PROGRAMACIONES DOCENTES DE ESO Y BACHILLERATO
CURSO 2023/2024

PROGRAMACIÓN DOCENTE DE EDUCACIÓN FÍSICA

- PRIMER CURSO DE ESO
- SEGUNDO CURSO DE ESO
- TERCER CURSO DE ESO
- CUARTO CURSO DE ESO
- PRIMER CURSO DE FPB
- SEGUNDO CURSO DE FPB

Curso escolar: 2023/2024
Centro: IES ALFONSO X EL SABIO
Localidad: MURCIA

1. INDICE DE CONTENIDOS

INDICE DE CONTENIDOS 3

1. REFERENTE LEGAL 4

2. ORGANIZACIÓN, DISTRIBUCIÓN Y SECUENCIACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS EN CADA UNO DE LOS CURSOS QUE CONFORMAN LA ETAPA.....4

3.DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS. SITUACIONES DE APRENDIZAJE.....33

4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD 34

5.MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS 34

6. RELACIÓN DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES PARA EL CURSO ESCOLAR……35

7.CONCRECIÓN DE LOS ELEMENTOS TRANSVERSALES 37

8.ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO 37

9. ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE 38

10.MEDIDAS PREVISTAS PARA EL FOMENTO DE LA LECTURA Y DE LA MEJORA DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA ……42

11. PROGRAMA DE ENSEÑANZAS EN LENGUAS EXTRANJERAS, ESPAÑOL-FRANCÉS……42

12. PROGRAMA DE ENSEÑANZAS EN LENGUAS EXTRANJERAS, ESPAÑOL-INGLÉS……43

13. PROGRAMA DE ENSEÑANZAS EN FP BÁSICA……..45

1. REFERENTE LEGAL

El currículo de Secundaria viene desarrollado por el ***Real Decreto 235/2022, de 7 de diciembre***, por el que se establece la ordenación y el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.

2. ORGANIZACIÓN, DISTRIBUCIÓN Y SECUENCIACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS EN CADA UNO DE LOS CURSOS QUE CONFORMAN LA ETAPA

1º ESO

SABERES BÁSICOS INCLUIDOS EN LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

Los saberes básicos aúnan los conocimientos (saber), las destrezas (saber hacer) y las actitudes (saber ser) necesarios para la adquisición de las competencias específicas de esta materia. Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes se desarrollarán en distintas unidades didáctica con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Los bloques de saberes básicos son los siguientes:

A. Vida activa y saludable. *Estos saberes están Incluidos en* ***U.D. 1,UD 2, UD 3, UD 4, UD 6***

– Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Educación postural: relajación. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para prevenir, y en su caso tratar, el dolor muscular de origen retardado.

– Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.

– Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

B. Organización y gestión de la actividad física. *Estos saberes están Incluidos en* ***U.D. 1, UD 3, UD 6, UD 8, UD 9.***

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

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

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

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

– Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

– Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices. *Estos saberes están Incluidos en* ***U.D. 1, UD 2, UD 3, UD 6, UD 8, UD 9.***

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

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

– Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

– Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en propuestas individuales.

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

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. *Estos saberes están Incluidos en* ***U.D. 1, U.D. 2, U.D. 3, U.D. 4, U.D. 5, U.D. 6, U.D. 7, U.D. 8, UD 9.***

– Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico- deportivos.

– Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

– Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.

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

E . Manifestaciones de la cultura motriz. *Estos saberes están Incluidos en****, U.D. 2, U.D. 4, U.D. 7, U.D. 8.***

– Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos como manifestación de la interculturalidad.

– Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos.

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

– Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte.

– Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. *Estos saberes están Incluidos en* ***U.D. 5***

– Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).

– Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves en los mismos.

– Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO		
1ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
UD 1	Capacidades Físicas (Resistencia)	13
UD 2	Coordinación / Malabares	8
2ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
UD 3	Capacidades Físicas (Fuerza)	10
UD 4	Balonmano	9
UD 5	Actividad Física en entorno natural: Senderismo	2
	3ª EVALUACIÓN	Nº SESIONES
UD 6	Capacidades Físicas (Flexibilidad)	6
UD 7	Expresión Corporal: Danzas del mundo	7
UD 8	Deportes Alternativos	6
UD 9	Primeros Auxilios	2

Esta secuenciación y temporalización de los contenidos estará sujeta a las modificaciones que crea oportunas el Departamento de Educación Física, y en su caso el profesor responsable de llevarla a cabo, atendiendo a los siguientes criterios:

- Coordinación entre grupos y niveles educativos, para evitar coincidencias y poder realizar un uso más eficaz del material y las instalaciones.
- Atención a las características particulares de cada grupo.
- Falta de sesiones debido a ausencias del grupo por asistencia o realización de actividades complementarias y extrapolares.
- Como consecuencia de problemas meteorológicos que impidan su normal desarrollo de las sesiones planificadas.

