PROGRAMACIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA

Y BACHILLERATO

Año 2020/2021

ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA

ÍNDICE

1. ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO. 4

MARCO LEGAL. 5

1.1. COMPOSICIÓN DEL DEPARTAMENTO 6

1.2. GRUPOS A LOS QUE ATIENDE 6

1.3. ENSEÑANZAS QUE ASISTE 6

1.4. CALENDARIO DE REUNIONES 6

1.5. NORMAS PARTICULARES DEL DEPARTAMENTO. 8

2. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA. 8

2.1. CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE. 9

2.2. OBJETIVOS 11

2.2.1. Objetivos generales de etapa y su relación con las competencias. 11

2.2.2. Objetivos generales del Área. 13

2.3. ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DE LOS CONTENIDOS 15

2.3.1. Secuenciación de contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje para 1ºESO. 16

2.3.2. Secuenciación de contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje para 2ºESO. 22

2.3.3. Secuenciación de contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje para 3ºESO. 28

2.3.4. Secuenciación de contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje para 4ºESO. 35

2.4. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS 42

2.4.1. Tipo de metodología 43

2.4.2. Contenidos. 44

2.4.3. Técnicas de enseñanza. 44

2.4.4. Información. 44

2.4.5. Estilos de enseñanza. 44

2.4.6. Principios metodológicos. 45

2.4.7. Aspectos a tener en cuenta en la aplicación didáctica. 45

2.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN EN RELACIÓN CON LOS ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE 45

2.6. INDICADORES DE LOGRO SOBRE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE 46

2.7. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN 51
2.8. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN 51
3. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD **52**
3.1. PROGRAMAS DE REFUERZO DESTINADOS A LA RECUPERACIÓN DE LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS. 52
4. TEMAS TRANSVERSALES DEL CURRÍCULO **56**
5. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS. **57**
7. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS **59**
8. INDICADORES DE LOGRO SOBRE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE **60**
8.1. EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN. 60
8.2. EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE. 61
9. SECCIÓN BILINGÜE **91**
9.1 APORTACIÓN DEL DEPARTAMENTO 91
10. ANEXO COVID **93**
10.1 MEDIDAS ESPECÍFICAS DE LA ASIGNATURA 93
10.2 CRITERIOS A SEGUIR EN SITUACIÓN DE CONFINAMIENTO 95

1. ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO.

La planificación de actividades de Educación Física va encaminada, en función del propio concepto de la misma, a la educación integral del individuo a través del movimiento. Unida a esta premisa se encuentra la de fomentar el desarrollo de la creatividad y la capacidad de expresión a través de la actividad física.

La sociedad actual demanda la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación, aquellos conocimientos destrezas y capacidades, que se relacionen con el cuerpo y la actividad motriz, contribuyendo de forma armónica al desarrollo personal y una mejora de la calidad de vida. Como respuesta a esta demanda social, las acciones educativas orientadas al cuidado del cuerpo, de la salud, de la mejora corporal y de la utilización constructiva del ocio, han de tenerse en cuenta en el área de Educación Física.

Esta área en la Educación Física Obligatoria, tiene en el cuerpo y el movimiento, los ejes básicos de la acción educativa. La Educación Física ha de promover y facilitar que alumnos y alumnas adquieran una comprensión significativa de su cuerpo y de sus posibilidades, a fin de conocer y dominar actuaciones diversas que les permitan su desenvolvimiento de forma normalizada en el medio, mejorar sus condiciones de vida, disfrutar del ocio y establecer ricas y fluidas interrelaciones con los demás. Se debe resaltar la importancia educativa del conocimiento corporal vivenciado y sus posibilidades lúdicas, expresivas y comunicativas; así como la importancia de la aceptación del propio cuerpo y de utilizarlo eficazmente.

La conducta motriz se asocia a la comprensión corporal, constituyendo una unidad que se encuentra presente en toda experiencia integrada en las diferentes vivencias personales. La educación a través del cuerpo y el movimiento no se reduce exclusivamente a aspectos perceptivos y motrices, sino que implica otros de carácter expresivo, comunicativo, afectivo y cognitivo.

Las funciones del movimiento son varias y han tenido diferentes consideraciones en el Currículo de Educación Física, según las intenciones educativas que han presidido su elaboración. Hay que destacar como las más importantes, las funciones de conocimiento, de organización de las percepciones, anatómico-funcional, estética-comunicativa y catártica.

La Educación Física ha de reconocer esa multiplicidad de funciones, contribuyendo a través de ellas a la consecución de los objetivos de la etapa, por lo que debe recoger todo un conjunto de prácticas destinadas al desarrollo de aptitudes y capacidades psicomotrices, más que aspectos sectoriales de las mismas.

Durante esta etapa se producen en el organismo de los alumnos y alumnas profundas transformaciones de carácter físico y orgánico. Estos cambios se traducen en una maduración general del organismo y en la aparición de rasgos sexuales diferenciados. En todas las edades, el desarrollo del cuerpo es importante, pero en esta etapa lo es más ya que el crecimiento va vinculado a cambios psíquicos y dicho desarrollo psicofísico implica consecuencias específicas para el tratamiento del área.

En la propuesta general del área se deben evitar discriminaciones en función del sexo, paliando las influencias de los actuales estereotipos que asocian el movimiento expresivo y rítmico como propio del sexo femenino, y la fuerza, agresividad y competición como masculinas.

Así pues, se trata de que todas las alumnas y alumnos adquieran hábitos saludables que posibiliten sentirse satisfechos con su propia identidad corporal, lo cual será vehículo de expresión y comunicación, consigo mismo y con los demás; dotándolos con los medios y conocimientos necesarios para el disfrute del ocio y del tiempo libre, que le conducirán a una mejora de su calidad de vida.

El ejercicio físico es fundamental para el desarrollo de las posibilidades de los alumnos, por sus efectos beneficiosos sobre la salud. Por ello son necesarias acciones educativas para consolidar hábitos duraderos: una correcta alimentación, la defensa del medio ambiente, vida en la naturaleza, descansos apropiados, hábitos de higiene corporal, etc., que incidirán de forma más favorable en el desarrollo y mejora de la educación de alumnos y alumnas, que si se hicieran sólo con la práctica del ejercicio.

En consecuencia, hay que situar la Educación Física en el contexto general de desarrollo de la persona, dándole el verdadero sentido, de educar a través del cuerpo, sirviéndose de él y de sus posibilidades de movimiento para lograr objetivos educativos de carácter más amplio.

Marco legal.

La programación de Educación Física para este curso 2020/21 en toda Secundaria y Bachillerato, toma como referencia la siguiente normativa:

-LOMCE 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la Calidad Educativa.

-R.D. 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.

-Decreto 111/2016, de 14 de junio, donde se establece el currículo de la ESO en Andalucía

-Orden de 14 de Julio 2016 que desarrolla el currículo de la Eso y Bachillerato en Andalucía.

-

En este sentido, es conveniente pues empezar situando a nivel de normativa el marco legal al que nos vamos a centrar, empezando por hacer referencia primero a la LOMCE 8/2013 como Ley Orgánica y seguidamente al:

Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria, Capítulo II, Artículo 10 y 11 dónde menciona la ESO con sus principios generales y objetivos.

1.1. Composición del Departamento

Los profesores que componen el departamento son los siguientes:

- D. Camilo Puertas Sánchez.

- Dña. Sofía Rodríguez Cejudo.

- D. Miguel Ángel López Marín.

1.2. Grupos a los que atiende

La distribución de grupos para este curso es la siguiente:

-D. Camilo Puertas Sánchez: de 2º ESO grupo A, de 3º ESO grupos A, B, C, D y E.

- Dña. Sofía Rodríguez Cejudo: de 2º ESO grupos, B*, C*, D* y E.

- D. Miguel Ángel López Marín: de 1º ESO grupos A*, B*, C* y D*, de 4º ESO grupo A*, B*, C* y D*.

*Enseñanza bilingüe.

1.3. Enseñanzas que asiste

Asignatura de Educación física en la Educación Secundaria y Bachillerato.

1.4. Calendario de Reuniones

El calendario de reuniones previstas por el departamento será los miércoles de 15,30 a 16'30 horas.

Septiembre

- Constitución del departamento.
- Revisión de grupos y horarios.

- Elaboración de la programación de E.S.O. y Bachillerato

Octubre

- Gestión y preparación de actividades complementarias y extraescolares.
- Compra de material.

Noviembre

- Seguimiento de la programación.

Diciembre

- Seguimiento de la programación.
- Análisis de resultados académicos de la 1ª evaluación.

Enero

- Compra de material.
- Gestión para las actividades extraescolares.

Febrero

- Seguimiento de la programación.

Marzo

- Seguimiento de la programación.
- Análisis de resultados académicos de la 2ª evaluación.

Abril

- Compra de material.
- Gestión para las actividades extraescolares.

Mayo

- Seguimiento de la programación.
- Evaluación de alumnos con la asignatura pendiente.
- Gestión para las actividades extraescolares.

Junio

- Seguimiento de la programación.
- Análisis de resultados de la evaluación final.
- Elaboración de memorias.
- Distribución de grupos y horarios para el siguiente curso escolar.

1.5. Normas particulares del departamento.

Además de las normas contempladas en el ROF son de obligado cumplimiento, las siguientes:

- Las sesiones de E.F. se desarrollarán en función del espacio (pista, aula o gimnasios), del tiempo atmosférico y de las circunstancias propias del área. Se realizarán en determinados momentos, cuando la programación de la asignatura lo requiera, actividades en el entorno, tanto próximo como lejano.

- Asistir a clase con indumentaria deportiva.

- Evitar el uso de adornos o complementos personales que puedan resultar peligrosos para sí mismo o para los demás.

- Usar el calzado deportivo adecuado para la práctica de la actividad física, evitando el uso de plataformas que pueda provocar lesiones en el tobillo.

- Evitar las uñas largas que puedan ocasionar heridas a los demás y/o el daño propio con la rotura de las mismas. En caso contrario deben protegerse con guantes o esparadrapo.

- Aquellos/as alumnos/as que por cualquier circunstancia no puedan realizar ejercicio físico, en algún momento, se atendrán a lo que disponga el profesor correspondiente en cada situación concreta.

- Los textos propuestos por el departamento para todos los niveles, como sustento teórico de la asignatura, estarán alojados en la plataforma Moodle Centros y Classroom, siendo obligatorio para todos los/as alumnos/as, la inscripción en estas plataformas educativas. El departamento facilitará el acceso a los mismos para aquellos alumnos/as que no dispongan de conexión a internet en su domicilio.

2. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.

La finalidad de la Educación Secundaria Obligatoria consiste en lograr que los alumnos y alumnas adquieran los elementos básicos de la cultura, especialmente en sus aspectos humanístico, artístico, científico y tecnológico; desarrollar y consolidar en ellos hábitos de estudio y de trabajo; prepararlos para su incorporación a estudios posteriores y para su inserción laboral y formarles para el ejercicio de sus derechos y obligaciones en la vida como ciudadanos.

En la Educación Secundaria Obligatoria se prestará especial atención a la orientación educativa y profesional del alumnado.

La Educación Secundaria Obligatoria se organiza de acuerdo con los principios de educación común y de atención a la diversidad del alumnado. Las medidas de atención a la diversidad en esta etapa estarán orientadas a responder a las necesidades educativas concretas del alumnado y al logro de los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y la adquisición de las competencias correspondientes y no podrán, en ningún caso, suponer una discriminación que les impida alcanzar dichos objetivos y competencias y la titulación correspondiente.

2.1. Contribución de la materia a la adquisición de las Competencias clave.

La incorporación de las competencias básicas al currículum permite poner acento en aquellos aprendizajes que se consideran imprescindibles, desde un planteamiento integrador y orientado a la aplicación de los saberes adquiridos. De ahí su carácter básico. Son aquellas competencias que debe haber desarrollados un joven o una joven al finalizar las enseñanzas obligatorias para poder lograr su realización personal, ejercer la ciudadanía activa, incorporase a la vida adulta de manera satisfactoria y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

Las competencias básicas dentro del área de Educación Física en Educación Secundaria serán:

1. Comunicación lingüística.
2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
3. Competencia digital.
4. Aprender a aprender.
5. Competencias sociales y cívicas.
6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
7. Conciencia y expresiones culturales.

Vemos su relación con la educación física.

COMPETENCIA	SU RELACIÓN EN E. FÍSICA:
1.- Comunicación lingüística.	Escuchar, exponer y dialogar son parte también del aprendizaje de los deportes. El uso correcto de la comunicación (incluso la no verbal). A través de la amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva.
2.- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.	Ofreciendo situaciones en las que el alumnado debe aplicar el razonamiento matemático para resolver situaciones asociadas a la cantidad, el espacio y la forma, el cambio y las relaciones, y la incertidumbre y los datos (resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte de orientación, relación entre ingesta y gasto calórico, la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deportes de cooperación-oposición, etc.) y competencias clave en ciencia y tecnología facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos (aspectos relacionados con la conservación de la naturaleza, el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, el uso de instrumentos utilizados frecuentemente en el ámbito de la actividad física y deportiva.
3.- Competencia digital.	Realización de tareas de acceso y gestión de la información en Internet en el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, entre otras.
4.- Aprender a aprender.	Potenciando las capacidades de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumnado diseñar así, su propio plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorece la motivación y la confianza que son factores cruciales para la adquisición de esta competencia.
5.- Competencias sociales y cívicas.	Fomentando el respeto, la igualdad, la cooperación y el trabajo en equipo. Las reglas que se establecen en los juegos y los deportes, las normas de seguridad vial, la prevención de lesiones, los primeros auxilios, etc. son elementos de la Educación Física que, por su propia naturaleza, desarrollan esta competencia y preparan al alumnado para la vida en sociedad.
6.- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.	Fomentado desde la materia otorgando al alumnado funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal.

7.- Conciencia y expresiones culturales.	Reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

2.2. Objetivos

2.2.-Objetivos generales de Etapa y Área.

2.2.1. Objetivos generales de etapa y su relación con las competencias.

OBJETIVOS DE ETAPA (ESO)	COMPETENCIAS BÁSICAS
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, ejercitase en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.	4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.
b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas de aprendizaje y como medio de desarrollo personal.	4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.
c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.	4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.
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	1. Competencia en comunicación lingüística. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.

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.	1. Competencia en comunicación lingüística. 2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. 3. Competencia digital. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.
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.	1. Competencia en comunicación lingüística. 2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. 3. Competencia digital. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 7. Conciencia y expresiones culturales.
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.	1. Competencia en comunicación lingüística. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
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.	1.Competencia en comunicación lingüística. 3. Competencia digital. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.	1. Competencia en comunicación lingüística. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y	1. Competencia en comunicación lingüística. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas.

de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.	6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.
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.	1. Competencia en comunicación lingüística. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.
l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.	1. Competencia en comunicación lingüística. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.

2.2.2. Objetivos generales del Área.

Pasamos a ver los objetivos de nuestra materia, específicos de Educación Física para la ESO, que vienen recogidos en la columna de la izquierda y su relación con las competencias señaladas.

OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA	COMPETENCIAS BÁSICAS
1.-Conocer los rasgos que definen una actividad física saludable y los efectos beneficiosos que esta tiene para la salud individual y colectiva.	4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
2.-Valorar la práctica habitual y sistemática de actividades físicas como medio para mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.	1. Competencia en comunicación lingüística. 2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

3.- Realizar tareas dirigidas al incremento de las posibilidades de rendimiento motor, a la mejora de la condición física para la salud y al perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal, adoptando una actitud de auto exigencia en su ejecución.	2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. 3. Competencia digital. 4. Aprender a aprender. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
4.- Conocer y consolidar hábitos saludables, técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica físico-deportiva.	4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.
5.- Planificar actividades que permitan satisfacer las necesidades en relación a las capacidades físicas y habilidades específicas a partir de la valoración del nivel inicial.	1. Competencia en comunicación lingüística. 3. Competencia digital. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.
6.- Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que tengan bajo impacto ambiental, contribuyendo a su conservación.	4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.
7.- Conocer y realizar actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución.	4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.
8.- Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad.	4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.
9.- Practicar y diseñar actividades expresivas con o sin base musical, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa	4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.

10.- Adoptar una actitud crítica ante el tratamiento del cuerpo, la actividad física y el deporte en el contexto social.	1. Competencia en comunicación lingüística. 3. Competencia digital. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.

2.3. Organización y secuenciación de los contenidos

Al fijar los contenidos se comienza a concretar el marco general de referencia, delimitando que debe enseñarse a través del Área de Educación Física en esta etapa educativa. Con el desarrollo del capítulo de contenidos se pretende concretar más intencionalidad, completando así lo referente al qué enseñar.

