALIDADES SOBRE LA ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD:** *Adaptaciones en la metodología didáctica.*

Las acciones que podemos utilizar desde el área de Educación Física dentro de “las medidas generales u ordinarias” son las “adaptaciones curriculares que afectan únicamente a la metodología didáctica”.

### **Medidas para conseguir la igualdad de oportunidades.**

- Detección de dificultades: cuestionario sobre hábitos físico deportivos al inicio de curso, evaluación inicial de la condición física y evaluación inicial en cada Situación de Aprendizaje.
- Plantear situaciones abiertas que proponen ejercicios de diversa dificultad de ejecución dando la posibilidad de progresar en función de su dominio.
- Plantear situaciones de cooperación, ya sea en parejas, pequeños o grandes grupos. Utilizando la enseñanza recíproca y los grupos cooperativos donde el aprendizaje del otro es igual de importante que el mío.
- Los agrupamientos serán flexibles, por afinidad, nivel o azar según el contexto.
- La evaluación será individualizada, fijando metas que el alumno debe alcanzar a partir de criterios derivados de su propia situación inicial.
- Las explicaciones del profesor se utilizarán aquellos canales de comunicación más eficaces para transmitir la información (explicación oral, fichas, vídeos, etc.). Aquel alumno que tenga más dificultades se puede incluir más de un canal.
- Se podrán realizar actividades o sesiones de recuerdo o refuerzo. Se permitirá ir al alumnado a ensayar en el recreo al pabellón cuando lo necesiten.
- Los alumnos que tengan más dificultades recibirán un feedback individualizado, se utilizarán técnicas de moldeamiento cuando el error sea muy grave.
- Los alumnos que no dispongan de internet en casa, tendrán preferencia en el recreo para usar alguno de los ordenadores de la biblioteca.
- Los alumnos que no dispongan de móvil para realizar grabaciones, se prestará la tablet que dispone el departamento.

### **Medidas para el alumnado desmotivado.** (Pérez Báez, 2011)

- Identificar sus intereses para relacionarlos con los contenidos (ej. música).
- Proponerles metas sencillas y accesibles.
- Reforzar cualquier progreso que tenga aunque sea pequeño.
- Realizar agrupamientos por afinidad o nivel según el contexto.
- Atribuirles responsabilidades.
- Reforzar su autoestima haciendo visible sus puntos fuertes.

### **Medidas para el alumnado con problemas de socialización.**

- Grupos hechos por profesor: ponerlo con quien trabaja bien y lo respetan.
- Grupos hechos por alumnos: normas de que todos deben estar en algún grupo.
- Usar de apoyo a alumnos ayudantes, cuando alguien se queda sin compañero.
- Reforzar en alto progresos, actitudes positivas o buenas para el grupo.

### **Medidas para el alumnado con mala conducta.** (Pérez Báez, 2011)

- Reforzar cuando se haya portado bien y tenga actitudes positivas en el trabajo.
- Realizar agrupamientos funcionales: en función de con quien se comporte bien.
- Parar su actividad parcial-total sobre todo cuando disfruta y se comporta mal.
- Progresividad en castigo: uso de la lista amarilla, expulsión y amonestación.
- Valoración diaria de su comportamiento.
- Para casos graves: hoja de control diaria durante la clase sobre su comportamiento.
- Para clases con mal disposición generalizada: lista de control diaria sobre el cumplimiento de normas y comportamiento

### **Medidas para el alumnado que no puede realizar la práctica.**

- Alumnado con problemas físicos que practican, pero tienen problemas para realizar algunas actividades planteadas: se adaptarán los ejercicios a sus condiciones, se elegirán otras actividades o se utilizarán como ayudantes.
- Alumnos que no puedan realizar actividad físico deportiva por problemas de salud o lesiones a corto plazo realizarán: lectura y comentario de artículos, ejecución rutina de entrenamiento adaptada, arbitrar partidos, diseño y dirección de actividades, colocar el material, ayudar alumnos ACNEE, etc.
- Alumnos con lesiones a largo plazo que les impidan realizar actividades físico deportivas: realizarán mismas tareas que los lesionados a corto plazo y se incluirán nuevos contenidos: malabares, habilidades con raqueta, trabajos, etc.