TEMPORALIZACIÓN Y CALIFICACIÓN DE LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SABERES BÁSICOS EN RELACIÓN A LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1º ESO COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS	INSTRUMENTOS	1ª EVALUACIÓN 34%	2ª EVALUACIÓN 34%	3ª EVALUACIÓN 33%	FINAL
1. **Adoptar un estilo de vida activo y saludable**, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: **CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4**	1.1.Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	A. Vida activa y saludable B. Organización y gestión de la actividad física D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	Pruebas prácticas 4/3/4 Examen teórico 3/1/1	UD: Capacidades Físicas (Resistencia) **7**	UD: Capacidades Físicas (Fuerza) **4**	UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) **5**	**39%**
	1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.		Pruebas prácticas 3/3/4 Examen teórico 3/1/1	UD: Capacidades Físicas (Resistencia) **6**	UD: Capacidades Físicas (Fuerza) **4**	UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) **5**	
	1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.		Examen teórico 3/1/1	UD: Capacidades Físicas (Resistencia) **3**	UD: Capacidades Físicas (Fuerza) **1**	UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) **1**	
	1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.		Examen teórico 0/0/2			U.D. Primeros Auxilios **2**	
	1.5. Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.		Examen teórico 0/0/1			UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) **1**	
				16	**9**	**14**	
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física.	Pruebas prácticas 3/3/0 Examen teórico 0/1/0	U.D. Coordinación **3**	U.D. Balonmano **4**		**19%**

percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: **CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3**.	2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices. D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.	Pruebas prácticas 3/2/0 Examen teórico 0/1/0	U.D. Coordinación **3**	U.D. Balonmano **3**		
	2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.		Pruebas prácticas 3/2/0 Examen teórico 0/1/0	U.D. Coordinación **3**	U.D. Balonmano **3**		
				9	**10**	**0**	
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: **CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3**	3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.	Hoja de observación 3/2/2	UD: Capacidades Físicas (Resistencia) **2** U.D. Coordinación **1**	UD: Capacidades Físicas (Fuerza) **1** U.D. Balonmano **1**	UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) **2**	**20%**
	3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.		Hoja de observación 3/2/2	UD: Capacidades Físicas (Resistencia) **2** U.D. Coordinación **1**	UD: Capacidades Físicas (Fuerza) **1** U.D. Balonmano **1**	UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) **2**	
	3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás		Hoja de observación 2/2/2	UD: Capacidades Físicas (Resistencia) **1** U.D. Coordinación **1**	UD: Capacidades Físicas (Fuerza) **1** U.D. Balonmano **1**	UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) **2**	
				8	**6**	**6**	

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: **CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4**	4.1.Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices E. Manifestaciones de la cultura motriz	Hoja de observación 0/0/2 Examen teórico 0/0/1			U.D. Expresión Corporal (Danzas del mundo) **3**	**14%**
	4.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.		Hoja de observación 0/0/1 Examen teórico 0/0/1			U.D. Expresión Corporal (Danzas del mundo) **2**	
	4.3. Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.		Pruebas prácticas 0/0/9			U.D. Expresión Corporal (Danzas del mundo) **9**	
				0	**0**	**14**	
5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: **STEM5, CC4, CE1, CE3**	5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	A. Vida activa y saludable. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno	Hoja de observación 0/2/0 Examen teórico 0/2/0		U.D. Actividades en el Medio Natural (Senderismo) **4**		**8%**
	5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.		Hoja de observación 0/2/0 Examen teórico 0/2/0		U.D. Actividades en el Medio Natural (Senderismo) **4**		
				0	**8**	**0**	**8**
TOTAL				**33**	**33**	**34**	**100%**

2º ESO

SABERES BÁSICOS INCLUIDOS EN LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