Las profundas transformaciones que se producen en los alumnos en el transcurso de los cuatro años de Educación Secundaria Obligatoria, así como su actitud favorable hacia el ejercicio físico, deben llevar a abordar contenidos referentes a la salud corporal, y a relacionar los conceptos sobre la salud física, condición física, aporte y consumo de energía y sobre todo profundizar en el valor de los efectos del ejercicio sobre el organismo.

Se pretende que los alumnos conozcan y valoren los efectos que sobre su salud y su calidad de vida tienen la condición física que puedan conseguir. La actividad física debe presentarse formando parte de las actividades en el medio natural, mediante diferentes formas de la expresión corporal o bien, más frecuentemente en juegos y deportes. Esta contextualización enriquece la actividad física con contenidos socializadores y facilitadores de la comunicación, añadiéndose a factores de motivación.

Los contenidos en el área se plantean pues en torno a cinco bloques:

1.- Salud y calidad de vida

2.- Condición física y motriz.

3.- Juegos y Deportes.

4.- Expresión Corporal.

5.- Actividades físicas en el medio natural.

Estas agrupaciones o bloques no determinan que las actividades didácticas deban organizarse de igual manera, ni establecer secuencias de enseñanza aprendizaje.

Las actividades pueden incluir simultáneamente contenidos diferentes, pues la división expresada responde a criterios de rasgos comunes y finalidades de movimiento. Además, se puede afirmar que cualquier actividad motora es expresión, habilidad, capacidad física o manifestación de

alguna cualidad motriz. Dicho de otra forma, de cualquier actividad puede extraerse múltiples consecuencias o implicaciones que la relacionan, no sólo con un bloque de contenidos sino con todos o con varios.

La división en bloques contiene a su vez una diferenciación en el tipo de contenidos, según se trate de:

De tipo cognoscitivo: Conceptos.

De aprendizaje y desarrollo: Procedimientos.

De tipo actitudinal: Actitudes.

La Educación Física se articula en torno a planteamientos eminentemente prácticos y a la vez cognoscitivos (conceptos) y al fomento o generación de hábitos (actitudes). Los contenidos de tipo conceptual no deben plantearse a costa de modificar la configuración de la Educación Física como área de carácter procedimental (práctica, actividad y movimiento). Tampoco pueden diseñarse las actividades sólo como ejecución motriz sin un soporte conceptual. Actividad y reflexión, acción y juicio deben caminar parejos. Los contenidos de tipo actitudinal se encuentran asociados a los anteriores. Las actitudes se encuentran presentes en el tratamiento de todos los contenidos.

2.3.1. Secuenciación de contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje para 1ºESO.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 1º E.S.O.
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
1.- Salud y calidad de vida		
La salud y los hábitos de vida. Identificación de hábitos saludables y perjudiciales. La actividad física como hábito saludable de vida. La pirámide de la actividad física. Los sistemas orgánico-funcionales relacionados con la actividad física. Conceptos básicos. La alimentación saludable y su importancia en una adecuada calidad de vida. Pautas básicas de correcta alimentación.	Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y adoptando	Reconoce la actividad física como un hábito beneficioso para la salud. Conoce aspectos básicos sobre los sistemas orgánico-funcionales relacionados con la práctica de actividad física. Utiliza la frecuencia cardiaca para controlar la intensidad de su esfuerzo en la práctica de actividad física. Conoce pautas básicas de correcta alimentación

La postura corporal. Trabajo de concienciación sobre la propia postura corporal y de diferenciación entre las posturas corporales correctas e incorrectas. Toma de conciencia de la importancia de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como medios de utilización adecuada del tiempo de ocio, de conocimiento de uno mismo, de relación con los demás y de mejora de la salud. Aceptación de la propia realidad corporal y de sus posibilidades y limitaciones. Los hábitos higiénicos en la práctica de actividad física (hidratación, aseo personal, calzado e indumentaria adecuada). Normas básicas para una práctica física segura. Primeros auxilios. Protocolo de actuación básico a seguir ante un accidente. La conducta PAS (proteger, alertar, socorrer). Práctica de juegos y actividades básicas de relajación como medio de disminución de la activación física y mental.	medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo 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. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.	valorando su influencia en una adecuada calidad de vida.
		Discrimina los hábitos saludables de los perjudiciales para la salud mostrando una actitud crítica hacia estos últimos.
		Toma conciencia de la propia postura corporal identificando en sí mismo actitudes posturales correctas e incorrectas.
		Valora la actividad física como una opción adecuada de ocupación del tiempo de ocio.
		Aplica con autonomía hábitos higiénicos en la práctica de actividad física.
		Atiende a criterios básicos de seguridad en su participación en las distintas actividades de clase.
		Conoce el protocolo de actuación básico a seguir ante un accidente (conducta P.A.S.).
		Identifica las distintas fases en la práctica de actividad física y el tipo de actividades de cada una de ellas.
		Presenta actitudes de esfuerzo y de superación.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 1º E.S.O.
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
2.- Condición física y motriz.		

La condición física. Concepto y clasificación general de las capacidades físicas básicas. Acondicionamiento físico general de las capacidades físicas básicas a través de métodos básicos de desarrollo, juegos y otras actividades físico-deportivas. La frecuencia cardíaca y respiratoria como indicadores del esfuerzo. La frecuencia cardiaca y respiratoria como indicadores de esfuerzo. Fases en la práctica de actividad física. El calentamiento y la vuelta a la calma. Concepto e importancia en una práctica física segura. Realización de actividades para el desarrollo de calentamientos generales y de fases de vuelta a la calma	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.	Identifica las capacidades físicas básicas en distintos tipos de actividad física y explica alguna de las características de las mismas.
		Conoce aspectos básicos sobre los sistemas orgánico-funcionales relacionados con la práctica de actividad física.
	Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. 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.	Utiliza la frecuencia cardiaca para controlar la intensidad de su esfuerzo en la práctica de actividad física.
		Identifica su nivel de condición física a través de la práctica dirigida de test de valoración comparando los resultados obtenidos con los valores correspondientes a su edad.
		Mejora sus niveles previos de condición física.
		Alcanza niveles de condición física acordes con su momento de desarrollo motor y con sus posibilidades.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 1º E.S.O.
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 3. Juegos y deportes		

Las capacidades coordinativas y su importancia en el desarrollo de las habilidades deportivas. Desarrollo de las capacidades coordinativas a través de actividades específicas o de tipo lúdico y deportivo. El juego y el deporte. Aproximación conceptual y clasificación de los deportes. Práctica de juegos para el aprendizaje de los aspectos básicos de la técnica y la táctica de las modalidades deportivas trabajadas en el curso. Familiarización con los aspectos básicos de la técnica y del reglamento de al menos un deporte individual. Familiarización con los aspectos básicos de la técnica, la táctica y del reglamento de al menos un deporte de cooperación-oposición. Conocimiento y comprensión de la lógica interna y de las características básicas de las modalidades deportivas seleccionadas. Aplicación de los aspectos básicos de la técnica y de la táctica buscando resolver situaciones motrices sencillas surgidas de la práctica. Utilización de formas elementales de colaboración entre jugadores.	Valorar la actividad física en sus distintas manifestaciones como forma de ocio activo y de inclusión social, facilitando la participación de otras personas independientemente de sus características y colaborando con los demás. Reconocer la importancia de los valores y las actitudes en la práctica de actividad física comprendiendo la necesidad de respetar normas.	Resuelve situaciones motrices que requieran de la utilización de las capacidades coordinativas.
		Comprende la lógica interna de la modalidad.
		Demuestra conocimientos sobre los aspectos básicos de la técnica de la modalidad.
		Resuelve situaciones de práctica sencillas aplicando los aspectos básicos de la técnica de la modalidad.
		Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones básicas de la técnica de la modalidad respecto a sus niveles previos.
	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. 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.	Demuestra conocimientos sobre los aspectos básicos de la táctica de la modalidad.
		Identifica los elementos que pueden condicionar el resultado de su acción motriz en las situaciones de práctica.
		Aplica aspectos básicos de la táctica de la modalidad en situaciones de práctica.
		Colabora con sus compañeros y compañeras en situaciones de práctica con un objetivo común.
		Conoce y respeta en su práctica normas y aspectos reglamentarios básicos de la modalidad trabajada.
		Reflexiona sobre las situaciones de práctica planteadas demostrando que ha extraído

Puesta en práctica de juegos y deportes alternativos. Los valores en el deporte. Juego limpio, trabajo en equipo y superación. Reflexión y adquisición a través de la propia práctica.		conclusiones válidas sobre las mismas. Valora el juego limpio por encima de la búsqueda desmedida de resultados.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 1º E.S.O.
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 4. Actividades físico-deportivas en el medio natural		
Las actividades físico-deportivas en el medio natural. Concepto y clasificación. Experimentación y práctica de juegos que familiaricen al alumno con algunas de las técnicas de las actividades físico-deportivas en el medio natural: juegos de aventura y reto y/o juegos de pistas y/o juegos de trepa. Desarrollo de actividades que promuevan el respeto y el cuidado del medio natural.	Reconocer las posibilidades que ofrece el medio natural para la realización de actividades físico-deportivas utilizando las técnicas específicas adecuadas y mostrando actitudes de utilización responsable del entorno. 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.	Conoce los tipos de actividades físico-deportivas que se pueden desarrollar en el medio natural. Aplica las técnicas básicas de las actividades físico-deportivas en el medio natural propuestas en juegos y situaciones lúdicas. Toma conciencia de la necesidad del cuidado y mejora del medio natural.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 1º E.S.O.
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 5. Expresión corporal y artística		

La expresión a través del cuerpo y del movimiento. Práctica de juegos y actividades para el desarrollo de la conciencia corporal y de la desinhibición en las actividades de expresión. Descubrimiento y experimentación de las posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo y del movimiento y de los conceptos de espacio, tiempo e intensidad.	Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. 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.	Identifica las posibilidades expresivas de su cuerpo y del movimiento a través de la participación en juegos y actividades de expresión. Realiza improvisaciones y construcciones sencillas respondiendo a retos expresivos corporales de baja dificultad, como medio de comunicación interpersonal.
Estándares de aprendizaje evaluables a todos los bloques de contenido		
Se relaciona con sus compañeros y compañeras superando cualquier discriminación o prejuicio por razón de género, afinidad, nivel de habilidad motriz u origen.		
Participa de forma activa y desinhibida en las actividades de clase.		
Respeta las intervenciones y aportaciones de los demás.		
Coopera con sus compañeros y compañeras en las actividades grupales mostrando actitudes de compañerismo.		
Respeta las normas establecidas en clase aceptando la necesidad de las mismas.		
Muestra actitudes de respeto hacia adversarios, compañeros, árbitros y profesores.		
Utiliza correctamente las instalaciones y el material de clase mostrando actitudes de cuidado de los mismos.		
Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para ampliar su conocimiento y/o elaborar documentos (texto, presentación, imagen, video, sonido,…) sobre contenidos de la Educación Física.		
Emplea un adecuado proceso de búsqueda y procesamiento de la información.		

2.3.1.1. Temporalización

En función de los contenidos mencionados en sus diferentes bloques, se trata ahora de avanzar en un grado más de concreción, mencionando qué bloques trataremos en cada uno de los trimestres del curso, así como el número de sesiones aproximadamente para desarrollar cada uno, teniendo en cuenta que se ha realizado sobre un total aproximado de 58 sesiones y que para un determinado bloque de contenidos habrá varias unidades didácticas según el caso.

Para el primer curso de ESO., cada uno de los bloques se tratará en los tres trimestres, utilizando el juego como medio principal para desarrollar cada uno de ellos.

	UNIDADES DIDÁCTICAS	Nº SESIONES
PRIMER TRIMESTRE	Acondicionamiento General	3
	Test condición física (evaluación inicial y post tests)	3+3
	Condición Física	10
	Comba	6
	Expresión Corporal	2
	Senderismo	1
SEGUNDO TRIMESTRE	Acondicionamiento General	2
	Cualidades motrices (Coordinación, Equilibrio y agilidad).	10
	Atletismo	6
	Escalada	6
	Actividades en el medio natural	2
TERCER TRIMESTRE	Juegos y deportes alternativos	10
	Stacking	4
	Fitness tests	4
	Acrosport	5

2.3.2. Secuenciación de contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje para 2ºESO.

Bloque 1. Condición física y salud.

- Objetivos del calentamiento. Calentamiento general y específico. Realización de juegos y ejercicios aplicados al calentamiento y recopilación de los mismos. Elaboración de calentamientos generales
- Cualidades físicas: cómo mejorar la resistencia. Control de la intensidad en función de la frecuencia cardiaca máxima: cálculo de la frecuencia cardiaca. Cansancio y recuperación. Factores que condicionan la flexibilidad, la fuerza y la velocidad. Desarrollo de los contenidos perceptivos motrices: equilibrio, coordinación y agilidad.
- Acondicionamiento físico general con especial incidencia en la resistencia aeróbica y en la flexibilidad. Reconocimiento y valoración de la relación existente entre una buena condición física y la mejora de la condición física. Relación entre hidratación y práctica de actividad física.
- Reconocimiento y valoración de la importancia de la adopción de una postura correcta en las actividades físicas y en actividades cotidianas. Efectos que tienen sobre la salud determinados hábitos como el consumo de tabaco y alcohol.
- Cumplimentación de registro de autocontrol con ayuda de las tecnologías de la información y la comunicación.

Bloque 2. Juegos y deportes.

- Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de un deporte individual ampliando o complementario al realizado en el curso anterior.
- Los deportes de adversario como fenómeno social y cultural. Realización de juegos y actividades con elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes de adversario. Respeto y aceptación de las normas de los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo. Autocontrol ante las situaciones de contacto físico que se dan en los juegos y deportes.
- Práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de un deporte colectivo. Principios tácticos en ataque y en defensa: con especial atención a la progresión con el móvil y a impedir el avance del rival, recuperando el móvil. Práctica de deportes alternativos y recreativos. Práctica de juegos y deportes populares de nuestra región, provincia o pueblo. Cooperación en las funciones atribuidas dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos comunes. Tolerancia y deportividad por encima de la búsqueda desmedida de los resultados. Difusión y práctica del juego limpio.
- Localización de información en Internet, medios de comunicación, etc.

Bloque 3. Expresión corporal.

- El lenguaje corporal y la comunicación no verbal. Los gestos y las posturas. Experimentación de dramatizaciones en grupo, encaminadas al dominio, al control corporal y a la comunicación con los demás. Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas.
- Realización de improvisaciones en pequeños grupos como medio de comunicación espontánea. Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás.

Bloque 4. Actividades en el medio natural.

- El senderismo: descripción, tipos de sendero, material y vestimenta necesaria. Realización de recorridos preferentemente en el medio natural.
- Toma de conciencia de los usos adecuados del medio urbano y natural. Respeto del medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades recreativas.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

	1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. 1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. 3.2. 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. 3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones

	aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
4. 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.	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. 4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud. 4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva 4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. 4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. 4.6. 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.
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. 5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. 5.4. 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.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. 6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. 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. 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. 8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas 8.3. 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.
9. 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.	9.1. 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. 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 9.3. 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.
10. 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	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

2.3.2.1. Temporalización

En función de los contenidos mencionados en sus diferentes bloques, se trata ahora de avanzar en un grado más de concreción, mencionando qué bloques trataremos en cada uno de los trimestres del curso, así como el número de sesiones aproximadamente para desarrollar cada uno, teniendo en cuenta que se ha realizado sobre un total aproximado de 58 sesiones y que para un determinado bloque de contenidos habrá varias unidades didácticas según el caso.

Para el primer ciclo, primero, segundo y tercer curso de ESO., cada uno de los bloques se tratará en los tres trimestres, utilizando el juego para el primer curso, como medio principal para desarrollar cada uno de ellos.