### **Medidas para alumnado con necesidades de Compensación Educativa.**

- Realizar agrupamientos funcionales según la situación: en función de con quien trabaje bien, con quien se lleva bien, quien le puede ayudar, etc.
- Adaptar la dificultad de los trabajos teóricos y artículos de reflexión.
- Adaptar el tipo de preguntas y respuestas en los trabajos: mejor cerradas.

Sustituir los trabajos teóricos por otros: cuestionarios, posters, etc.

### **PLANES ESPECÍFICOS:**

#### **Plan específico de Refuerzo.**

Se realizará un plan de refuerzo y recuperación para todos aquellos alumnos que no evalúen positivamente el área en la evaluación final.

Este plan se adaptará a las necesidades individuales de cada uno de los alumnos y se centrará en dar recursos y posibilidades para superar aquellos aspectos que propiciaron la evaluación negativa en alguno o todos los trimestres del curso.

El objetivo es que a lo largo del periodo de refuerzo y recuperación de junio se demuestre que se han adquirido ciertas destrezas, habilidades, actitudes o conocimientos que podrán ser expuestos en una prueba final.

Durante este periodo, para aquel alumnado que tiene la asignatura superada, se propondrán diferentes opciones/trabajos/retos para poder incrementar su nota.

## **ADAPTACIONES CURRICULARES:**

### **Adaptaciones curriculares de acceso:**

**A- Alumnos con discapacidad visual.** (Linares y Arráez, 1999)

#### 1- Acondicionamiento del espacio:

- Prestar atención a que esté libre de obstáculos para evitar caídas y choques.
- Intentar realizar las sesiones en el mismo lugar para que les sea familiar.
- Utilizar señalización mediante marcas rugosas en el suelo.
- Al acceder a nuevos espacios ayudarles a hacer recorrido de familiarización.
- Empezar siempre la sesión en el mismo lugar.
- La iluminación debe ser la adecuada para que los ambliopes usen los restos de visión. Uso de colores contrastados, y elementos de referencia.
- Otras condiciones: superficie antideslizante, controlar el ratio participantes/espacio, cuando haya obstáculos inevitables (columnas, postes) acolcharlos.

#### 2. Condiciones de seguridad:

- Utilizar gafas protectoras y protecciones en rodillas y codos ante riesgo de caídas.
- Las pelotas serán de goma-espuma con fuente sonora.
- Las puertas deben estar totalmente cerradas o abiertas, nunca a medias.
- No dejar obstáculos en lugares de paso.
- Evitar el ruido ambiental para que no se desoriente.

#### 3. La comunicación:

- Aumentar las explicaciones orales.
- Al hablarlos usar su nombre y si es posible establecer un leve contacto.
- Cuidar la ubicación para que nos pueda oír bien.
- Para entregarle un material se lo pondremos en contacto con sus manos, lo haremos sonar o nos cercioraremos de que lo localiza.

4. El guía: si el centro no dispone de especialista lo hará un mismo compañero durante un periodo de tiempo largo (un trimestre). Evitar rotaciones diarias.

5. Material: se pueden usar cuerdas de acompañamiento, mejor materiales grandes y con colores que reconozco.

## **B- Alumnos con discapacidad auditiva.** (Linares y Arráez, 1999)

### 1. Sistemas de comunicación: varias posibilidades.

- Llevar audífonos o implantes cocleares para aumentar su capacidad auditiva.
- Usar sistemas FM.
- Uso de un código universal de gestos y signos para las acciones en EF.
- Uso de recursos visuales que ayuden a la comprensión: dibujos, imágenes, fichas, información escrita, etc.

### 2. Recursos a controlar en la comunicación oral:

- Controlar su atención con alguna señal para hablar: cuando el profesor levante el brazo, el resto de alumnos también lo levantarán y guardarán silencio.
- Que tenga buena visibilidad de la cara del profesor cuando éste hablando.
- Hablar claro, a la cara, vocalizando cada palabra y siendo expresivo.
- Utilizar un lenguaje correcto con frases cortas y simples.
- Comprobar la comprensión de lo dicho.
- Indicarle quien hablará antes de que empiece.
- Darle por escrito cualquier cambio de regla o norma.