Los saberes básicos aúnan los conocimientos (saber), las destrezas (saber hacer) y las actitudes (saber ser) necesarios para la adquisición de las competencias específicas de esta materia. Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes se desarrollarán en distintas unidades didácticas con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Los bloques de saberes básicos son los siguientes:

A. Vida activa y saludable. *Estos saberes están Incluidos en* ***U.D. 1, UD 3, UD 6, UD 9.***

– Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

– Salud social: análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

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

B. Organización y gestión de la actividad física. *Estos saberes están Incluidos en* ***U.D. 1, UD 3, UD 6, UD 9.***

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

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

– Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

– Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

– Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices. *Estos saberes están Incluidos en* ***U.D. 1, UD 2, UD 3,UD 4, UD 5, UD 6, UD 7.***

- Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales.

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

– Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

– Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-

deportivas.

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

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

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. *Estos saberes están Incluidos en* ***U.D. 1, U.D. 2, U.D. 3, U.D. 4, U.D. 5, U.D. 6, U.D. 7, U.D. 8, UD 9.***

– Gestión emocional: estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.

– Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

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

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

E . Manifestaciones de la cultura motriz. *Estos saberes están Incluidos en****, U.D. 2, U.D. 4, U.D. 7, UD 8.***

– Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Las danzas como manifestación de la interculturalidad.

– Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas de interpretación.

– Deporte y perspectiva de género: análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).

– Influencia del deporte en la cultura actual: impacto social, aspectos positivos y negativos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. *Estos saberes están Incluidos en* ***U.D. 5***

– Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.

– La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual .

– Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).

– Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.

– Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves en los mismos.

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

UNIDADES DIDÄCTICAS 2º ESO		
1ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
UD 1	Condición Física – Resistencia 2	13
UD 2	Touchtennis – Tenis palas	8
2ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
UD 3	Condición Física – Fuerza 2	9
UD 4	Floorball – Hockey	8
UD 5	Medio natural: bicicleta	4
3ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
UD 6	Condición Física – Flexibilidad 2	6
UD 7	Deportes alternativos: Pinfuvote	6
UD 8	Expresión corporal (Capoeira / Cardiocombat)	7
UD 9	Salud 2 (Nutrición, Postura, Ropa/Calzado), Educación Vial)	3

Esta secuenciación y temporalización de los contenidos estará sujeta a las modificaciones que crea oportunas el Departamento de Educación Física, y en su caso el profesor responsable de llevarla a cabo, atendiendo a los siguientes criterios:

- Coordinación entre grupos y niveles educativos, para evitar coincidencias y poder realizar un uso más eficaz del material y las instalaciones.
- Atención a las características particulares de cada grupo.
- Falta de sesiones debido a ausencias del grupo por asistencia o realización de actividades complementarias y extrapolares.

TEMPORALIZACIÓN Y CALIFICACIÓN DE LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SABERES BÁSICOS EN RELACIÓN A LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

2º ESO COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS	INSTRUMENTOS	1ª EVALUACIÓN 33%	2ª EVALUACIÓN 33%	3ª EVALUACIÓN 34%	FINAL
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4.	1.1. Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de **salud y al estilo de vida activo**, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	A. Vida activa y saludable B. Organización y gestión de la actividad física D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	Pruebas prácticas 4/3/4 Examen teórico 3/1/1	UD: Capacidades Físicas (Resistencia) 7	UD: Capacidades Físicas (Fuerza) 4	UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) 5	39%
	1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, **alimentación saludable**, educación postural, **relajación** e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.		Pruebas prácticas 3/3/4 Examen teórico 3/1/1	UD: Capacidades Físicas (Resistencia) 6	UD: Capacidades Físicas (Fuerza) 4	UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) 5	
	1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones **antes, durante y después** de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.		Examen teórico 3/1/1	UD: Capacidades Físicas (Resistencia) 3	UD: Capacidades Físicas (Fuerza) 1	UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) 1	
	1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de **primeros auxilios**.		Examen teórico 0/0/2			U.D. Salud 1	
	1.5. Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y **comportamientos tienen en nuestra salud** y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.		Examen teórico 0/0/1			UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) 1	
	1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.		Hoja de observación 0/0/1			U.D. Salud 1	
				16	9	14	
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter **individual, cooperativo o colaborativo**, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y	B. Organización y gestión de la actividad física C. Resolución de problemas en	Pruebas prácticas 3/3/0 Examen teórico 0/1/0	U.D. Touchtennis 3	U.D. Floorball 4		19%

coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3.	coevaluación tanto del proceso como del resultado.	situaciones motrices E.Manifestaciones de la cultura motriz F. Interación sostenible y eficiente con el entorno					
	2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando **principios básicos de toma de decisiones** en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices E.Manifestaciones de la cultura motriz F. Interación sostenible y eficiente con el entorno	Pruebas prácticas 3/2/0 Examen teórico 0/1/0	U.D. Touchtennis 3	U.D. Floorball 3		
	2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los **componentes cualitativos y cuantitativos** de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices E.Manifestaciones de la cultura motriz F. Interación sostenible y eficiente con el entorno	Pruebas prácticas 3/2/0 Examen teórico 0/1/0	U.D. Touchtennis 3	U.D. Floorball 3		
				9	10	0	
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud critica ante	3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las **implicaciones éticas** de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices E.Manifestaciones de la cultura motriz F. Interación sostenible y eficiente con el entorno social.	Hoja de observación 3/2/2	UD: Capacidades Físicas (Resistencia) 2 U.D. Touchtennis	UD: Capacidades Físicas (Fuerza) 1 U.D. Floorball 1	UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) 2	

comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3.	3.2. **Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices** para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices E.Manifestaciones de la cultura motriz .	Hoja de observación 3/2/2	UD: Capacidades Físicas (Resistencia) 2 U.D. Touchtennis	UD: Capacidades Físicas (Fuerza) 1 U.D. Floorball 1	UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) 2	**20%**
	3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de **habilidades sociales**, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices. D Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. E.Manifestaciones de la cultura motriz	Hoja de observación 2/2/2	UD: Capacidades Físicas (Resistencia) 1 U.D. Touchtennis	UD: Capacidades Físicas (Fuerza) 1 U.D. Floorball 1	UD: Capacidades Físicas (Flexibilidad) 2	
				8	6	6	
4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el	4.1. Gestionar la participación en **juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas** vinculadas tanto con la **cultura propia** como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas	C. Resolución de problemas en situaciones motrices	Hoja de observación 0/0/2 Examen teórico 0/0/1			U.D. Expresión Corporal 3	**14%**
	4.2. **Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas** según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices E.Manifestaciones de la cultura motriz	Hoja de observación 0/0/1 Examen teórico 0/0/1			U.D. Expresión Corporal 2	
	4.3. Participar activamente en la **creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas** con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de	C. Resolución de problemas en situaciones motrices. D Autorregulación emocional e interacción social	Pruebas prácticas 0/0/9			U.D. Expresión Corporal 9	

marco de las sociedades actuales. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4.	expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	en situaciones motrices. E.Manifestaciones de la cultura motriz					
				0	0	14	
5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CC4, CE1 y CE3.	5.1. Participar en actividades físico-deportivas en **entornos naturales**, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su **huella ecológica**.	F. Interación sostenible y eficiente con el entorno.	Hoja de observación 0/2/0 Examen teórico 0/2/0		U.D. Actividades en el Medio Natural 4		**8%**
	5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, **aplicando normas de seguridad individuales y colectivas**.	F. Interación sostenible y eficiente con el entorno.	Hoja de observación 0/2/0 Examen teórico 0/2/0		U.D. Actividades en el Medio Natural 4		
				0	8	0	
TOTAL				**33**	**34**	**34**	**100%**

3º ESO

SABERES BÁSICOS INCLUIDOS EN LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

Los saberes básicos aúnan los conocimientos (saber), las destrezas (saber hacer) y las actitudes (saber ser) necesarios para la adquisición de las competencias específicas de esta materia. Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes se desarrollarán en distintas unidades didácticas con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Los bloques de saberes básicos son los siguientes:

A. Vida activa y saludable. *Estos saberes están Incluidos en* ***UD 1, UD 2, UD 3, UD 4, UD 6, UD 7, UD 8.***

– Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

– Salud social: análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

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

B. Organización y gestión de la actividad física. *Estos saberes están Incluidos en* ***UD 1, UD 2, UD 3, UD 4, UD 6, UD 7, UD 8.***

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

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

– Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

– Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

– Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices. *Estos saberes están Incluidos en* ***UD 1, UD 2, UD 3, UD 4, UD 6, UD 7, UD 8, UD 9.***

– Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales.