	BLOQUES	Nº SESIONES
PRIMER TRIMESTRE	Acondicionamiento físico gen.	3
	Pruebas de Aptitud	3
	Cualidades físicas	8
	Voleibol	10
	Expresión Corporal	2
SEGUNDO TRIMESTRE	Acondicionamiento físico gen.	2
	Cualidades motrices (Coordinación, Equilibrio y agilidad).	3
	Atletismo	9
	Baloncesto	10
	Actividades en la Naturaleza	2
TERCER TRIMESTRE	Juegos populares y Deportes Alternativos	6
	Fútbol Sala	8
	Pruebas de Aptitud	4
	Escalada	2

2.3.3. Secuenciación de contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje para 3ºESO.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 3º E.S.O.
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 1. Condición física y salud		
Métodos y sistemas de desarrollo de las capacidades físicas básicas. Pautas de correcta utilización. Puesta en práctica de los métodos y los sistemas de mejora de las distintas capacidades físicas, especialmente las relacionadas con la salud. Aplicación autónoma de pruebas de valoración de las diferentes capacidades físicas básicas, especialmente las relacionadas con la salud Control del esfuerzo físico a través de la frecuencia cardiaca y de las sensaciones subjetivas. Escalas de esfuerzo percibido. Respuesta del organismo ante la práctica de actividad física y adaptaciones que se producen en el mismo como consecuencia de una práctica física sistemática. Composición corporal, balance energético y dieta equilibrada. Análisis de los propios hábitos de alimentación. Metabolismo energético y actividad física.	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.	Identifica la relación entre su gasto energético y su aporte calórico, relacionándolo con la salud.
		Analiza su propia dieta y propone cambios para que esta sea más saludable.
		Conoce las respuestas del organismo ante la práctica de actividad física y las adaptaciones orgánicas que se producen en el mismo como consecuencia de una práctica sistemática, relacionándolas con la salud.
		Adapta la intensidad del esfuerzo físico utilizando para ello su frecuencia cardíaca y las sensaciones de esfuerzo percibido
		Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de actividades físicas.
		Reflexiona sobre sus propios hábitos de vida adoptando una postura crítica frente a los nocivos y valorando los beneficiosos para su salud, argumentando sus opiniones.

Adopción de actitudes posturales correctas y saludables en la realización de actividades físicas (sobre todo en trabajos de fuerza y flexibilidad). Reflexión sobre los propios hábitos de vida y la repercusión de los mismos.	Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	Conoce los métodos de trabajo de las distintas capacidades físicas y las pautas para su correcta aplicación.
		Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar las distintas capacidades físicas básicas, especialmente las relacionadas con la salud.
		Mejora los niveles previos de sus capacidades físicas básicas, especialmente de las relacionadas con la salud.
		Alcanza niveles de desarrollo de las capacidades físicas básicas, especialmente de las relacionadas con la salud, acordes con su momento de desarrollo motor y con sus posibilidades.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 3º E.S.O.
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 2. Juegos y deportes		
Adquisición de los aspectos básicos de la técnica, la táctica y del reglamento de al menos una modalidad de oposición diferente a la realizada el año anterior. Adquisición de los aspectos básicos de la técnica, la táctica y del reglamento de al menos una modalidad de cooperación-oposición diferente a las realizadas en los años anteriores. Conocimiento y comprensión de las características y de la	Resolver situaciones motrices aplicando los aspectos básicos de la técnica de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	Comprende la estructura de juego de la modalidad identificando las fases de la misma y sus características.
		Demuestra conocimientos sobre los aspectos básicos de la técnica de la modalidad.
		Aplica los aspectos básicos de la técnica de la modalidad ajustando su realización a los condicionantes de mayor relevancia presentes en la situación de práctica.

estructura y fases del juego de las modalidades deportivas seleccionadas. Aplicación de conceptos básicos de la táctica individual, de los principios tácticos y, según casos, de las combinaciones tácticas grupales de las modalidades deportivas seleccionadas en situaciones de práctica. Toma de contacto, según casos, con sistemas de juego básicos de las modalidades deportivas seleccionadas. Práctica de los distintos roles que se pueden desempeñar en las situaciones deportivas: jugador con distintas funciones y posiciones en el campo, árbitro, anotador, etc. Realización de juegos y deportes alternativos y recreativos.		Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
		Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones básicas de la técnica de la modalidad respecto a sus niveles previos.
	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	Demuestra conocimientos sobre los aspectos básicos de la táctica de la modalidad.
		Pone en práctica aspectos básicos de la táctica individual y/o grupal de la modalidad buscando cumplir el objetivo de la acción de juego.
		Se coordina con sus compañeros y compañeras para poner en práctica aspectos básicos de la táctica grupal de la modalidad.
		Aplica con eficacia los recursos motrices de la modalidad.
		Reflexiona sobre las situaciones de práctica justificando las decisiones tomadas.
		Conoce y respeta en su práctica normas y aspectos reglamentarios básicos de la modalidad trabajada.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 3º E.S.O.
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 3. Actividades físico-deportivas en el medio natural		
La orientación como técnica de progresión en el medio natural. Aplicación de técnicas de orientación en entornos adaptados del propio centro y, si hay	Reconocer las posibilidades que ofrece el medio natural para la realización de actividades físico-deportivas utilizando las técnicas específicas adecuadas y	Identifica las posibilidades que ofrece el entorno natural próximo para la aplicación de la actividad físico-deportiva en el medio natural.

posibilidad, en el entorno cercano y en otros entornos. El geocaching como técnica de orientación. Estudio de sus características y, sí hay posibilidad, puesta en práctica de actividades para su desarrollo. Estudio del entorno próximo para valorar las posibilidades de aplicación de las técnicas trabajadas en el curso. Utilización de distintos recursos y aplicaciones informáticas en el desarrollo de las actividades físico-deportivas en el medio natural: consulta de mapas, creación y búsqueda de rutas, búsqueda de pistas (geocaching), consultas meteorológicas… Concienciación sobre los problemas del medio ambiente y reflexión sobre las posibilidades personales de contribuir a la mejora del mismo.	mostrando actitudes de utilización responsable del entorno.	Conoce las técnicas de la actividad físico-deportiva en el medio natural, aplicándolas de forma autónoma en situaciones variadas. Utiliza con eficacia las técnicas de la actividad físico-deportiva en el medio natural en entornos adaptados y/o naturales. Reflexiona sobre el estado del medio ambiente y plantea posibles acciones personales que contribuyan a la conservación y mejora del mismo.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 3 º E.S.O.
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 4. Expresión corporal y artística		
Las técnicas de dramatización en expresión corporal. Puesta en práctica de dramatizaciones improvisadas o preparadas, con o sin ayuda de materiales.	Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	Pone en práctica composiciones grupales de carácter dramático y/o rítmico. Utiliza las técnicas y recursos rítmico-expresivos atendiendo a criterios de creatividad, sincronización y correcta

La música y el ritmo como medios para el movimiento estético y sincronizado. Realización de composiciones de carácter rítmico de forma individual o en grupo. Trabajo de mejora de las habilidades sociales y emocionales a través de la expresión corporal.		ejecución en las composiciones puestas en práctica.
		Interpreta las producciones de otros y reflexiona sobre lo representado.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 3º E.S.O.
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 5. Actitudes, valores y normas. Elementos comunes		
Toma de conciencia de la importancia de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como medios de utilización adecuada del tiempo de ocio, de conocimiento de uno mismo, de relación con los demás y de mejora de la salud. Análisis de las posibilidades que le ofrece su entorno para práctica de actividad física en su tiempo libre. Reflexión sobre las interpretaciones y manifestaciones que se producen en torno a la actividad física y el deporte en nuestra sociedad. Análisis de los estilos de vida y de los modelos corporales	Valorar la actividad física en sus distintas manifestaciones como forma de ocio activo y de inclusión social, facilitando la participación de otras personas independientemente de sus características y colaborando con los demás.	Conoce las posibilidades que le ofrece su entorno para la práctica de actividad física en su tiempo libre y plantea propuestas de utilización personal.
		Muestra actitudes que favorecen el trabajo en equipo cumpliendo con la labor encomendada.
		Respeta y valora las intervenciones y aportaciones de los demás.
	Reconocer la importancia de los valores y las actitudes en la práctica de actividad física comprendiendo la necesidad de respetar normas.	Participa con interés, desinhibición e iniciativa en las clases.
		Muestra actitudes de auto-exigencia y superación.
		Acepta el valor integrador de la práctica físico-deportiva respetando la diversidad, superando las diferencias y

propuestos por la sociedad en relación con la actividad física. La actividad física y el deporte como marco para el desarrollo de valores. Adquisición de valores a través de la propia práctica deportiva y del desarrollo de actividades específicas. Posibles riesgos derivados de la práctica de distintos tipos de actividad física. Medidas preventivas y normas de seguridad. Identificación de movimientos y acciones desaconsejadas. Primeros auxilios básicos. Protocolo de reanimación cardiopulmonar básica (RCP) y maniobra de Heimlich. Elaboración y puesta en práctica de forma autónoma de calentamientos generales y específicos. Puesta en práctica de técnicas y métodos físicos (tensión-relajación muscular, yoga físico) y/o mentales (sugestión, visualización) de relajación		mostrando actitudes de deportividad y tolerancia.
		Muestra una actitud crítica frente a determinados comportamientos relacionados con la actividad física deportiva ya sea en la faceta de practicante o en la de espectador.
		Analiza críticamente los estilos de vida y los modelos corporales propuestos por la sociedad en relación con la actividad física.
		Muestra actitudes de respeto hacia adversarios, compañeros, árbitros y profesores.
		Respeta las normas establecidas en clase.
		Hace un uso correcto y cuidadoso de las instalaciones y el material utilizados en clase.
	Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	Identifica las características de las actividades físicas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.
		Adopta de forma autónoma las normas de prevención y de seguridad propias de las actividades físicas desarrolladas.
		Conoce el protocolo de reanimación cardiopulmonar básica (RCP) y la maniobra de Heimlich.
	Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física,	Diseña y pone en práctica calentamientos generales y específicos y fases de vuelta a la

	relacionándolas con las características de las mismas.	calma de la sesión de forma autónoma.
		Utiliza distintas técnicas de relajación como medio de disminución de tensiones físicas y emocionales.
	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.	Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para ampliar su conocimiento y/o elaborar documentos (texto, presentación, imagen, video, sonido,…) sobre contenidos de la Educación Física, realizando exposiciones sí fuera necesario.
		Emplea un adecuado proceso de búsqueda y procesamiento de la información.
		Utiliza adecuadamente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la preparación y la puesta en práctica de actividades físicas.

2.3.3.1. Temporalización

Para el tercer curso el número de sesiones para cada uno de los bloques será:

	BLOQUES	Nº SESIONES
PRIMER TRIMESTRE	Condición Física	14
	Juegos y Deportes	6
	Actividades en el Medio Natural	2
SEGUNDO TRIMESTRE	Juegos y Deportes	18
	Actividades en el Medio Natural	2
TERCER TRIMESTRE	Juegos y Deportes	5
	Escalada	3
	Expresión Corporal	2
	Cual. motoras coordinativas	4

Las unidades didácticas dedicadas a cada uno de los bloques y el número de sesiones de cada una serán:

	UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIONES
CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD	Test control	2
	Resistencia	6
	Velocidad	3
	Fuerza	3
	Flexibilidad	3
JUEGOS Y DEPORTES	Gimnasia Artística Deportiva	10
	Voleibol	8
	Hockey	5
	Atletismo	5
CUALIDADES MOTORAS	Saltos	4
EXPRESIÓN CORPORAL	Expresión Corporal I	5
ACTIV. MEDIO NATURAL	Senderismo	2
	Orientación	2

2.3.4. Secuenciación de contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje para 4ºESO.

Bloque 1. Salud y calidad de vida.

- La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades F-D. La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza.
- Características que deben reunir las actividades F-D con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.
- La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
- Hábitos adecuados de actividad F-D regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. Implicaciones de la actividad F-D principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma. El calentamiento y la vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal. Las fases iniciales y finales de la sesión de actividad F-D, y las actividades y ejercicios para realizarlas de manera autónoma, y acorde con su nivel de competencia motriz.
- Hábitos de vida perjudiciales para la salud. El sedentarismo, el consume de tabaco y de bebidas alcohólicas, enfermedades relacionadas con trastornos en la alimentación... El valor

cultural de la actividad F-D como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.

- El trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación de los planteamientos y el diálogo. Valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros/as en los trabajos en grupo. Colaboración en la planificación de actividades grupales. Coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas.
- Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad F-D y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. Las TIC como medio para profundizar sobre contenidos del curso. Análisis crítico de la información e ideas en los soportes en entornos apropiados.
- Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad F-D. Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades F-D y en la vida cotidiana.

Bloque 2. Condición física y motriz.

- Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad F-D.
- La CF y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.
- Sistemas para mejorar las capacidades físicas y motrices. Su relación con la salud.
- Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas.

Bloque 3. Juegos y Deportes.

- Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales elegidas.
- Habilidades específicas propias de situaciones motrices colectivas elegidas. Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición en función de las acciones del adversario, de entre las propias del entorno y/o de los intereses del alumnado. Habilidades y estrategias específicas de las actividades de cooperación en función de las intervenciones del resto de los participantes, de entre las propias del entorno y/o de los intereses del alumnado. Habilidades y 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, de entre las propias de entorno y/o de los intereses del alumnado. La percepción y la toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones. Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices. Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores. Las características de cada participante. Los factores presentes en el entorno.
- Juegos alternativos. La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades F-D.

- Actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades F-D reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.
- Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.

Bloque 4. Expresión Corporal.

- Composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal.
- Montajes A-E que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás. Diseño y realización de los montajes A-E. Acrosport, circo, musicales…

Bloque 5. Actividad física en el medio natural.

- Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes de una actividad propia del entorno de Andalucía.
- Escalada, vela, esquí, kayaks, etc.
- Efectos de las diferentes actividades F-D en el entorno y la relación con la forma de vida en los mismos. Propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma. Materiales reciclados.
- La seguridad personal y colectiva en actividades F-D que se desarrollan en entornos cambiantes. El fomento de los desplazamientos activos. Las actividades F-D en la naturaleza, la salud y la calidad de vida. Hábitos y actitudes de conservación, cuidado y protección del medio natural y urbano. Las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. Mecánica básica de la bicicleta y otros equipos personales.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.	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. 1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los

	compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. 1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva
2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva	2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. 2.2. 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. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos
3. 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.	3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario. 3.2. 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. 3.3. 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. 3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones. 3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

	3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.
4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.	4.1. 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. 4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. 4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud. 4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.
5. 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.	5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. 5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. 5.3. 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. 5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.
6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.	6.1. 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. 6.2. 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. 6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.
7. 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.	7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales. 7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas. 7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.
8. 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.	8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. 8.2. 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. 8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.
9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.	9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos. 9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida. 9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente
10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y	10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.

previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.	10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. 10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.
11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.	11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos. 11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.
12. 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.	12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. 12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones. 12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

2.3.4.1Temporalización

Para cuarto curso el número de sesiones para cada uno de los bloques será:

	BLOQUES	Nº SESIONES
PRIMER TRIMESTRE	Condición Física	14
	Juegos y Deportes	7
	Actividades en el Medio Natural	1
SEGUNDO TRIMESTRE	Cualidades Motoras	8
	Juegos y Deportes	14
	Actividades en el Medio Natural	1
TERCER TRIMESTRE	Juegos y Deportes	16
	Escalada	3
	Actividades en el Medio Natural	2

El número de sesiones dedicado a cada una de estas trece unidades didácticas propuestas para el tercer curso, es aproximado y orientativo, pudiendo, en función de las características del grupo, sufrir alguna modificación. De igual manera, la ubicación en el tiempo de cada una de ellas, variará para cada grupo en función de la instalación disponible, por la coincidencia de horario que se pudiera dar.

El desglose de objetivos y contenidos de los referidos en los apartados 2.3.1 y 2.3.2 se incluye en el desarrollo de cada una de las trece unidades didácticas.

BLOQUE	UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIONES
CONDICIÓN FÍSICA	Test control	2
	Resistencia	4
	Velocidad	2
	Fuerza	5
	Flexibilidad	3
JUEGOS Y DEPORTES	Gimnasia Artística Deportiva	6
	Voleibol	7
	Fútbol-Sala	8
	Bádminton	9
	Juegos Tradicionales	7
	Escalada	4
	Deportes Adaptados	6
CUALIDADES MOTORAS	Acrosport	8
ACTIV. MEDIO NATURAL	Senderismo	3

2.4. Estrategias metodológicas

La metodología seguirá los principios comunes a todas las áreas que se agruparían en constructivismo y aprendizaje significativo. La idea fundamental que sustenta estos principios es que el alumno/a es el principal artífice de su propio aprendizaje y que el profesor se convierte en mediador o guía en este proceso, permitiendo establecer relaciones entre los conocimientos y experiencias previas y los nuevos contenidos.

El conjunto de estos nuevos principios tendería a asegurar un aprendizaje significativo que será el desarrollo de conductas motrices abiertas y adaptativas frente a las tradicionalmente más convencionales y estereotipadas:

- Partir de los conocimientos previos del alumno.
- Proporcionar oportunidades para poner en práctica nuevos conocimientos.
- Incentivar la reflexión de las actividades realizadas.
- Funcionalidad en el aprendizaje, asegurando que los contenidos tratados son necesarios y útiles de por sí o como enfrentamiento a otros aprendizajes posteriores.
- Desarrollo de habilidades y estrategias de planificación y regulación de la propia actividad de aprendizaje.
- Los contenidos se presentarán con una estructuración clara de sus relaciones.
- Se ajustarán las ayudas pedagógicas a las diferentes necesidades del alumnado.
- Se concede gran importancia al trabajo conjunto del equipo docente del Departamento, fundamental para el desarrollo por igual de los diferentes contenidos.
- Información suficiente y clara de la evaluación, implicando al alumno en la participación del proceso, para impulsar su autonomía y responsabilidad.