3. Ambiente: hay que controlar el ruido, porque distorsiona la transmisión de información. Hay que utilizar más señales visuales y gestuales que acústicas.

## **C- Alumnos con discapacidad motora.** (Ríos, 2003)

### 1. Espacio:

- Deben favorecer la accesibilidad.
- Hay que delimitarlo para compensar las dificultades de movilidad.
- El terreno debe ser liso y llano para favorecer los desplazamientos.

### 2. Material:

- Uso de ayudas técnicas: bastones o andadores para los problemas de equilibrio o sillas de ruedas.
- Uso de material de espuma o cualquier otro que facilite la prensión. Uso de pelotas más lentas, globos, raquetas más grandes, etc.

### 3. Comunicación:

- Para alumnos con parálisis cerebral y traumatismo craneoencefálico, se puede usar sistemas alternativos y aumentativos de comunicación: sistema Bliss, tablero silábico, sistemas pictográficos, gestos, códigos gestuales, entre otros.

4. Seguridad: evitar riesgos de choques, fricciones, presiones y golpes en las partes corporales afectadas.

### 5. Profesor de apoyo o alumno colaborador:

- Para facilitar las ayudas físicas y de acompañamiento si se precisan.

- Si el alumno es suficientemente autónomo, lo ayudaremos sólo cuando nos lo pida y como nos lo pida.

#### **D- Alumnos con discapacidades intelectuales:** (Olayo y cols., 1996)

##### 1. Comunicación:

- Hablarles despacio y repitiendo las cosas las veces que sean precisas hasta que se tenga la certeza de que han comprendido el mensaje.
- Utilizar un lenguaje comprensible y asequible.
- En algunos casos es necesario el uso de sistemas alternativos y aumentativos de comunicación: sistemas pictográficos o sistemas signado (Schaiffer).

##### 2. Actitud ante los alumnos:

- Adoptar una actitud natural y espontánea, tratándolos como uno más, evitando ser paternalistas o proteccionistas.
- Dejarles que actúen con espontaneidad y libertad, sin acosarles ni estar obsesivamente encima de ellos.

#### **E- Alumnos con trastornos del espectro autista:** (Ríos, 2003)

##### 1. Organización:

- Seguir una serie de rutinas en todas las sesiones: reunión inicial, calentamiento, parte principal, vuelta a la calma y reunión final.
- Que la sala este ordenada y sin material con el que pueda distraerse.
- Se debe anotar en su agenda cualquier evento próximo y todo tipo de detalles referentes al mismo con antelación.
- Minimizar distracciones visuales y auditivas para evitar que su atención se dirija hacia estímulos que no son relevantes.
- Animarle a mantenerse centrado en la tarea.

##### 2. Comunicación:

- Hay que evitar el sarcasmo y las bromas, ya que lo interpretarán de forma literal.
- No darle importancia a que rechacen el contacto visual y a sus expresiones faciales.
- Hay que decirle que tiene que hacer específicamente: usar instrucciones simples y cortas, ser claro y preciso, utilizar frases claras y no ambiguas, se puede facilitar las instrucciones por escrito y que las conserve.
- Uso de fichas con viñetas y dibujos que especifiquen los ejercicios a realizar.
- Evitar el contacto físico directo.

#### **Adaptaciones significativas:**

#### **Adaptaciones curriculares significativas para los ACNEE.**

Las Adaptaciones Curriculares Significativas solo se pueden hacer y ser evaluados con respecto a ellas los ACNEE.

**Al resto de alumnos** se les pueden hacer “adaptaciones no significativas” (marcar unos mínimos o contenidos básicos; adaptaciones metodológicas o en la forma de evaluar...). También se les puede hacer “Propuestas Curriculares” (adaptarles significativamente los

contenidos, pero no pueden ser evaluados con respecto a estos niveles sino con respecto al nivel donde están matriculados).

Las **adaptaciones significativas**, son las que afectan a los elementos básicos del currículo, eliminando o transformando diversos aspectos. Se plasman en un “documento individual de adaptación curricular” (DIAC) que debe ser aprobado y firmado por un inspector educativo.