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

– Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

– Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas.

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

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

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. *Estos saberes están Incluidos en* ***UD 1, UD 2, UD 3, UD 4, UD 6, UD 7, UD 8, UD 9.***

– Gestión emocional: estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.

– Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

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

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

E. Manifestaciones de la cultura motriz. *Estos saberes están Incluidos en* ***UD 2, UD 4, UD 7, UD 8, UD 9.***

– Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Las danzas como manifestación de la interculturalidad.

– Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas de interpretación.

– Deporte y perspectiva de género: análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).

– Influencia del deporte en la cultura actual: impacto social, aspectos positivos y negativos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. *Estos saberes están Incluidos en* ***UD 5, UD 8.***

– Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.

– La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

– Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y

naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).

– Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.

– Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves en los mismos.

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

UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO		
1ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
UD 1	Condición física y salud: Resistencia.	12
UD 2	Situaciones motrices de colaboración-oposición: bádminton	10
2ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
UD 3	Condición física y salud: Fuerza.	7
UD 4	Situaciones motrices de colaboración-oposición: baseball	7
UD 5	Actividad Física en entorno natural	4
	3ª EVALUACIÓN	Nº SESIONES
UD 6	Condición física y salud: Fuerza.	7
UD 7	Situaciones motrices de colaboración-oposición: baloncesto	5
UD 8	Situaciones motrices de colaboración-oposición: deportes alternativos	5
UD 9	Creación y representación de composiciones corporales: Dramatización	5

Esta secuenciación y temporalización de los contenidos estará sujeta a las modificaciones que crea oportunas el Departamento de Educación Física, y en su caso el profesor responsable de llevarla a cabo, atendiendo a los siguientes criterios:

- Coordinación entre grupos y niveles educativos, para evitar coincidencias y poder realizar un uso más eficaz del material y las instalaciones.
- Atención a las características particulares de cada grupo.
- Falta de sesiones debido a ausencias del grupo por asistencia o realización de actividades complementarias y extrapolares.
- Como consecuencia de problemas meteorológicos que impidan su normal desarrollo de las sesiones planificadas.

TEMPORALIZACIÓN Y CALIFICACIÓN DE LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SABERES BÁSICOS EN RELACIÓN A LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

3º ESO COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS	INSTRUMENTOS	1ª EVALUACIÓN 35%	2ª EVALUACIÓN 35%	3ª EVALUACIÓN 30%	FINAL
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: **CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4**	1.1. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	A. Vida activa y saludable	• Ficha de calentamiento **2** • Ficha test 5' **4** • Prueba escrita **4**	**10** Calentamiento Dosificación del esfuerzo Temas 1-2-3-5	Fortalecimiento de la musculatura fásica y estiramiento de la musculatura fásica del cuerpo. **5**		**35 %**
	1.2. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	A. Vida activa y saludable B Organización y gestión de la actividad física	• Ficha de musculatura implicada en postura **5**		Tema 4 Fundamentos posturales **5**		
	1.3. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	A. Vida activa y saludable	• Prueba escrita **5**	Tema 6 **5** PAS, soporte vital básico			
	1.4. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	D Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. .	• Registro observación directa **5**			Comportamiento en las prácticas motrices **5**	
	1.5. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	Herramientas digitales Elección de la práctica	• APP/ Tábata **5**	Compartir a través de herramientas digitales la práctica física **5**			

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: **CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.**	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	B Organización y gestión de la actividad física .	• Ficha autoevaluación Condición Física **3** • Prueba práctica de bádminton **4,5**	Bádminton **7,5**			**25 %**
	2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	B Organización y gestión de la actividad física	• Registro de observación compartida **5,5** • Prueba práctica de baloncesto **4,5**		Baloncesto **10**		
	2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices	• Fichas malabares • Autoevaluación • Coevaluación **7,5**	Pelotas malabares y deportes alternativos **7,5**			
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto	3.1. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices	• Registro observación directa **5**			Baile moderno y dramatización **5**	

entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: **CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.**	3.2. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	D Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. .	• Registro observación directa **5**		Comportamiento en las prácticas motrices **5**		**10 %**
4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean,	4.1.Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos	E. Manifestaciones de la cultura motriz.	• Registro observación directa **2,5** • Prueba escrita **2,5**		Deportes tradicionales Bolos huertanos, caliche y petanca **5**		**15 %**
	4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico- deportivo.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices D Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.	• Registro observación directa **5**			Comportamiento en las prácticas motrices **5**	