2.4.1. Tipo de metodología

Por lo anteriormente expuesto, la metodología será:

1.- Activa, por la cual el alumno desarrolla su actividad en función de sus capacidades, intereses, … Además, este principio ha de mantenerse en todas las sesiones evitando en lo posible los tiempos de espera, donde el alumno/a se autoresponsabiliza de la tarea que debe realizar.

2.- Flexible. Las actividades propuestas se deben ajustar a cada alumno en particular, admitiendo cualquier tipo de respuesta, que puede ser mejorada en función de la capacidad de cada uno.

3.- Participativa, pues debe desarrollarse a través del trabajo en equipo fundamentalmente. Así, se fomenta la cooperación y el compañerismo, evitando en lo posible la competitividad en la clase y creando canales extraescolares para la participación en competición.

4.- Integradora, entendiendo que la Educación Física es un desarrollo de las capacidades físicas y psíquicas de cada alumno/a en función de sus posibilidades, sin distinción de sexo o cualquier otra connotación.

5.- Natural, utilizando en lo posible formas naturales de trabajo que hagan ver al alumno que la actividad física es muy variada y que puede realizarse utilizando zonas o espacios naturales cualesquiera que sean.

Los criterios metodológicos específicos a seguir serán comunes a todos cursos, puesto que seguirán las pautas que marca la educación como proceso. Es decir, los principios de individualización, progresividad, funcionalidad y de ayuda.

2.4.2. Contenidos.

Se desarrollarán por medio de unidades didácticas, explicándole al alumno los criterios de evaluación, buscando la relación de los temas con los contenidos de otras asignaturas y con los temas transversales. Todo esto dará al alumno una idea del área como un contenido más del conocimiento y la cultura humana y no como algo aislado.

2.4.3. Técnicas de enseñanza.

Serán activas y participativas, intentando que se consoliden en los alumnos/as suficiente autonomía en orden no sólo a la realización de las actividades, sino también en cuanto a la planificación y dirección de las mismas. Las técnicas que se utilizarán en las diferentes sesiones de Educación Física serán las Instrucción directa y la Técnica de Indagación desarrollando los diferentes Estilos de enseñanza que se derivan de ambas técnicas de enseñanza.

2.4.4. Información.

a.- Canal visual:

Demostraciones: proporcionadas de forma directa por el profesor.

Ayuda visual: para detalles concretos de una ejecución.

Medios visuales auxiliares: video, pizarra, apuntes, fotografías. etc.

b.- Canal auditivo:

Descripciones.

Explicaciones.

Ayuda sonora: sobre todo para marear ritmos y momentos.

c.- Canal kinestésico-táctil:

Ayuda manual.

Ayuda automática: alterando las situaciones normales de ejecución, utilizando elementos materiales.

d. Feedback interno y externo.

Grupal e individualizado, para el conocimiento de los resultados de una ejecución.

2.4.5. Estilos de enseñanza.

a.- Instrucción directa:

- Enseñanza mediante la búsqueda: resolución de problemas. e-Enseñanza recíproca.
- Asignación de tareas.

b.- Indagación:

- Enseñanza reciproca
- Resolución de problemas.
- Listas de tareas
- Microenseñanza.
- Descubrimiento guiado.
- Enseñanza modular.

2.4.6. Principios metodológicos.

- Enseñanza individualizada: estableciendo un nivel de enseñanza para cada alumno. Para ello se transferirá determinadas decisiones al alumno.
- El alumno es protagonista activo de su propio aprendizaje.
- Progresión: en relación al nivel inicial del alumno y al nivel complejidad de las tareas.
- El aprendizaje será base para otros aprendizajes posteriores.
- Funcionalidad: el alumno deberá captarla utilidad y la idea de globalidad de los aprendizajes.
- Conceptos para la adquisición de los mismos se darán apuntes, se desarrollarán mapas conceptuales o se utilizarán medios audiovisuales para algunos aspectos técnicos y para la observación de la propia ejecución del alumno.
- Procedimientos en donde se realizarán sesiones prácticas y teóricas para la adquisición de los distintos contenidos.

2.4.7. Aspectos a tener en cuenta en la aplicación didáctica.

Para finalizar se señalan una serie de condicionantes que van a hacer que la metodología aplicada pueda variar sustancialmente estos son:

- Las escasas instalaciones deportivas, con un gimnasio tipo, un “mini gimnasio”, una pista exterior y el uso excepcional del patio de entrada.
- El número de alumnos por grupo, que oscila de 22 a 25 alumnos por grupo, pero en algunos casos puede superar los 30 alumnos.
- La relación número de alumnos-capacidad de las instalaciones y material deportivo del que se dispone.
- Los grupos donde hay alumnos con necesidades educativas especiales o de diversificación
- El nivel inicial de cada alumno y de cada grupo, especialmente en aquellos de alumnos con necesidades educativas especiales o de diversificación, donde se establecerán diversos niveles de enseñanza y se tendrá que utilizar una metodología diferente.

2.5. Criterios de evaluación en relación con los estándares de aprendizaje

Los relacionados en el apartado anterior 2.3

2.6. Indicadores de logro sobre los procesos de aprendizaje

1º ESO		
BLOQUE	INDICADORES DE LOGRO	PESO
2	Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.	1
4	Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.	1
2	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	1
1	Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. *	1
1	Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. *	1
1	Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. *	1
2	Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	1
5	Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.	1

5	Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. *	1
5	Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.	1
3	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	1
2	Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.	1
5	Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.	1
• Indicadores de logro incluidos en el proyecto bilingüe		

2º ESO		
BLOQUE	INDICADORES DE LOGRO	PESO
2	Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1
4	Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	1
2	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.	1
1	Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	1
1	Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.	1

1	Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.	1
5	Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, auto-regulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	1
3	Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	1
5	Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.	1
5	Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	1
5	Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.	1
3	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	1

3º ESO		
BLOQUE	INDICADORES DE LOGRO	PESO
2	Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1
4	Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	1

2	Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	1
1	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.	1
1	Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	1
1	Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas.	1
5	Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones.	1
5	Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	1
5	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.	1
5	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.	1
3	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	1

4º ESO		
BLOQUE	INDICADORES DE LOGRO	PESO

2	Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.	1
4	Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.	1
2	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos.	1
1	Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.	1
1	Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.	1
1	Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.	1
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 personas implicadas.	1
5	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.	1
5	Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.	1
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 salud y la seguridad de las personas participantes.	1
5	Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.	1
5	Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones	1

	relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.	
3	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	1

2.7. Instrumentos de Evaluación

La diversidad de actividades que tienen cabida en el currículo de Educación Física, precisa de un diseño de tareas encaminadas a la evaluación de las mismas. Los instrumentos, pruebas o procedimientos de evaluación, pueden ser muchos y quedan concretados en el desarrollo de cada una de las unidades didácticas. Los agruparemos en función de lo que valoren, ya sean conceptos, procedimientos o actitudes, así, de manera general serán:

1. De conceptos:

- Valoración del cuaderno de clase.
- Prueba escrita que demuestre la asimilación de los conceptos según contenidos.
- Trabajos monográficos.
- Comentarios críticos de textos relativos a los diferentes bloques temáticos.
- El 40 % del valor en este apartado equivaldrá a aspectos ortográficos de lo presentado.

2.- De Procedimientos:

- Test motores cuantitativos.
- Pruebas de valoración de aspectos cualitativos del movimiento: circuitos técnicos, listado progresivo de tareas, etc.

3.-De actitudes:

Observación sistemática a través de fichas de control en las que se verifican comportamientos individuales (asistencia, participación, grado de esfuerzo, respeto de material, puntualidad, etc.) y comportamientos sociales (trabajo en grupo, cooperación, respeto a los demás, etc.).

Estos instrumentos quedarán reflejados en una ficha individual la cual servirá al profesor para el mejor seguimiento de los alumnos. Esta ficha se incluye en al Anexo.

2.8. Criterios de Calificación

Se trata de la valoración de los conceptos, procedimientos y actitudes adquiridas en función del bloque de contenidos tratados. En función de éstos, habrá un porcentaje distinto de valoración, que aproximadamente serán:

CONTENIDOS	*CONCEPTOS*	*PROCEDIMIENTOS*	*ACTITUDES*
Condición Física	30%	40%	30%
Cualidades Motoras	20%	40%	40%
Juegos y Deportes	30%	40%	30%
Expresión Corporal	20%	40%	40%
Actividades en Medio Natural	40%	20%	40%

En cada una de las unidades didácticas se reflejarán los mínimos exigibles tanto de conceptos, procedimientos y actitudes para considerar superada a asimilada la materia que se trate.

La asistencia a clase está valorada en el apartado de actitudes en cada evaluación.

3. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

En el contexto del proceso de evaluación continua, cuando, a juicio del equipo educativo, el progreso de un alumno no responda globalmente a los objetivos programados, en colaboración con el departamento de orientación, se adoptarán las medidas oportunas de apoyo educativo ya sean de adaptación o diversificación curricular.

Estas adaptaciones tendrán como objeto que los alumnos alcancen las capacidades propias de la etapa de acuerdo a con sus posibilidades. Estas serán tratadas individualmente y se programarán en tanto en cuanto surjan, pudiéndonos encontrar las siguientes:

- Adaptaciones curriculares leves.
- Problemas graves de aprendizaje.
- Contraindicaciones médicas a la actividad física.
- Profundización y refuerzo.
- Opcionalidades.

Por lo dicho, y en coordinación con jefatura de estudios y el departamento de orientación, se tratarán las diferentes adaptaciones que surjan de manera individual.

3.1. Programas de refuerzo destinados a la recuperación de los aprendizajes no adquiridos.

- Alumnado repetidor de curso.

Este alumnado cursará la asignatura de modo normal si el año anterior aprobó la misma, en caso contrario (repetición con nuestra materia no superada) se le realizarán adaptaciones curriculares no significativas según sea el motivo de la repetición.

- Alumnado con asignaturas pendientes.

Los alumnos con esta área pendiente del curso o cursos anteriores serán evaluados por el profesor del curso en el que se encuentren en ese momento. La realización y/o presentación de las diferentes actividades propuestas se fijarán de antemano en fechas indicadas. A tal fin se establecen los siguientes mecanismos:

Para 1º de E.S.O.:

CRITERIOS EVALUACIÓN	INDICADORES	ESTRATEGIA	SECUENCIACIÓN
1. Recopilar actividades, juegos, estiramientos y ejercicios de movilidad articular apropiados para el calentamiento y realizados en clase.	- Conocer formas y maneras de calentamiento en función de la actividad física a realizar.	- Realizar un catálogo de actividades a realizar en un calentamiento. - Presentado al profesor en fecha indicada	- 1ª evaluación.
2. Identificar los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida cotidiana.	- Identificar posturas básicas saludables para sentarse, coger objetos, …	- Realización de posturas saludables e higiénicas.	- 1ª evaluación.
3. Incrementar las cualidades físicas relacionadas con la salud trabajada durante el curso respecto a su nivel inicial.	- Realizar batería de test que midan las diferentes cualidades físicas.	Ejecución de los tests: course, salto horizontal, flexión profunda, lanzamiento de balón y 5x10 m.	- 1ª evaluación.
4. Mejorar la ejecución de los aspectos técnicos fundamentales de un deporte individual, aceptando el nivel alcanzado.	- Conoce la ejecución de los diferentes gestos técnicos de Atletismo y Voleibol.	- Realizar adecuadamente técnica de carrera y golpes básicos en voleibol.	- 2ª evaluación.
5. Realizar la acción motriz oportuna en función de la fase de juego que se desarrolle, ataque o	- Conoce y analiza diferentes acciones de juego en voleibol.	- Realiza gestos técnicos de voleibol en situación de juego real.	-2ª evaluación

defensa, en el juego o deporte colectivo propuesto			
6. Elaborar un mensaje de forma colectiva, mediante técnicas como el mimo, el gesto, la dramatización o la danza y comunicarlo al resto de grupos.	- Conocimiento de diferentes movimientos y gestos que añadan conocimiento en la comunicación habitual.	- Escenificación a través de gestos de una actividad cualquiera de la vida cotidiana.	- 3ª evaluación.
7. Seguir las indicaciones de las señales de rastreo en un recorrido por el centro o sus inmediaciones	- Conoce las diferentes instalaciones de nuestro centro y localizarlas en un mapa del mismo.	- Buscar diferentes ubicaciones del centro en un mapa del mismo.	-3ª evaluación

Para 2º de ESO.:

CRITERIOS EVALUACIÓN	INDICADORES	ESTRATEGIA	SECUENCIACIÓN
1. Incrementar la resistencia aeróbica y la flexibilidad respecto a su nivel inicial.	- Conocimiento de sistemas que mejoren la resistencia aeróbica y la flexibilidad.	- Ejemplificación de un sistema que mejore las cualidades de resistencia aeróbica y flexibilidad.	- 1ª evaluación.
2. Reconocer a través de la práctica, las actividades físicas que se desarrollan en una franja de la frecuencia cardiaca beneficiosa para la salud.	- Indica actividades que beneficien la frecuencia cardíaca.	- Catálogo de ejercicios y actividades en pro de la frecuencia cardíaca saludable.	- 1ª evaluación.
3. Mostrar autocontrol en la aplicación de la fuerza y en la relación con el adversario, ante situaciones de contacto físico en juegos y actividades de lucha.	- Controla la fuerza en diferentes situaciones de juego en futbol sala.	- Ejecución de ejercicios de disparo y pase.	- 2ª evaluación
4. Manifestar actitudes de cooperación, tolerancia y deportividad tanto cuando se adopta el papel de participante como el de	- Reconoce situaciones en las que se manifieste el juego limpio (fair play) en diferentes deportes.	- Redacción de manifestaciones deportivas de juego limpio en futbol y baloncesto.	- 2ª evaluación

espectador en la práctica de un deporte colectivo.			
5. Crear y poner en práctica una secuencia armónica de movimientos corporales a partir de un ritmo escogido.	- Crea movimientos a partir de una música propuesta por el propio alumno/a.	- Escenifica durante 30" movimientos a partir de una música cualquiera.	- 3ª evaluación
6. Realizar de forma autónoma un recorrido de sendero cumpliendo normas de seguridad básicas y mostrando una actitud de respeto hacia la conservación del entorno en el que se lleva a cabo la actividad.	- Conoce rutas de senderismo cercanas a nuestra ciudad.	- Realización de una jornada de senderismo.	- 3ª evaluación

Para 3º de ESO.:

CRITERIOS EVALUACIÓN	INDICADORES	ESTRATEGIA	SECUENCIACIÓN
1. Relacionar las actividades físicas con los efectos que producen en los diferentes aparatos y sistemas del cuerpo humano, especialmente con aquéllos que son más relevantes para la salud.	- Conocer actividades físicas, deportivas o no y su relación con las distintas cualidades físicas.	- Trabajo en el que se relaciones actividades físicas y las cualidades físicas que los soportan.	- 1ª evaluación
2. Incrementar los niveles de resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia a partir del nivel inicial, participando en la selección de las actividades y ejercicios en función de los métodos de entrenamiento propios de cada capacidad.	- Conocimiento de los sistemas de mejora de las distintas cualidades físicas básicas.	- Catálogo de sistemas de trabajo que mejoren las diferentes cualidades físicas.	- 1ª evaluación
3. Realizar ejercicios de acondicionamiento físico atendiendo a criterios de higiene postural como estrategia para la prevención de lesiones.	- Conocimiento de batería de ejercicios que prevengan lesiones tanto de la vida cotidiana como en diferentes deportes.	- Catálogo de ejercicios teniendo en cuenta la higiene postural.	- 2ª evaluación.