Desde el área de EF se pueden realizar las adaptaciones significativas en referencia a estos aspectos:

#### **A- Los contenidos, criterios de evaluación e indicadores de logro:**

Consiste en modificar estos aspectos del currículo del curso o sustituirlos por otros tomando como referencia los elementos de otros cursos o etapas. Las incorporaciones pueden ser totales o parciales, pudiendo modificarlos según transcurra la evolución a lo largo del curso.

#### **B- Adaptaciones en las situaciones de aprendizaje:**

Referido a unidades didácticas, objetivos didácticos, contenidos, criterios de evaluación e indicadores de logro. Pueden consistir en: adecuarlos, priorizarlos, cambiar la temporalización, eliminarlos o introducir nuevos elementos del currículo de etapas o ciclos anteriores

#### **C- Adaptaciones de la evaluación:**

- Adaptar los procedimientos e instrumentos de evaluación, buscando aquellos que puedan ayudarnos a discernir lo ha aprendido y cómo lo ha hecho.
- Emplear procedimientos e instrumentos variados y diversos, diferentes a los del grupo de referencia..Permitir más tiempo para realizar la evaluación.

12. SECUENCIA ORDENADA DE LAS UNIDADES TEMPORALES DE PROGRAMACIÓN QUE SE VAN A EMPLEAR DURANTE EL CURSO ESCOLAR

1º ESO

PRIMER TRIMESTRE	
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	SESIONES
Presentación y normas	1
Evaluación inicial	5
Calentamiento y estiramientos	4
Acondicionamiento físico general	8
Equilibrio y coordinación	4
Actividad Física y Salud	3
Nos relajamos	3
2º TRIMESTRE	
Saltos y giros	9
Habilidades atléticas: técnica de carrera	5
Nos iniciamos en el balonmano	8
Actividades rítmicas	4
3º TRIMESTRE	
Nos iniciamos en el fútbol sala	6
Rastreos	3
Sobre ruedas	3
Actividades recreativas	4

### 13. ORIENTACIONES PARA LA EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DE AULA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Para llevar a cabo la evaluación de la programación de aula y de la práctica docente utilizaremos la siguiente tabla:

Aspectos a valorar	Valoración (0-5)	Observaciones
<b>Aspectos relacionados con la PD</b>		
Analizo y diseño dentro de la programación didáctica las competencias clave necesarias para el área.		
Planifico mi actividad educativa de forma coordinada con el resto del profesorado		
Establezco, los criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación y autoevaluación que permiten hacer el seguimiento del progreso de los alumnos.		
Diseño actividades que aseguran la adquisición de los criterios de evaluación.		
Propongo a mis alumnos actividades variadas (de introducción y/o motivación, de desarrollo, de detección de ideas, de ampliación, de refuerzo, de evaluación...)		
Contribución de los métodos didácticos y pedagógicos a la mejora del clima de aula y de centro		
<b>Materiales y recursos didácticos</b>		
Adecuación de los materiales y recursos didácticos, y la distribución de espacios y tiempos a los métodos didácticos y pedagógicos utilizados.		
Distribuyo el tiempo adecuadamente:		
Adopto distintos agrupamientos en función del momento, de la tarea a realizar, de los recursos a utilizar, etc.		
Utilizo <b>recursos</b> didácticos variados (audiovisuales, informáticos, técnicas de aprender a aprender...), para presentar los contenidos y la práctica de los mismos.		
<b>Evaluación</b>		

Además, a final de curso, los alumnos rellenarán un cuestionario evaluando la actuación del profesor, los contenidos trabajados, el desarrollo de las Situaciones de Aprendizaje, la dinámica de trabajo y proponiendo posibles mejoras.

## 14. PROCEDIMIENTO PARA LA EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

Para llevar a cabo la evaluación de la programación didáctica se va a hacer un seguimiento de la programación durante las reuniones del departamento, donde se valorará si hay que hacer cambios o no en función de cómo se estén desarrollando.

Además, se tendrán en cuenta los resultados de cada evaluación por parte de los alumnos.