para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: **CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.**	4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	• Ficha coevaluación **5**			Baile moderno y dramatización **5**	
5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: **STEM5, CC4, CE1, CE3.**	5.1.Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	• Jornada de senderismo **5**		Ruta de senderismo por el parque regional del Valle **5**		**15 %**
	5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	• Diseñar carreras de orientación en el centro **5** • Fichas prácticas de orientación **5**			Carreras de orientación **10**	
TOTAL				**TOTAL 35**	**TOTAL 35**	**TOTAL 30**	**100**

4º ESO

SABERES BÁSICOS INCLUIDOS EN LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

Los saberes básicos aúnan los conocimientos (saber), las destrezas (saber hacer) y las actitudes (saber ser) necesarios para la adquisición de las competencias específicas de esta materia. Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes se desarrollarán en distintas unidades didácticas con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Los bloques de saberes básicos son los siguientes:

A. Vida activa y saludable. *Estos saberes están Incluidos en* ***UD 1, UD 4, UD 10.***

– Salud física: autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica). Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

– Salud social: dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.

– Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B. Organización y gestión de la actividad física. *Estos saberes están Incluidos en* ***UD 1, UD 2, UD 3, UD 4, UD 5, UD 7, UD 8, UD 9 y UD 10.***

– Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.

– Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

– Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.

– Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices. *Estos saberes están Incluidos en* ***UD 1, UD 2, UD 3, UD 4, UD 5, UD 7, UD 9.***

– Toma de decisiones: búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

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

– Capacidades condicionales: planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.

– Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: profundización.

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

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. *Estos saberes están Incluidos en* ***UD 1, UD 2, UD 3, UD 4,UD 5, UD 6, UD 7, UD 8, UD 9, UD 10.***

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

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

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

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

E. Manifestaciones de la cultura motriz. *Estos saberes están Incluidos en* ***UD 8, UD 9.***

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

– Práctica de actividades rítmico-musicales: organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.

– Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. *Estos saberes están Incluidos en* ***UD 6.***

– Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).

– La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

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

– Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

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

UNIDADES DIDÁCTICAS 4º ESO		
1ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
1	U.D.Condición Física orientada a la salud I	
2	U.D.Situaciones motrices de colaboración- oposición: voleibol	
3	U.D. Organización de actividades físico-deportivas I	
		24
2ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
4	U.D.Condición Física orientada a la salud II	
5	U.D.Situaciones motrices de colaboración- oposición: Fútbol sala	
6	U.D. Actividades en el medio natural	
7	U.D. Organización de actividades físico-deportivas I	
		19
	3ª EVALUACIÓN	Nº SESIONES
7	U.D. Organización de actividades físico-deportivas I	
8	U.D. Actividades rítmico musicales	
9	U.D.Situaciones motrices de colaboración- oposición: Palas/ Juegos tradicionales	
10	U.D. Primeros auxilios	
6	U.D. Actividades en el medio natural	
		18

Esta secuenciación y temporalización de los contenidos estará sujeta a las modificaciones que crea oportunas el Departamento de Educación Física, y en su caso el profesor responsable de llevarla a cabo, atendiendo a los siguientes criterios:

- Coordinación entre grupos y niveles educativos, para evitar coincidencias y poder realizar un uso más eficaz del material y las instalaciones.
- Atención a las características particulares de cada grupo.
- Falta de sesiones debido a ausencias del grupo por asistencia o realización de actividades complementarias y extrapolares.
- Como consecuencia de problemas meteorológicos que impidan su normal desarrollo de las sesiones planificadas.