4. Reflexionar sobre la importancia que tiene para la salud una alimentación equilibrada a partir del cálculo de la ingesta y el gasto calórico, en base a las raciones diarias de cada grupo de alimentos y de las actividades diarias realizadas.	- Conocimiento de las calorías que aportan los alimentos básicos y del gasto calórico de las actividades cotidianas.	- Realización del gasto calórico individual durante un día.	- 2ª evaluación.
5. Resolver situaciones de juego reducido de uno o varios deportes colectivos, aplicando los conocimientos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos.	- Conocimiento de los movimientos técnico-tácticos básicos en baloncesto.	- Realización de cuatro gestos técnicos de baloncesto en situación real de juego.	- 2ª evaluación.
6. Realizar bailes por parejas o en grupo, indistintamente con cualquier miembro del mismo, mostrando respeto y desinhibición.	- Conocimiento de los pasos de baile de las sevillanas.	- Ejecución de unas sevillanas con la pareja elegida por el alumno/a.	- 3ª evaluación
7. Completar una actividad de orientación, preferentemente en el medio natural, con la ayuda de un mapa y respetando las normas de seguridad.	- Conocimiento del deporte de orientación.	- Realización de un circuito de orientación en el Centro.	- 3ª evaluación

- Criterios de promoción

Adoptamos los que de forma colegiada existen en el instituto, que han sido propuestos y aprobados por el equipo técnico de coordinación pedagógica, y están dentro del marco de la ley.

4. TEMAS TRANSVERSALES DEL CURRÍCULO

Los temas transversales tienen un valor importante tanto para el desarrollo personal e íntegro de los alumnos y alumnas, cuanto para un proyecto de sociedad más libre y pacífica. Estas enseñanzas transversales no suponen la introducción de contenidos nuevos en el currículo, sino que se trata de organizar alguno de estos contenidos alrededor de un determinado eje educativo.

Dentro de la Educación Física las enseñanzas se pueden abordar de una forma global. Algunos de los temas a tratar serán:

- Educación para la salud.
- Educación moral y cívica.
- Educación para la igualdad de oportunidades.
- Educación para la paz y la convivencia.
- Educación vial.
- Educación ambiental

En el primer ciclo de la Enseñanza Secundaria Obligatoria desarrollaremos los temas siguientes:

En el primer trimestre se darán los temas:

- Educación para la Paz.
- Cuidado y conservación de la Naturaleza.

En el segundo trimestre Abordaremos los temas:

- Educación vial.
- Educación para la salud.
- En el tercer trimestre se tratarán los temas:
- Educación para el consumo.
- Educación para la igualdad /racismo, religión, sexo...).

Será en el desarrollo de cada unidad didáctica, en función de los contenidos tratados, donde se establezcan estas posibilidades transversales e interdisciplinares y de relación con otras áreas.

5. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.

El centro dispone de las siguientes instalaciones:

- Pista polideportiva de 18x10 metros.
- Gimnasio de 12x8 metros.
- Aula transformada en gimnasio de 8x4 metros.

El material deportivo disponible en el centro es el mínimo para poder desarrollar el presente programa, quedando su detalle reflejado en el libro de inventario del departamento. Se hace constar que el presente programa está ajustado a la escasez de espacios deportivos existentes en el centro. En cuanto al material fungible existe en variedad y cantidad suficiente para desarrollar el programa planteado, reponiéndose cada curso en función del presupuesto del departamento.

Así mismo el Departamento dispone de radio-cassette, televisor y reproductor de video y DVD.

Los contenidos teóricos de cada una de las unidades didácticas a abordar estarán reflejados en cada uno de los cursos de la plataforma Moodle Centros y Classroom.

6. ACTIVIDADES DE DESARROLLO DE LA COMPETENCIA LINGÜÍSTICA Y PROYECTO LECTOR (ver anexo I y II sobre actividades de proyecto lector y normas de presentación de trabajos)

Relación de las actividades concretas que este departamento propone para el desarrollo de la competencia lingüística y del proyecto lector de nuestro instituto.

INDICADOR	ACTIVIDAD	TEMPORALIZACIÓN
LECTURA COMPRENSIVA	- Lectura de artículos de prensa, ideas principales y resumen.	Dos veces al mes
EXPRESIÓN ORAL	- Exposición de calentamientos, juegos y temas relacionados con la unidad didáctica correspondiente.	Dos veces en el curso
EXPRESIÓN ESCRITA	- Se tendrán en cuéntalas normas de presentación de trabajos acordadas en el ETCP. - Relacionado en el punto 2.5.2 de este programa	Todo el curso

En cada sesión se dedicará una parte del tiempo a la lectura de textos y/o artículos de prensa relacionados con la actividad física.

Así mismo cada alumno debe elaborar un calentamiento y un juego popular infantil, presentarlo por escrito y de forma oral al resto del grupo.

Con cada grupo se realizarán lecturas y debates sobre artículos deportivos-personajes deportivos, relevantes.

Actividad trimestral que proponga el Departamento de Lengua para todos los niveles.

NORMAS DE PRESENTACIÓN DE TRABAJOS

Según indicaciones del profesor/a:

- Escrito a mano, con letra legible y con bolígrafo azul o negro. Es preciso cuidar la letra, ortografía y limpieza. (Nada de colorines o cenefas alrededor de las palabras o epígrafes)
- Escrito a ordenador.
- Folios blancos, escritos por una sola cara (salvo indicaciones contrarias).
- Epígrafes subrayados. Los distintos apartados o sub-apartados sangrados.

- Citas textuales (en caso de que se tengan que recoger por la índole del trabajo) entre comillas indicando el capítulo y la página de la que se ha extraído la cita.
- Márgenes: superior 3 cm., inferior 2 cm., izquierdo 3 cm. y derecho 2 cm.
- Deben entregarlo en una funda o encuadernado, nunca los folios sueltos o con un simple clip.

Portada	Índice	Cuerpo del trabajo
Debe incluir: • Título del trabajo • Nombre y apellidos del autor o autores • Curso y grupo • Asignatura • Nombre el profesor y del centro de estudios	En él se enumeran las partes, epígrafes y sub-apartados que compongan el trabajo, con la indicación del número de la página en la que empiezan.	Comprende los diferentes apartados del trabajo: Normalmente: introducción, desarrollo del trabajo propiamente dicho y conclusión. En este aspecto hay que prestar especial atención a las explicaciones del profesor pues puede haber diferencias entre los trabajos de las distintas asignaturas.

7. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS.

Las actividades planteadas son:

- **Senderismo:** 2 rutas por la Sierra de Córdoba.
- **Liga interna de** voleibol, primeros recreos, para los grupos de 1º y 2º de ESO.
- **Práctica** deportiva adaptada e integración de los alumnos discapacitados.
- **Salidas** y visitas a las instalaciones más representativas de la ciudad en coordinación con el Instituto Municipal de Deportes de Córdoba.
- **Actividades lúdico/deportivas esporádicas** para los días señalados durante el curso (día de Andalucía, Navidad, Contra la Obesidad…).
- **Jornadas de orientación en la naturaleza,** que tendrá lugar en los Villares, Serrezuela de Posadas o en el circuito natural del parque Cruz Conde.
- **Conoce tu marca, el rugby el tenis**. Visita a las instalaciones de la ciudad para conocer los pormenores de estos deportes. Actividad que se realiza en colaboración con el Instituto Municipal de Deportes de nuestra ciudad.

- **Conoce el piragüismo, escalada, la vela y el futbol femenino.** Programas que se realizan en colaboración del IMDECO en las instalaciones de nuestra ciudad.
- **Jornadas intercentros.** 4 jornadas de deporte/competición/convivencia con una selección de alumnos/as de 3º y 4º de ESO.
- "**Muévete por tu salud",** salida mensual, por la tarde, por diferentes sitios de la ciudad.
- **Taller de RCP.** Actividades relacionadas con las resucitación cardio-pulmonar.
- **Córdoba en Bici.** Diferentes rutas por la ciudad.
- **Conoce el Parque Asomadilla.**
- **Senderismo por el Guadalquivir.**
- **Días blancos en Sierra Nevada.** Excursión para 3º ESO de 2 días y 1 noche para conocer el Parque de las ciencias, C.A.R. de Sierra Nevada y actividades en nieve.
- **Educación se orienta al Deporte.** Jornada de deporte orientación por la ciudad.

8. INDICADORES DE LOGRO SOBRE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE

El seguimiento de la programación se realizará con periodicidad trimestral en las reuniones del Departamento, valorando el grado de cumplimiento de los objetivos, el desarrollo de los contenidos previstos y la realización de las actividades.

8.1. Evaluación de la programación.

Indicadores de logro de la programación didáctica	1	2	3	4
1. La programación didáctica ha sido elaborada de forma coordinada dentro del equipo de ciclo y se ha cuidado la relación entre los distintos elementos que la componen (objetivos, contenidos, metodología, evaluación y atención a la diversidad).				
2. La programación didáctica concreta y completa fielmente las decisiones tomadas en la concreción del currículo dentro de nuestro proyecto educativo de centro.				
3. Los criterios de evaluación de la programación didáctica cumplen la función de "medir" si se han alcanzado los objetivos previstos a través de los contenidos propuestos secuencialmente.				
4. La programación didáctica ayuda a desarrollar los principios metodológicos definidos en esta etapa educa\va, especialmente el "aprender a aprender" en consonancia con las características de los alumnos de la etapa				
5. Las actividades programadas mantienen coherencia con las decisiones metodológicas el currículo oficial vigente				
6. La programación didáctica prevé los recursos (humanos y materiales) necesarios para desarrollarlas adecuadamente.				

7. La programación didáctica prevé los espacios y tiempos de duración de las				
8. La programación didáctica incluyen los cauces de colaboración familia/centro docente (entrevistas en tutoría, boletín informativo trimestral, reuniones colectivas...).				
9. Se ha programado, desarrollado y evaluado conveniente las salidas y visitas al entorno en relación con los objetivos previstos (actividades complementarias).				
10. Se han desarrollado los elementos comunes incluidos en la programación didáctica (educación en valores, TIC, aproximación a la lectoescritura).				
11. La programación de medidas de atención a la diversidad es adecuada a las necesidades específicas de apoyo educativo de nuestros alumnos.				
12. Se han utilizado las estrategias de evaluación decididas en la concreción del currículo dentro de la evaluación continua de la programación didáctica				

a) VALORACIÓN. Se puntuará numéricamente ente 1 y 4, siendo:

1. Nunca, no, insatisfactoriamente
2. A veces, puntualmente.
3. Casi siempre, frecuentemente
4. Siempre, sí, satisfactoriamente.

b)) OBSERVACIONES A LA NOTA NUMÉRICA.

c) PROPUESTAS DE MEJORA (para la siguiente programación didáctica).

8.2. Evaluación de la práctica docente.

INDICADORES DE LOGRO DE LA PRÁCTICA DOCENTE	1	2	3	4
1. Se ha respetado la distribución temporal de los contenidos por evaluaciones.				
2. Se ha aplicado la metodología didáctica programada.				
3. Se han tenido en cuenta los conocimientos y aprendizajes básicos necesarios para aprobar la materia.				
4. Se han aplicado los procedimientos de evaluación programados y te has ajustado a los criterios de calificación.				
5. Se han aplicado medidas de atención a la diversidad a los alumnos que las				
6. Se han llevado a cabo las actividades de recuperación de materias pendientes de cursos anteriores según tu responsabilidad.				
7. Se han llevado a efecto medidas de refuerzo educativo dirigidas a los alumnos que presentaban dificultades de aprendizaje.				
8. Se han puesto en práctica medidas para es\mular el interés y el hábito de la lectura y la capacidad de expresarse correctamente.				
9. Se han utilizado los materiales y recursos didácticos programados (en su caso, libros de texto de referencia).				
10. Se han realizado las actividades complementarias y extraescolares				

a. Causas de las cuestiones valoradas con 1 o 2:
b. Indica las características más positivas del trabajo desarrolladas este curso.
c. Propuesta de mejora para las siguientes evaluaciones o curso.

BACHILLETARO

ÍNDICE

1. ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO. 64

1.1. COMPOSICIÓN DEL DEPARTAMENTO. 64

1.2. GRUPOS A LOS QUE ATIENDE 64

1.3. ENSEÑANZAS QUE ASISTE 64

1.4. CALENDARIO DE REUNIONES 64

2. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA. 65

2.1. CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE. 65

2.2. OBJETIVOS. 67

2.2.1. Objetivos generales. *67*

2.2.2. Objetivos de la Educación Física en Bachillerato. *68*

2.3. ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DE LOS CONTENIDOS. 69

2.3.1. Primero bachillerato *69*

2.3.2. Segundo bachillerato *76*

2.3.3.-Secuenciación de contenidos. *78*

2.4. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS. 79

2.4.1- Principios metodológicos generales. *80*

2.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN EN RELACIÓN CON LOS ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE. 81

2.6. INDICADORES DE LOGRO SOBRE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE. 82

2.7. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN. 85

2.8. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN. 85

3. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD. 85

4. TEMAS TRANSVERSALES DEL CURRÍCULO. 86

5. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS. 87

6. ACTIVIDADES DE DESARROLLO DE LA COMPETENCIA LINGÜÍSTICA Y PROYECTO LECTOR. 88

7. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS 89

8. INDICADORES DE LOGRO SOBRE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE 90

8.1. EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN. 90

8.2. EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE. 91

9. ANEXO COVID..... 93
9.1 MEDIDAS ESPECÍFICAS DE LA ASIGNATURA..... 93
9.2 CRITERIOS A SEGUIR EN SITUACIÓN DE CONFINAMIENTO..... 95

La Educación Física en esta etapa educativa, contribuye a profundizar en el conocimiento y desarrollo de la conducta motriz de los alumnos y alumnas. El perfeccionamiento de las capacidades y habilidades motrices (expresivas, deportivas y relativas al medio natural), constituyen los ejes fundamentales de la acción educativa en esta área, orientándola hacia una función de conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades motrices.

La línea de actuación de la Educación Física se establece en torno a dos ejes:

- Mejora de la salud a través de la actividad física, como responsabilidad individual y para la construcción social, a través de la actividad física y especialmente en el desarrollo de la Condición Física, así como por la adopción de actitudes críticas ante las prácticas que inciden negativamente en la misma.
- Perfeccionamiento de las habilidades motrices y del conocimiento y gestión de las distintas facetas de éstas, tanto, para el disfrute del tiempo de ocio como para el desarrollo profesional.

En coherencia con este planteamiento, una de las finalidades formativas de la Educación Física en el Bachillerato es la consolidación de la máxima autonomía del alumno para satisfacer sus propias necesidades motrices, como desarrollo personal y social, en orden a la mejora de la calidad de vida y utilización activa del tiempo de ocio.

Igualmente, considerando el carácter propedéutico del Bachillerato, esta materia presenta distintas posibilidades orientadas en la dirección de futuros estudios, ya en ciclos formativos profesionales, ya en carreras universitarias, en relación con conocimientos y especialización de carácter docente, deportivo, artístico, de gestión o turístico.

El bachillerato tiene como finalidad proporcionar a los estudiantes formación, madurez intelectual y humana, conocimientos y habilidades que les permitan desarrollar funciones sociales e incorporarse a la vida activa con responsabilidad y competencia. Asimismo, capacitará a los alumnos para acceder a la educación superior.

Marco legal

- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación modificada por la Ley Orgánica8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa.
- 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 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.
- Real Decreto 310/2016, de 29 de julio, por el que se regulan la evaluación final de ESO y Bachillerato.
- Decreto110/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en Andalucía.
- Orden de 14 de julio de 2016, por el que se desarrolla el currículo correspondiente al Bachillerato en Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

1. ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO.

1.1. Composición del Departamento.

Los profesores que componen el departamento son los siguientes:
D. Camilo Puertas Sánchez.
Dña. Sofía Rodríguez Cejudo.
D. Miguel Ángel López Marín.

1.2. Grupos a los que atiende

Dña. Sofía Rodríguez Cejudo: 1º bachillerato, grupos A, B, C y D. De 2º de bachillerato A y B y C (optativa educación física) y tutoría de 1º B.

D. Camilo Puertas Sánchez: 2º Bachillerato A, B y C (optativa educación física).

1.3. Enseñanzas que asiste

Asignatura de Educación física, obligatoria en el currículo de primero de bachillerato y educación física como optativa en segundo.

1.4. Calendario de Reuniones

El calendario de reuniones previstas por el departamento será los martes y jueves de 11,15 a 11'45 horas.

Septiembre

Constitución del departamento.
Revisión de grupos y horarios.
Elaboración de la programación de E.S.O. y Bachillerato

Octubre

Gestión y preparación de actividades complementarias y extraescolares.

Compra de material.

Noviembre

Seguimiento de la programación.

Diciembre

Seguimiento de la programación.

Análisis de resultados académicos de la 1ª evaluación.

Enero

Compra de material.

Gestión para las actividades extraescolares.

Febrero

Seguimiento de la programación.

Marzo

Seguimiento de la programación.

Análisis de resultados académicos de la 2ª evaluación.

Abril

Compra de material.

Gestión para las actividades extraescolares.

Mayo

Seguimiento de la programación.

Evaluación de alumnos con la asignatura pendiente.

Gestión para las actividades extraescolares.

Junio

Seguimiento de la programación.

Análisis de resultados de la evaluación final.

Elaboración de memorias.