También se tendrá en cuenta el número de contenidos trabajados.

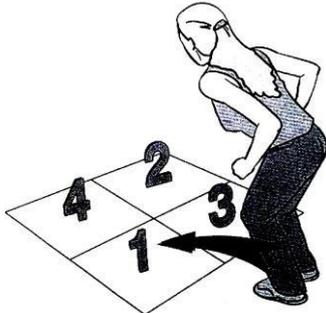
## ANEXO

Se adjunta los baremos de las pruebas físicas

### ***BAREMOS TEST CONDICIÓN FÍSICA 1º ESO***

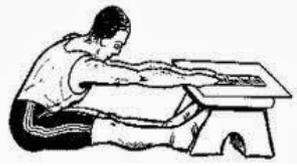
***CURSO 2024/2025***

<b>COORDINACIÓN</b>	
<b>CHICOS/AS</b>	<b>NOTA</b>
18 ó +	10
17	9
15 - 16	8
14	7
13	6
12	5
10 - 11	4
7 - 9	3
4 - 6	2
1 - 3	1



The illustration shows a person in athletic wear performing a coordination test. They are standing on a mat divided into four numbered sections (1, 2, 3, 4). An arrow points from section 1 towards section 3, indicating the direction of movement.

<b>FLEXIÓN ANTERIOR DE TRONCO</b>		
<b>CHICOS</b>	<b>NOTA</b>	<b>CHICAS</b>
34 ó- +	10	37 ó- +
32 - 33	9	35 - 36
30 - 31	8	33 - 34
28 - 29	7	31 - 32
26 - 27	6	29 - 30
24 - 25	5	27 - 28
21 - 23	4	25 - 26
18 - 20	3	23 - 24
15 - 17	2	21 - 22
14 ó -	1	20 ó -



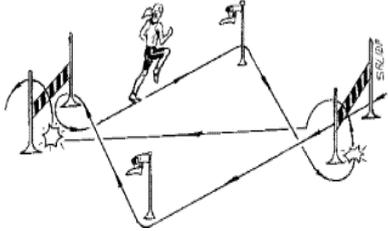
The illustration shows a person performing a trunk flexion test. They are sitting on the floor with their back to the ground, reaching forward with their hands to touch their feet. A table is positioned in front of them to support their feet.

<b>ABDOMINALES CON ELEVACIÓN DE PIERNAS</b>	
<b>CHICOS/AS</b>	<b>BAREMO</b>
45"	10
40"	9
35"	8
30"	7
25"	6
20"	5
16"	4
12"	3
8"	2
4"	1



The illustration shows a person lying on their back on a mat, performing abdominal exercises with leg elevation. Their legs are raised and bent at the knees. A letter 'B' is visible in the top left corner of the image area.

## CIRCUITO DE AGILIDAD

CHICOS	NOTA	CHICAS	
- 12,00	<b>10</b>	- 12,50	
12,01 - 12,40	<b>9</b>	12,51 - 13,00	
12,41 - 12,80	<b>8</b>	13,01 - 13,50	
12,81 - 13,20	<b>7</b>	13,51 - 14,00	
13,21 - 13,60	<b>6</b>	14,01 - 14,50	
13,61 - 14,00	<b>5</b>	14,51 - 15,00	
14,01 - 14,50	<b>4</b>	15,01 - 15,50	
14,51 - 15,00	<b>3</b>	15,51 - 16,00	
15,01 - 15,50	<b>2</b>	16,01 - 16,50	
+15,51	<b>1</b>	+ 16,51	

## RESISTENCIA: CARRERA 10 TRAMOS

BAREMO	CHICOS/AS.	
<b>10</b>	0' 58"	
<b>9</b>	0' 59" - 1' 01"	
<b>8</b>	1' 02" - 1' 04"	
<b>7</b>	1' 05" - 1' 06"	
<b>6</b>	1' 07" - 1' 08"	
<b>5</b>	1' 09" - 1' 10"	
<b>4</b>	1' 11" - 1' 15"	
<b>3</b>	1' 16" - 1' 18"	
<b>2</b>	1' 19" - 1' 21"	
<b>1</b>	1' 22" - 1' 25"	