Distribución de grupos y horarios para el siguiente curso escolar.

2. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.

2.1. Contribución de la materia a la adquisición de las Competencias clave.

Tal y como se describe en la LOMCE, todas las áreas o materias del currículo deben participar en el desarrollo de las distintas competencias del alumnado. Estas, de acuerdo con las especificaciones de la ley, son:

1º Comunicación lingüística.

2º Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.

3º Competencia digital.

4º Aprender a aprender.

5º Competencias sociales y cívicas.

6º Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

7º Conciencia y expresiones culturales.

En el proyecto de Educación Física para 1º y 2º de Bachillerato, tal y como sugiere la ley, se ha potenciado el desarrollo de las competencias sociales y cívicas, aprender a aprender y el sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. No obstante, el resto de competencias también están desarrolladas en mayor o menor grado en cada una de las unidades. Además, para alcanzar una adquisición eficaz de las competencias y su integración efectiva en el currículo, se han incluido actividades de aprendizaje integradas que permitirán al alumnado avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo. Para valorar estos, se concretan los estándares de aprendizaje evaluables, como elementos de mayor concreción, observables y medibles, los que, al ponerse en relación con las competencias clave, permitan graduar el rendimiento o el desempeño alcanzado en cada una de ellas.

La materia Educación Física utiliza una terminología específica que permitirá a los alumnos y a las alumnas incorporar este lenguaje y sus términos para utilizarlos en los momentos adecuados con la suficiente propiedad. Asimismo, las lecturas y los debates que se llevan a cabo en cada una de las unidades también contribuyen en el desarrollo de la competencia en **comunicación lingüística**.

La **competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología** son desarrolladas en los cálculos relacionados con la resolución de fórmulas, el cálculo del gasto o consumo energético y el cálculo de gráficas en diversas actividades.

La **competencia digital** se desarrolla a través de la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación en el aprendizaje de algunos contenidos de las unidades. Así, ayudará a recabar información, retroalimentar al estudiante y simular situaciones prácticas de aprendizaje.

La adquisición de la competencia para **aprender a aprender** se fundamenta en esta asignatura en el carácter instrumental de muchos de los conocimientos científicos. La propuesta en la mayoría de las actividades está encaminada a dotar al alumnado de un aprendizaje autónomo en el que se fomente su iniciativa personal hacia el trabajo desarrollado, la creatividad en la resolución de los problemas y el espíritu crítico hacia la práctica deportiva individual, colectiva y social.

Esta asignatura favorece en un alto grado el trabajo en grupo para la resolución de actividades, la creación de nuevas propuestas, la autogestión y fomenta el desarrollo de actitudes como la cooperación, la solidaridad y el respeto hacia las opiniones y capacidades de los demás, lo que contribuye a la adquisición de las **competencias sociales y cívicas**.

El **sentido de iniciativa y espíritu emprendedor** requiere la elección de recursos adecuados, la planificación de la metodología, la resolución de problemas y la revisión permanente de resultados. Esto fomenta la iniciativa personal y la motivación por un trabajo organizado y con iniciativas propias. El trabajo que se realiza en las diferentes unidades potencia el sentido de decisión en el alumnado a la vez que provoca la necesidad de resolver nuevas situaciones para seguir aprendiendo.

El **desarrollo de la conciencia y expresiones culturales** se pone de manifiesto en las diferentes expresiones de carácter artístico que el alumnado tiene que llevar a cabo (coreografías o performances) así como en el análisis crítico que se promueve en relación a actitudes, sentimientos y valores que rodean a la actividad físico-deportiva.

2.2. Objetivos.

El principal objetivo en el Bachillerato es conseguir la autonomía del alumnado, en este sentido la evaluación cobra especial valor como proceso de maduración personal del alumno, desde el ejercicio de la responsabilidad y la autonomía.

Principios generales.

El Bachillerato tiene como finalidad proporcionar al alumnado formación, madurez intelectual y humana, conocimientos y habilidades que les permitan desarrollar funciones sociales e incorporarse a la vida activa con responsabilidad y competencia. Asimismo, capacitará al alumnado para acceder a la educación superior.

2.2.1. Objetivos generales.

Los objetivos en dicha etapa contribuirán 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 existentes e impulsar la igualdad real y la no discriminación de 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.

2.2.2. Objetivos de la Educación Física en Bachillerato.

Respecto a los objetivos específicos de nuestra materia en Bachillerato, tenemos que…

1. Conocer y valorar los efectos positivos de la práctica regular de la actividad física en el desarrollo personal y social, facilitando la mejora de la salud y la calidad de vida.

2. Elaborar y poner en práctica un programa de actividad física y salud, incrementando las cualidades físicas implicadas, a partir de la evaluación del estado inicial.

3. Organizar y participar en actividades físicas como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas.

4. Resolver situaciones motrices deportivas, dando prioridad a la toma de decisiones y utilizando elementos técnicos aprendidos en la etapa anterior.

5. Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural, demostrando actitudes que contribuyan a su conservación.

6. Adoptar una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva.

7. Diseñar y practicar, en pequeños grupos, composiciones con o sin base musical, como medio de expresión y de comunicación.

8. Utilizar de forma autónoma la actividad física y las técnicas de relajación como medio de conocimiento personal y como recurso para reducir desequilibrios y tensiones producidas en la vida diaria.

2.3. Organización y secuenciación de los contenidos.

2.3.1. Primero bachillerato

Los contenidos se presentan en núcleos temáticos que se han establecido considerando más la claridad expositiva y la lógica interna de la materia que el modo más adecuado para su tratamiento en el aula. La adecuación a la realidad específica de cada centro y del aula, ha de ser elaborada por cada equipo educativo, quedando abierta, por tanto, la posibilidad de realizar distintos tipos de organización, secuenciación y concreción de dos contenidos. Éstos, evidentemente, irán acordes con los objetivos marcados anteriormente.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 1º BACHILLERATO
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 1. Condición física y salud		
Consolidación de los conocimientos teóricos y prácticos que sobre la mejora de las capacidades físicas básicas	Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque	Integra los conocimientos adquiridos sobre nutrición y balance energético en el programa personal de actividad física saludable.

relacionadas con la salud han sido adquiridos en cursos anteriores y aplicación práctica de los mismos. Elaboración y puesta en práctica de forma autónoma de un programa personal de actividad física saludable adaptado a las características e intereses personales y que pueda ser desarrollado tanto en el horario escolar como en su tiempo de ocio.	hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.	Incorpora en su práctica física los hábitos posturales que promueven la salud.
		Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.
		Emplea de forma autónoma técnicas de relajación como medio para obtener el equilibrio psicofísico.
		Alcanza los objetivos de nivel de condición física previstos en su programa personal de actividad física saludable.
Pautas y factores a considerar en la elaboración de un programa personal de actividad física saludable. Aplicación sistemática y autónoma de pruebas de valoración que aporten datos para la elaboración del programa personal de actividad física saludable. Utilización de distintos recursos y aplicaciones informáticas como complemento para el desarrollo del programa personal de actividad física saludable. Determinación de los requerimientos nutricionales para el desarrollo del programa personal de actividad física saludable. Profundización en las técnicas de relajación trabajadas en cursos anteriores y utilización autónoma de las mismas.	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.	Diseña y pone en práctica un programa personal de actividad física saludable que responda a sus intereses y que tenga en cuenta sus características personales, utilizando los métodos adecuados y conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, descanso y tipo de actividad y que pueda ser desarrollado tanto en el periodo escolar como en su tiempo libre.
		Valora de forma autónoma su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz utilizando los resultados obtenidos en la elaboración y progreso de su programa personal de actividad física saludable.
		Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa personal de actividad física saludable, realizando los ajustes necesarios cuando no se obtengan los resultados previstos.

Consolidación de los hábitos posturales saludables en la práctica de actividad física.		

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 1º BACHILLERATO
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 2. Juegos y deportes		
Perfeccionamiento de los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de una o varias de las modalidades deportivas realizadas en la etapa anterior. Aplicación a situaciones variadas de práctica, incluyendo de competición. Práctica de los distintos roles que se pueden desempeñar en las situaciones deportivas: jugador con distintas funciones y posiciones en el campo, árbitro, anotador, etc. Realización de juegos y deportes alternativos y recreativos. Experimentación de algunas modalidades de deportes adaptados como medio de sensibilización y de respeto por las diferencias. Planificación y puesta en práctica de forma autónoma de actividades para el desarrollo de su propia práctica de actividad deportiva en el periodo escolar,	Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando recursos técnicos con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.	Adapta la utilización de los recursos técnicos de la modalidad a los condicionantes que surgen del juego buscando resolver situaciones en distintos contextos de práctica, incluidos los de competición.
		Utiliza con precisión y fluidez los recursos técnicos de la modalidad.
	Solucionar de forma creativa situaciones de oposición y colaboración oposición adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	Selecciona y utiliza las acciones tácticas apropiadas de la modalidad adaptándose a las circunstancias del juego y buscando conseguir el objetivo de la acción motriz.
		Colabora con sus compañeros y compañeras y desempeña las funciones que le corresponden en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos planteados.
		Utiliza con precisión y fluidez los recursos tácticos de la modalidad.
		Valora la idoneidad de sus acciones en las actividades físico-

teniendo en cuenta los recursos disponibles en el centro. Organización de competiciones deportivas en el periodo escolar.		deportivas desarrolladas, argumentando sus decisiones.
		Plantea estrategias variadas de resolución de situaciones de práctica adaptándolas a los factores presentes en el juego.
		Elabora y pone en práctica de forma autónoma actividades para el desarrollo de los recursos motrices de la modalidad justificando sus decisiones.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 1º BACHILLERATO
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 3. Actividades físico-deportivas en el medio natural		
Afianzamiento de las técnicas de al menos una de las actividades físico-deportivas en el medio natural trabajadas en cursos anteriores utilizando los recursos del propio centro y, si hay posibilidad, el entorno cercano y otros entornos. Planificación de la puesta en práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural en las que se apliquen una o varias de las técnicas trabajadas en cursos anteriores y que puedan ser utilizadas de forma autónoma en el tiempo de ocio personal. Pautas básicas de organización de actividades físico-deportivas en el medio natural.	Considerar las actividades físico-deportivas en el medio natural como una opción adecuada de utilización del tiempo de ocio, planteando propuestas de aplicación de técnicas específicas en el mismo que respondan a las características, gustos y necesidades personales y mostrando actitudes activas de conservación y mejora del medio ambiente.	Aplica las técnicas de la actividad físico-deportiva en el medio natural en contextos adaptados y/o naturales, adaptándose a los condicionantes de la práctica y teniendo en cuenta los aspectos organizativos necesarios.
		Planifica la puesta en práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural en las que se apliquen una o varias de las técnicas trabajadas en cursos anteriores, que responda a sus intereses y que pueda ser desarrollada en su tiempo libre, atendiendo a pautas básicas de organización.
		Recoge en su plan de puesta en práctica de actividades físico-

Utilización de distintos recursos y aplicaciones informáticas en el desarrollo de las actividades en el medio natural: consulta de mapas, creación y búsqueda de rutas, búsqueda de pistas (geocaching), consultas meteorológicas. Análisis de las posibilidades de realizar actividades físicas en el medio natural mediante el estudio de la oferta de instituciones públicas, de asociaciones y clubes deportivos y de empresas privadas. Adopción de medidas de conservación y mejora del medio ambiente en la puesta en práctica de actividades físicas en el medio natural.		deportivas en el medio natural propuestas a realizar para la conservación y mejora del medio ambiente.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 1º BACHILLERATO
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 4. Expresión corporal y artística		
Utilización creativa de técnicas de expresión corporal en la elaboración y representación de composiciones con intencionalidad expresiva, artística o rítmica, de forma individual o grupal. Análisis de las manifestaciones expresivas, artísticas y rítmicas presentes en la sociedad y en su entorno y de la oferta de este	Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.	Elabora composiciones con finalidad expresiva y/o artística o rítmica.
		Utiliza adecuadamente, según el caso, las técnicas expresivas, artísticas o rítmicas más apropiadas, prestando especial atención en crear algo original y creativo.
		Adecua sus acciones al sentido y características de la composición.

tipo de actividades, ya sea como espectador o como participante.		Identifica y reflexiona sobre las distintas manifestaciones expresivas, artísticas y rítmicas presentes en la sociedad y en su entorno y sobre la posibilidad de participación en este tipo de actividades, ya sea como espectador o como participante.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 1º BACHILLERATO
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 5. Actitudes, valores y normas. Elementos comunes.		
Diseño, organización y participación en actividades físico-deportivas como recurso de utilización del tiempo libre y de ocio. Reflexión sobre la influencia que sobre la salud y la calidad de vida tienen los hábitos beneficiosos y perjudiciales. Análisis y reflexión sobre las interpretaciones, tanto positivas como negativas, que pueden generarse en torno a la actividad físico-deportiva (violencia en el deporte, trastornos de la imagen corporal, doping, etc.). Estudio de las posibles salidas profesionales relacionadas con la actividad físico-deportiva. Normas de seguridad y de correcta utilización de los materiales y de las instalaciones	Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación 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.	Diseña, organiza y participa en actividades físico-deportivas como recurso de utilización activa de su tiempo de ocio y de fomento de estilos de vida saludables.
		Analiza y 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.
		Conoce las posibilidades de la actividad físico-deportiva como opción laboral en un futuro.
	Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los	Prioriza la deportividad en la práctica de actividad física, mostrando actitudes de respeto hacia los demás así como hacia

en la práctica de actividades físico-deportivas. Práctica de actividades para el refuerzo de las técnicas y conocimientos adquiridos sobre primeros auxilios en cursos anteriores. Reflexión sobre los valores y contravalores presentes en la actividad físico-deportiva.	otros y al entorno en el marco de la actividad física.	las normas y al entorno de práctica.
		Acepta con responsabilidad su función el grupo, colaborando activamente en el desarrollo de las actividades.
		Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando a su participación y respetando las diferencias.
		Muestra actitudes de compromiso con su aprendizaje y con la mejora de su capacidad motriz.
	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.	Aplica de forma autónoma medidas de seguridad en la práctica de actividades físico-deportivas.
		Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.
		Utiliza espacios, materiales y equipamientos atendiendo a criterios de uso adecuado y de prevención ante accidentes.
		Conoce los protocolos que deben seguirse ante las lesiones y accidentes más frecuentes que se producen durante la práctica de actividades físico-deportivas.
	Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y	Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar en su conocimiento y elaborar

	seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	documentos de distinto tipo (texto, presentación, imagen, video, sonido,…), realizando exposiciones sí fuera necesario.
		Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia, compartiendo la información para su discusión o difusión con la herramienta tecnológica adecuada cuando así fuese necesario.
		Utiliza adecuadamente las Tecnologías de la Información y la Comunicación como ayuda en la preparación y la puesta en práctica de actividades físicas.

2.3.2. Segundo bachillerato

Como contenidos o núcleos temáticos, que así se denominan en Andalucía, presenta también dos, a saber:

1.- Cultura para la salud dinámica.

2.- Cultura para la utilización constructiva del ocio.

Estos contenidos o núcleos no pueden entenderse separados, están íntimamente relacionados

2.3.2.1.- Cultura para la salud dinámica

Son muchos los *contenidos* que puede abordarse en el marco de este núcleo temático, destacando entre ellos los siguientes:

Beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud.

Aceptación de la responsabilidad en el mantenimiento y mejora de la condición física desde la realización autónoma de pruebas de evaluación de la condición física saludable.

Planificación del trabajo de las cualidades físicas relacionadas con la salud y correcta ejecución de sistemas y métodos para su desarrollo.

Elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, atendiendo a frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad.

Análisis de la influencia de los hábitos sociales positivos (alimentación adecuada, descanso y estilo de vida activo) y negativos (sedentarismo, drogadicción, alcoholismo, tabaquismo, etc.) en la práctica de actividad física saludable.

Aplicación de diferentes métodos y técnicas de relajación.

Por tanto, los contenidos de este núcleo se presentan teniendo como referencia los juegos y deportes, el ritmo, la expresión y la comunicación corporal y las posibilidades de utilización del entorno natural.

Respecto a la *metodología*, el profesor es el guía, facilitador y mediador del aprendizaje del alumnado, teniendo siempre presente las ventajas que el uso de las TIC le pueden aportar. En todo momento, el trabajo con los alumnos/as debe ajustarse a sus posibilidades y orientarles en función de las características y condiciones biológicas, psíquicas y socioeconómicas.

Los *criterios de valoración* de los aprendizajes, señala la Orden que deben tener en cuenta aspectos como:

La adopción de compromisos que favorezcan el desarrollo de hábitos de vida saludables y actividad física.

La elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, utilizando las variables de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad, que contemple alguna de las técnicas de relajación aprendidas.

Construcción de proyectos cooperativos que promocionen la salud en el ámbito escolar, familiar o comunitario.

2.3.2.2. Cultura para la utilización constructiva del ocio.

No podemos olvidar, ya que así lo menciona la normativa, dentro de este núcleo temático, el conocimiento del patrimonio lúdico andaluz y de los bailes propios de la comunidad, entendidos como actividades motrices tradicionales construidos históricamente, que se hace imprescindible para la entender la cultura andaluza y valorarla como seña de identidad.

Los *contenidos* se pueden trabajar desde tres ámbitos:

- Desde los juegos y los deportes
- Desde el ritmo, la expresión y la comunicación corporal.
- El entorno natural.

A su vez, dentro de cada ámbito, se recogen los contenidos que se relacionan o trabajan en cada uno de ellos.

A modo de ejemplo, dentro del ámbito de los juegos y los deportes, especifica que se deben practicar técnicas específicas de actividades de pala o raqueta, transfiriendo para su aprendizaje los principios fundamentales de los deportes de cancha dividida, ya practicados en la etapa anterior.

En cuanto a la *metodología*, como los intereses del alumnado han ido definiéndose a lo largo de las etapas anteriores, se plantean pues, actividades comunes y otras diversificadas atendiendo a los diferentes niveles de intereses y aptitudes.

Al mismo tiempo es preciso darle a la actividad física un enfoque ambiental, que promueva una pedagogía constructivista, que consiga logros específicos de conservación de espacios y de utilización de otros espacios físicos para la clase, entendiendo el entorno físico, como un contexto de aprendizaje.

Respecto a los criterios de valoración de los aprendizajes, se debe valorar:

Ser capaz de diseñar y organizar actividades de carácter físico recreativas para el empleo del tiempo libre, adaptadas a la heterogeneidad de un grupo clase y utilizando los recursos disponibles en el centro y en el entorno próximo.

Mostrar en situaciones de práctica que se es capaz de convivir con los mismos valores que exige la convivencia democrática en un contexto social cotidiano, es decir, participando con libertad, responsabilidad, solidaridad, respeto, honestidad, justicia, etc.

Demostrar que se ha adquirido un cierto grado de ética y cultura deportiva, sometiendo a reflexión crítica los comportamientos y actitudes derivados de las actuaciones propias y ajenas desde la función de participante, consumidor y espectador del deporte.

Investigar en el contexto familiar y social sobre las danzas y juegos tradicionales realizados por diferentes generaciones y los aspectos socioculturales asociados a ellos.

Valorar la compresión que el alumnado tiene sobre las bases de una actividad física respetuosa con el medio que colabora a su sostenibilidad.

2.3.3.-Secuenciación de contenidos.

En función del calendario escolar para el siguiente curso, a razón de 2 horas semanales, salen una media de 20 horas por trimestre, o lo que es lo mismo, 60 durante el curso.

Así pues, por trimestres, las unidades didácticas que vamos a trabajar, siempre entrelazados los núcleos temáticos cultura para la salud dinámica y cultura para la utilización constructiva del ocio.

Conviene destacar, que aproximadamente, cada Unidad Didáctica, tendrá unas 10 sesiones aproximadamente, excepto relajación, orientación y las instalaciones deportivas, que serán de 5-6.

Primer trimestre:

Mejoramos nuestra condición física.

Somos entrenadores personales.

Jugamos al stacking.

Tras la sesión, relajación.

También se plantea para cada trimestre un trabajo individual:

Realizar un registro durante una semana, del total de alimentos que configuran su dieta y el conjunto de actividades físicas realizadas. Calculando la aportación y el consumo de calorías que supone para su cuerpo.

A nivel de grupo, se encargarán de organizar competiciones deportivas e Navidad.

Segundo trimestre:

Nos divertimos con el voleibol.

Escalamos.

Nos orientamos fuera del instituto.

Natación.

Como trabajo para este trimestre, se puede elegir entre "Género y actividad física" y "Utilización política de la actividad físico-deportiva". Como trabajo colectivo, organización de las actividades deportivas del Día de Andalucía.

Tercer trimestre:

Jugamos al bádminton.

Batukada.

Teatro danzado

Conocemos las instalaciones deportivas

Para este último trimestre el alumnado puede elegir entre "Investigación sobre las danzas y juegos tradicionales" y "Análisis de las salidas profesionales". Elegir diferente al de 1º Bachillerato.

2.4. Estrategias metodológicas.

Existe en Bachillerato un aspecto identificativo que lo diferencia de la Enseñanza Secundaria Obligatoria, y es que las materias constituyen una especialización interdisciplinar. Esto implica un tratamiento genuino para cada materia. En Educación Física se ha de facilitar el trabajo autónomo del alumno, potenciando técnicas de indagación e investigación y las aplicaciones y transferencias de lo aprendido a la vida real.

La enseñanza de la Educación Física, se debe trabajar en relación a los contenidos que están expuestos en esta programación. Esta metodología servirá para realizar el desarrollo motor de los alumnos y alumnas, según Oña lo define como "el cambio estable en la conducta motriz del sujeto", a través del cual se produce una modificación de conducta, la cual se puede traducir en eliminación de conductas no deseadas y/o la adquisición de nuevas conductas.

Estos contenidos tienen una diferencia y especificidad muy evidente que hace necesario una didáctica específica de la Educación Física.

2.4.1- Principios metodológicos generales.

El aprendizaje sucede, y es posible a través de la práctica, lo cual implicará la creación de contextos adecuados de aprendizaje y un control y administración al sujeto sobre sus ejecuciones.

Los métodos para la enseñanza de Educación Física, supone, como para el resto de las materias, los procedimientos para alcanzar una serie de objetivos. Los caminos para recorrerlos no son únicos e invariables, y quien los tiene que recorrer puede optar por uno u otro. Dependerá de sus propias concepciones educativas y/o del tipo de objetivos que se pretende alcanzar.

En esta materia es imprescindible una didáctica específica por los niveles de complejidad que tienes en el aula y por el aspecto organizativo de la clase, la cual ofrece unas oportunidades, para el desarrollo de las relaciones sociales y afectivas.

Se puede desarrollar esta metodología por medio de:

-Intervención didáctica: Planificando objetivos y contenidos, adaptados a las características de 2º de BACH, creando un buen clima en el aula.

-Estilo de enseñanza: muestra la interacción profesor y alumno, informaré a los alumnos y alumnas, la forma que vamos a impartir las clases. Para fomentar el trabajo, el respeto.

-Técnicas de enseñanza: se informará a los alumnos y alumnas de cómo se van a desarrollar cada una de las sesiones, con la realización de las tareas. Controlando por medio del feedback la evolución de las mismas.

-Estrategia en la práctica: trabajaremos por medio de una estrategia global o pura, global modificada o global polarizada para habilidades motoras y una estrategia analítica para actividades deportivas.

- Recursos didácticos: utilizaré todos los recursos que estén a mi alcance, tanto materiales, como humanos para la buena evolución en el aprendizaje de los alumnos.

En función de estos pilares fundamentales sobre los que se construirá el currículo de primero, podemos extraer una serie de consecuencias metodológicas válidas para este curso:

- Globalidad, siendo el juego el eje en el cual giran todos los contenidos, luego utilizamos el juego como estrategia como metodología, confiriéndole un tratamiento especial, más interesante, al resto de los contenidos, como consecuencia conseguiremos crear un ambiente de motivación.

- Generalidad y variedad, para seguir creando un currículo más atractivo y motivante, y el aprendizaje será más significativo, al ser más vivenciado.

- Creación de hábitos de comportamiento y de trabajo, partimos de la base de un orden para que haya un aprendizaje y una seguridad.

- Respeto entre los compañeros y compañeras, animar en todo momento a que practiquen y aprendan.

En cuanto a la metodología, en cada núcleo temático ya se trata de manera específica su trabajo, ahora bien, como en esta etapa se pretende consolidar todas las actividades que potencien la salud dinámica y profundizar en el conocimiento y desarrollo de la conducta motriz el alumnado, se pretende el perfeccionamiento de las habilidades motrices (expresivas, deportivas y relativas al medio natural, para que contribuyan a la mejora de su calidad de vida y a la utilización activa del tiempo de ocio.

Por ello, se deben ofrecer actividades que respondan a los intereses del alumnado, comunes para unos y diversificados para otros, atendiendo a los diferentes niveles de intereses y actitudes.

Tampoco debemos considerar exclusivamente el trabajo autónomo sino también el colaborativo, como ejemplo de construcción e intercambio en grupo.

Además de no olvidar el papel de las TIC, foros, chat, etc, para trabajar con el alumnado.

Como técnica y estilos de enseñanza, tomando siempre como referencia a Miguel Ángel Delgado Noguera, en esta etapa, se aconseja más la indagación como técnica y como estilos de enseñanza, pues los participativos, socializadores, cognitivos, creativos, Esto no significa que en algún momento hagamos uso de la instrucción directa como técnica de enseñanza.

2.5. Criterios de evaluación en relación con los estándares de aprendizaje.

Se harán tres evaluaciones a lo largo del curso, además de una evaluación inicial para valorar su punto de partida.

En cada núcleo temático, citado anteriormente, vienen recogidos los criterios de valoración de los aprendizajes, que son los que determinan el grado de consecución de cada uno de ellos.

No debemos confundir evaluación con calificación, el primero se refiere a una medida, análisis, mientras que calificar consiste en asignar un dato, número, nota, a algo. En nuestra materia, se está evaluando constantemente, utilizando el cuaderno del profesor, con registro de datos, hechos observables, comportamiento, actitud, trabajo, colaboración, etc.

La evaluación además de ser formativa y continua, debe permitir al profesorado una retroalimentación, para saber cómo estamos llevando a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje, poder modificar nuestra programación, metodología, contenidos, etc.

Al mismo tiempo, como criterios de calificación, se le hace saber al alumnado, que, a lo largo de las tres evaluaciones durante el curso, para poder superar de manera positiva nuestra materia, deben obtener un mínimo porcentaje de cada apartado. Por ejemplo:

La evaluación constituye un elemento básico para la orientación de las diversas decisiones curriculares. Permite definir adecuadamente los problemas educativos, emprender actividades de

investigación didáctica, generar dinámicas de formación del profesorado y, en definitiva, regular el proceso de concreción del curriculum a cada comunidad educativa.

Las relaciones de los criterios de evaluación con los estándares están reflejadas en la secuenciación de contenidos antes referida.

Los criterios de evaluación que a continuación se relacionan, deberán servir como indicadores de la evaluación de los aprendizajes de los alumnos y alumnas, como elementos que ayudan a valorar los desajustes y necesidades detectadas, y como referentes para estimar la adecuación de las estrategias de enseñanza puestas en juego. Estos criterios serán:

1.- Mejorar las capacidades físicas relacionadas con la salud, acercándose a los valores normales del entorno de referencia.

2.- Planificar, practicar y aplicar de manera autónoma los métodos, sistemas y ejercicios adecuados para el desarrollo de la condición física.

3.- Conocer, valorar y realizar pruebas de campo para evaluar la condición física.

4.- Diseñar una dieta equilibrada en función del gasto energético.

5.-Observar las normas básicas de prevención de lesiones y de actuación ante accidentes más comunes en la práctica de la actividad física.

6.- Perfeccionar las habilidades específicas de carácter técnico, táctico y reglamentario de un determinado deporte.

7.- Elaborar composiciones corporales individuales y colectivas transmitiendo un mensaje a los demás.

8.-Aplicar las técnicas de relajación para la mejora del control físico-emocional en su vida cotidiana.

9.- Organizar actividades físicas en el centro y en el medio natural

10.- Elaborar propuestas

2.6. Indicadores de logro sobre los procesos de aprendizaje.

1º Bachillerato		
BLOQUE	INDICADORES DE LOGRO	PESO
	Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior.	1

	Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.	1
	Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración/oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	1
	Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones.	1
	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 y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.	1
	Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.	1
	Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.	1
	Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.	1
	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 participando en entornos colaborativos con intereses comunes.	1
	Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias.	1

2º Bachillerato

BLOQUE	INDICADORES DE LOGRO	PESO
	Reconocer y valorar su propio organismo, cuyas capacidades físicas han debido haberse incrementado de acuerdo con el momento de desarrollo motor, acercándose a los valores normales del grupo de edad en el entorno de referencia.	1
	Utilizar métodos y medios de entrenamiento de probada eficacia como la mejor forma de incrementar adecuadamente el mejor estado general de su condición físic	1
	Utilizar en la planificación y desarrollo de la condición física, los principios básicos del entrenamiento (continuidad, progresión, sobrecarga, etc.), como condición indispensable para establecer una correcta programación.	1
	Identificar tanto las capacidades físicas básicas como las derivadas para su utilización en el diseño, primero, y puesta en acción, después, de manera adecuada, del plan de acondicionamiento físico.	1
	Evaluar las necesidades de desarrollo de cada una de las capacidades físicas como requisito previo a una planificación del mismo.	1
	Realizar planes de entrenamiento diseñados responsablemente, tomando consciencia del esfuerzo que ello conlleva.	1
	Ejecutar periódicamente tests de aptitud físico-motriz con el fin de ir valorando continua y progresivamente la condición física.	1
	Aplicar correctamente los protocolos de los tests de aptitud físico-motriz para obtener datos precisos y fiables a la hora de tomar decisiones.	1
	Esforzarse por alcanzar mejores registros en los tests de aptitud física específicos, desarrollando el programa de entrenamiento adecuado.	1
	Valorar positivamente la autoconfianza en las propias posibilidades, que proporciona la realización del entrenamiento adecuado.	1
	Elaborar propuestas críticas para la mejora de los servicios que, en materia de actividad física, presta la sociedad, buscando una mayor oportunidad de acceso a los mismos para sí y sus conciudadanos.	1
	Incrementar el conocimiento sobre los medios y sistemas de prevención de lesiones y de cómo actuar ante los accidentes más comunes, como normas básicas en toda práctica de actividad física.	1

	Favorecer iniciativas de asociacionismo juvenil y de valorar posibles estudios y salidas profesionales en este ámbito del acondicionamiento físico, siendo consciente de sus propias capacidades, habilidades e intereses.	1

2.7. Instrumentos de Evaluación.

Los instrumentos de evaluación, pueden agruparse en torno a:

Pruebas funcionales

Pruebas de valoración: condición física, técnicas, etc.

Pruebas basadas en la observación.

Asistencia.

Pruebas escritas y trabajos individuales y por grupos.

2.8. Criterios de Calificación.

coherentes en materia de actividades físicas, salud y calidad de vida.

Se trata de la valoración de los conceptos, procedimientos y actitudes adquiridas en función del bloque de contenidos tratados. En función de éstos, habrá un porcentaje distinto de valoración, que aproximadamente serán:

CONTENIDOS	*CONCEPTOS*	*PROCEDIMIENTOS*	*ACTITUDES*
Condición Física	30%	50%	20%
Juegos y Deportes	30%	50%	20%
Expresión Corporal	30%	50%	20%
Actividades en el Medio Natural	30%	50%	20%

3. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

Las motivaciones, intereses y capacidades de aprendizaje de los alumnos y de las alumnas son diversas. En el Bachillerato, la organización de la enseñanza permite que los propios alumnos y alumnas resuelvan esta diversidad mediante la elección de modalidades y optativas, pero, aun así hay que dar respuesta desde las mismas materias a las distintas situaciones que se puedan presentar. La intención última de todo proceso educativo es lograr que los estudiantes alcancen los objetivos propuestos. Es preciso, entonces, tener en cuenta los estilos diferentes de aprendizaje del alumnado y adoptar las medidas oportunas para afrontar esta diversidad. Hay estudiantes reflexivos (se detienen en el análisis de un problema) y estudiantes impulsivos (responden muy rápidamente); estudiantes analíticos (pasan lentamente de las partes al todo) y estudiantes sintéticos (abordan el

tema desde la globalidad); unos trabajan durante períodos largos y otros necesitan descansos; algunos necesitan ser reforzados continuamente y otros no; los hay que prefieren trabajar solos y los hay que prefieren trabajar en pequeño o gran grupo.

Como actividades de detección de conocimientos previos sugerimos:

- Comprobar el nivel de competencia motriz inicial mediante ejercicios previos de diferente grado de dificultad. Establecer el punto de partida del grupo y de los distintos alumnos y alumnas para adecuar la progresión de la propuesta.

- Repaso de las nociones ya vistas con anterioridad y consideradas necesarias para la comprensión de la unidad, tomando nota de las lagunas o dificultades detectadas.

Como actividades de consolidación sugerimos:

- Actividades prácticas de refuerzo, ampliación y mejora para la adquisición de habilidades motrices de carácter más complejo. Utilización de material en soporte digital que pueda ayudar al trabajo autónomo del estudiante fuera del centro.

- Realización de ejercicios apropiados y todo lo abundantes y variados que sea preciso, con el fin de afianzar los contenidos trabajados en la unidad.

Las actividades de refuerzo, ampliación y mejora permiten atender no solo a los alumnos y a las alumnas que presentan problemas en el proceso de aprendizaje, sino también a aquellos que han alcanzado en el tiempo previsto los objetivos propuestos.

Las distintas formas de agrupamiento del alumnado y su distribución en el aula influyen, sin duda, en todo el proceso. La creación y el trabajo por grupos de nivel ayudan a poder controlar la evolución del aprendizaje de forma más sencilla, aportando igualmente una atención individualizada del estudiante.

Además, la atención a la diversidad tendrá en consideración los contenidos programados, distinguiendo la información general de la básica, y se concretará en el planteamiento de actividades con diferentes niveles de dificultad para una mejor adaptación de los contenidos desarrollados a la diversidad del alumnado.

4. TEMAS TRANSVERSALES DEL CURRÍCULO.

Fundamentalmente van a ser dos, la educación para la paz y la igualdad entre el hombre y la mujer (coeducación).

Educación para la paz.

Los valores éticos y actitudes positivas van a estar presentes en todo el currículo de bachillerato: cooperación y ayuda a los demás, oposición sin rivalidad, resolución dialogada de los conflictos del juego, adaptación y concepción relativa de las reglas a favor de incrementar la

participación de todos, valoración de los aspectos lúdicos y recreativos por encima de los competitivos.

En los juegos y en las competiciones, resulta muy educativo que los alumnos y alumnas vivencien los distintos tipos de roles: jugador (compañero o adversario), juez (facilitador del juego) y espectador (turno para actuar/turno para observar a los demás). Al vivenciar los distintos puntos de vista, se contribuye a una descentración del pensamiento superando progresivamente el egocentrismo de edades tempranas.

Provocaremos la reflexión de los alumnos y alumnas acerca de las actitudes mediante procesos de autoevaluación o coevaluación donde a partir de una escala de valoración se den cuenta de los valores evaluados positivamente.

Educación para igualdad entre los sexos.

Contenido de gran importancia, ya que partimos de un contexto donde están claramente definidas las conductas masculinas y las conductas femeninas, donde existen una gran cantidad de estereotipos sexista.

Se debe tratar de corregir las actitudes y estereotipos sexistas y discriminatorios que los alumnos y alumnas tienen en relación con la práctica de actividad física.

Luego la coeducación y la igualdad van a ser contenidos que van a estar presentes en todas las unidades didácticas. Se presenta un currículo equilibrado, no considerándose el modelo masculino como universal, si acaso existe una orientación hacia el modelo femenino.

5. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.

El centro dispone de las siguientes instalaciones:

- Pista polideportiva de 18x10 metros.
- Gimnasio de 12x8 metros.
- Aula transformada en gimnasio de 8x4 metros.

El material deportivo disponible en el centro es el mínimo para poder desarrollar el presente programa, quedando su detalle reflejado en el libro de inventario del departamento. Se hace constar que el presente programa está ajustado a la escasez de espacios deportivos existentes en el centro, no obstante, para actividades como natación o deportes de raqueta utilizaremos instalaciones deportivas cercanas al centro. En cuanto al material fungible existe en variedad y cantidad suficiente para desarrollar el programa planteado, reponiéndose cada curso en función del presupuesto del departamento.

Así mismo el Departamento dispone de radio-cassette, televisor y reproductor de video y DVD.

Los contenidos teóricos de cada una de las unidades didácticas a abordar estarán reflejados en cada uno de los cursos de la plataforma Moodle Centros y Classroom.

6. ACTIVIDADES DE DESARROLLO DE LA COMPETENCIA LINGÜÍSTICA Y PROYECTO LECTOR.

Relación de las actividades concretas que este departamento propone para el desarrollo de la competencia lingüística dentro del proyecto lector de nuestro instituto.

INDICADOR	ACTIVIDAD	TEMPORALIZACIÓN
LECTURA COMPRENSIVA	-Lectura de artículos de prensa, ideas principales y resumen.	Dos veces al mes
EXPRESIÓN ORAL	-Exposición de calentamientos, juegos y temas relacionados con la unidad didáctica correspondiente.	Dos veces en el curso
EXPRESIÓN ESCRITA	Se tendrán en cuéntalas normas de presentación de trabajos acordadas en el ETCP. El 40 % del valor en este apartado equivaldrá a aspectos ortográficos de lo presentado.	Todo el curso

En varias sesiones se dedicará una parte del tiempo a la lectura de textos y/o artículos de prensa relacionados con la actividad física.

Con cada grupo se realizarán lecturas y debates sobre artículos deportivos-personajes deportivos, relevantes.

Actividad trimestral que proponga el Departamento de Lengua, según nivel.

NORMAS DE PRESENTACIÓN DE TRABAJOS

 Según indicaciones del profesor/a:

• Escrito a mano, con letra legible y con bolígrafo azul o negro. Es preciso cuidar la letra, ortografía y limpieza.

• Escrito a ordenador.

 Folios blancos, escritos por una sola cara (salvo indicaciones contrarias).

 Epígrafes subrayados. Los distintos apartados o sub-apartados sangrados.

 Citas textuales (en caso de que se tengan que recoger por la índole del trabajo) entre comillas indicando el capítulo y la página de la que se ha extraído la cita.

 Márgenes: superior 3 cm., inferior 2 cm., izquierdo 3 cm. y derecho 2 cm.

 Debes entregarlo en una funda o encuadernado, nunca los folios sueltos o con un simple clip.

Portada	Índice	Cuerpo del trabajo
Debe incluir: • Título del trabajo • Nombre y apellidos del autor o autores • Curso y grupo • Asignatura • Nombre el profesor y del centro de estudios	En él se enumeran las partes, epígrafes y sub-apartados que compongan el trabajo, con la indicación del número de la página en la que empiezan.	Comprende los diferentes apartados del trabajo: Normalmente: introducción, desarrollo del trabajo propiamente dicho y conclusión. En este aspecto hay que prestar especial atención a las explicaciones del profesor pues puede haber diferencias entre los trabajos de las distintas asignaturas.

7. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS

- Senderismo: 2 Rutas por la Sierra de Córdoba.
- Taller de resucitación cardiopulmonar.
- Conoce el tenis, la escalada, la vela y el piragüismo. Visita a las instalaciones de la ciudad para conocer los pormenores de estos deportes. Actividad que se realiza en colaboración con el Patronato Municipal de Deportes de nuestra ciudad.
- Visita a los arroyos del Molino y Bejarano.
- “Muévete por tu salud”, salida mensual, por la tarde, por diferentes sitios de la ciudad.
- Taller de RCP. Actividades relacionadas con la resucitación cardio-pulmonar.
- Senderismo a lo largo del Guadalquivir.
- Conoce las instalaciones deportivas de tu entorno.
- Juegos deportivos de Bachillerato.
- Educación se orienta al Deporte
- Días blancos en Sierra Nevada. Excursión para 1º de bachillerato, de 2 días y 1 noche para conocer el Parque de las ciencias, C.A.R. de Sierra Nevada y actividades en nieve.

8. INDICADORES DE LOGRO SOBRE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE

El seguimiento de la programación se realizará con periodicidad trimestral en las reuniones del Departamento, valorando el grado de cumplimiento de los objetivos, el desarrollo de los contenidos previstos y la realización de las actividades.

8.1. Evaluación de la programación.

Indicadores de logro de la programación didáctica	1	2	3	4
1. La programación didáctica ha sido elaborada de forma coordinada dentro del equipo de ciclo y se ha cuidado la relación entre los distintos elementos que la componen (objetivos, contenidos, metodología, evaluación y atención a la diversidad).				
2. La programación didáctica concreta y completa fielmente las decisiones tomadas en la concreción del currículo dentro de nuestro proyecto educativo de centro.				
3. Los criterios de evaluación de la programación didáctica cumplen la función de "medir" si se han alcanzado los objetivos previstos a través de los contenidos propuestos secuencialmente.				
4. La programación didáctica ayuda a desarrollar los principios metodológicos definidos en esta etapa educa\va, especialmente el "aprender a aprender" en consonancia con las características de los alumnos de la etapa				
5. Las actividades programadas mantienen coherencia con las decisiones metodológicas el currículo oficial vigente				
6. La programación didáctica prevé los recursos (humanos y materiales) necesarios para desarrollarlas adecuadamente.				
7. La programación didáctica prevé los espacios y tiempos de duración de las actividades previstas.				
8. La programación didáctica incluyen los cauces de colaboración familia/centro docente (entrevistas en tutoría, boletín informativo trimestral, reuniones colectivas...).				
9. Se ha programado, desarrollado y evaluado conveniente las salidas y visitas al entorno en relación con los objetivos previstos (actividades complementarias).				
10. Se han desarrollado los elementos comunes incluidos en la programación didáctica (educación en valores, TIC, aproximación a la lectoescritura).				
11. La programación de medidas de atención a la diversidad es adecuada a las necesidades específicas de apoyo educativo de nuestros alumnos				
12. Se han utilizado las estrategias de evaluación decididas en la concreción del currículo dentro de la evaluación continua de la programación didáctica				

VALORACIÓN. Se puntuará numéricamente ente 1 y 4, siendo:

Nunca, no, insatisfactoriamente

A veces, puntualmente.

Casi siempre, frecuentemente

Siempre, sí, satisfactoriamente.

) OBSERVACIONES A LA NOTA NUMÉRICA.

PROPUESTAS DE MEJORA (para la siguiente programación didáctica).

8.2. Evaluación de la práctica docente.

INDICADORES DE LA PRÁCTICA DOCENTE	1	2	3	4
1. Se ha respetado la distribución temporal de los contenidos por evaluaciones.				
2. Se ha aplicado la metodología didáctica programada.				
3. Se han tenido en cuenta los conocimientos y aprendizajes básicos necesarios para aprobar la materia.				
4. Se han aplicado los procedimientos de evaluación programados y te has ajustado a los criterios de calificación.				
5. Se han aplicado medidas de atención a la diversidad a los alumnos que las han requerido.				
6. Se han llevado a cabo las actividades de recuperación de materias pendientes de cursos anteriores según tu responsabilidad.				
7. Se han llevado a efecto medidas de refuerzo educativo dirigidas a los alumnos que presentaban dificultades de aprendizaje.				
8. Se han puesto en práctica medidas para es\mular el interés y el hábito de la lectura y la capacidad de expresarse correctamente.				
9. Se han utilizado los materiales y recursos didácticos programados (en su caso, libros de texto de referencia).				
10. Se han realizado las actividades complementarias y extraescolares programadas				

Causas de las cuestiones valoradas con 1 o 2:

Indica las características más positivas del trabajo desarrolladas este curso.

Propuesta de mejora para las siguientes evaluaciones o curso.

9. SECCIÓN BILINGÜE

9.1 Aportación del Departamento.

El Departamento de EF forma parte de esta sección siendo los cursos implicados,

1 ESO en su totalidad 4ESO A y C 1 BACH A y C

Según la Programación específica aportada a la responsable de la sección bilingüe, añadir que los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje determinados por el Departamento de EF, referidos a la interacción y comunicación lingüística, serán utilizados en la misma medida para promover que el alumnado demuestre lo que ha aprendido a hacer, comunicar o expresar en el idioma inglés. Primará la capacidad del alumnado y su fluidez tanto oral como escrita por encima

de la corrección gramatical, siempre que se adquieran los contenidos específicos y que sea capaz de comunicarse.

No se penalizarán los errores relativos a aspectos gramaticales y se primará el uso de la lengua inglesa durante la clase de EF, pudiendo obtener una gratificación máxima extra en la calificación final trimestral de 1 punto.

Servirán de apoyo para esta evaluación los siguientes indicadores:

- Aprende vocabulario básico en inglés de los contenidos de la materia
- Utiliza el inglés con expresiones sencillas y estructuras gramaticales acordes a su nivel o curso.
- Se expresa oralmente en inglés usando el vocabulario específico
- Comprende textos específicos de la materia, en inglés
- Entiende explicaciones en inglés del profesor/a
- Entiende al auxiliar de conversación
- Interactúa en inglés con sus compañeros/as de clase, con el auxiliar de conversación y con el profesor/a.

10. ANEXO COVID

10.1 Medidas específicas de la asignatura.

Según el protocolo de actuación COVID,19, aprobado en claustro:

• Gimnasios:

Como norma general, el aforo será el del grupo de convivencia escolar, cuando no sea grupo de convivencia escolar se aconseja no utilizar dicho espacio para el ejercicio físico. Se puede adecuar según las necesidades del Centro como un aula de un grupo de convivencia.

Las actividades deportivas de las clases de educación física se deben hacer en espacios al aire libre o no cubiertos, reduciendo al mínimo el uso de gimnasios cerrados, si esto no fuese posible, se ventilará lo máximo.

Se cumplirán la medida sanitaria general de acceso a aulas de limpieza y desinfección de manos a la entrada y salida de las mismas. Para ello, todas las aulas del centro disponen de gel hidroalcohólico bajo supervisión del profesorado.

Medidas específicas:

1. El alumnado que tenga clase de Educación Física, esperará, en su aula de referencia, a su profesor, quien será el encargado de acompañarlo al gimnasio del centro.

2. Se extremarán las medidas de precaución. Así, se realizará una limpieza y desinfección exhaustiva antes y después del uso del material específico del gimnasio.

3. Se dispondrá de gel hidroalcohólico y material de limpieza viricida para la desinfección de los mismos.

4. Se dispondrá de nebulizador desinfectante en el aula para su uso al finalizar y al empezar el tramo horario correspondiente.

5. Sin perjuicio de todo lo anterior, se fomentará el uso de las pistas anexas al gimnasio (patio 2 en los planos antes reseñados) así como los diferentes patios del centro para el desarrollo de las actividades deportivas. En este caso, siempre y cuando sea posible, se procederá al uso de parques cercanos (parque de Colón y jardines de Orive) para el desarrollo de las actividades físicas y deportivas.

6. Los dos gimnasios permanecerán continuamente ventilados al mantener, de forma permanente, puertas y ventanas abiertas.

7. Se habilitará el aula 118 para que el alumnado que lo necesite, pueda dejar su mochila o material escolar con el fin de optimizar los espacios de ambos gimnasios.

8. El aforo de los vestuarios del gimnasio estará limitado a 3 personas al mismo tiempo. Solo podrán ser usados, en caso de urgencia, los aseos de los mismos. Los lavabos tendrán, por

consiguiente, un uso exclusivo de higiene y lavado de manos. Nunca podrán ser utilizados como “fuente” o para rellenar botellas.

Queda, por tanto, prohibido el uso de las duchas del mismo.

9. El alumnado seguirá, en todo momento, las indicaciones del profesorado de Educación Física para la correcta desinfección del material utilizado.

10.- Se adaptarán las actividades del curriculum teniendo en cuenta los principios básicos de prevención, y planificar, siempre que sea posible, actividades que permitan guardar la distancia de seguridad.

Se colocarán carteles recordatorios de las normas básicas:

Caso de las actividades complementarias quedarán reducidas a aquellas que se realicen en espacios abiertos y limitando a un sólo grupo por actividad.

10.2 Criterios a seguir en situación de confinamiento.

Como el curso anterior, caso de confinamiento general se configurará un anexo a esta programación en el que se establezcan los aprendizajes y competencias imprescindibles para garantizar la continuidad académica del alumnado.

Caso de confinamiento el alumnado seguirá la materia de manera telemática a través de Moodle Centros y Classroom y se adaptarán las tareas prácticas para que el alumnado las pueda realizar en casa.

En este marco, las tareas, actividades o pruebas a desarrollar desde el confinamiento hasta final del mismo serán las siguientes:

1.- Actividades de refuerzo y/o recuperación.

Estas actividades irán dirigidas especialmente al alumnado que hubiera presentado dificultades de aprendizaje durante el curso, o al que no pueda o tenga dificultades para desarrollar la actividad a distancia o por internet. Se concretará en un conjunto de actividades relevantes para la consecución de los objetivos y competencias clave, si procede, de cada curso en las diferentes enseñanzas. Se intensificará el uso de los instrumentos y herramientas que faciliten el acceso al aprendizaje y estimulen la motivación.

2.- Actividades de continuidad.

Implican el desarrollo de contenidos y competencias que estaba previsto llevar a cabo durante el periodo que valla desde el inicio del confinamiento hasta final de curso conforme a esta la programación didáctica. Estas actividades serán adaptadas a la situación especial en la que se encuentra el alumnado.