TEMPORALIZACIÓN Y CALIFICACIÓN DE LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SABERES BÁSICOS EN RELACIÓN A LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

4º ESO COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS	INSTRUMENTOS	1ª EVALUACIÓN	2ª EVALUACIÓN	3ª EVALUACIÓN	FINAL
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida	1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	A. Vida activa y saludable	• Trabajo de calentamiento 1 • Prueba escrita 8	**U.D. Condición física orientada a la salud I:** - Calentamiento 1 - **Temas 1.** Actv fis.Pricipio elementales de los sist. Org. Beneficios de la práctica continuada. - **Tema 2.** Cualidades físicas. Sis. de entrenamiento 8			29
Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4.	1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una actividad motriz saludable y responsable.	B. Organización y gestión de la actividad física	• Prueba escrita 0 / 9 / 0 • Registro de observación 1/ 0 / 0	**U.D condición física orientada a la salud I**: - Desarrollo de las capacidades físicas 1	**U.D. Condición física orientada a la salud II:** - **Tema 4.** Fundamentos posturales - **Tema 5**. Alimentación saludable 9		
	1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	B. Organización y gestión de la actividad física	• Prueba escrita 4			**U.D. Primeros auxilios:** - lesiones deportivas 4	
	1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	B. Organización y gestión de la actividad física	• Prueba escrita 2			- primeros auxilios ante accidentes 2	
	1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con	D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	• Registro observación directa 1 / 1 / 1	Comportamiento en las prácticas motrices 1	Comportamiento en las prácticas motrices 1	Comportamiento en las prácticas motrices 1	

	autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	E.Manifestaciones de la cultura motriz					
	1.6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	B. Organización y gestión de la actividad física	• Observación y registro de experiencias digitales **1**	**U.D. Condición física orientada a la salud I:** - Planificar y utilizar herramientas digitales en la práctica física **1**			
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	B. Organización y gestión de la actividad física C. Resolución de problemas en situaciones motrices	• Test de Condición Física **8 / 10**	**U.D. Condición física orientada a la salud I:** - Autoevaluación de la condición física y desarrollo de las capacidades físicas incidiendo en Fuerza y Flexibilidad **8**	**U.D. Condición física orientada a la salud II:** - Autoevaluación de la condición física y desarrollo de las capacidades físicas incidiendo en Resistencia y Agilidad **10**		**38**
	2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.	• Prueba práctica **2 / 2 / 2** • Prueba escrita **2 / 2 / 0**	**U.D. Situaciones motrices de colaboración- oposición:** - Voleibol **4**	**U.D. Situaciones motrices de colaboración- oposición:** - Fútbol sala **4**	**U.D. Situaciones motrices de colaboración- oposición:** - Palas **2**	
	2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.	Prueba práctica **4 / 4 / 2**	**U.D. Situaciones motrices de colaboración- oposición:** - Voleibol **4**	**U.D. Situaciones motrices de colaboración- oposición:** - Fútbol sala **4**	**U.D. Situaciones motrices de colaboración- oposición:** - Palas **2**	

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3.	3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles del público, participante u otros.	B. Organización y gestión de la actividad física D Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.	• Trabajo de planificación, puesta en práctica y coevaluación. **8**			**U.D. Organización de actividades físico-deportivas.** **8**	
	3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	B. Organización y gestión de la actividad física C. Resolución de problemas en situaciones motrices. D Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. E. Manifestaciones de la cultura motriz	• Registro observación directa **5**			**U.D. Actividades rítmico-musicales:** - coreografía grupal **5**	**17**
	3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices. D Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. E. Manifestaciones de la cultura motriz	• Registro observación directa **1 / 1 / 2**	Comportamiento en las prácticas motrices **1**	Comportamiento en las prácticas motrices **1**	Comportamiento en las prácticas motrices 2	

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4	4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos	E. Manifestaciones de la cultura motriz	• Registro observación directa 2			**Juegos tradicionales:** Petanca/ Caliche/ bolos huertanos 2	10
	4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico- deportivo.	D Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.	• Registro observación directa 1 / 1 / 1	Comportamiento en las prácticas motrices 1	Comportamiento en las prácticas motrices 1	Comportamiento en las prácticas motrices 1	
	4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	B. Organización y gestión de la actividad física E. Manifestaciones de la cultura motriz	• Registro observación directa 5			**U.D. Actividades rítmico-musicales:** - coreografía grupal 5	
5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad	5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	F. Interación sostenible y eficiente con el entorno.	• Prueba escrita 4			**U.D. Las actividades en el medio natural: Tema 8.** Impacto de las actividades físico-deportivas en la naturaleza. 4	6

vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CC4, CE1 y CE3	5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	B Organización y gestión de la actividad física F. Interación sostenible y eficiente con el entorno	• Registro observación directa 2			**U.D. Las actividades en el medio natural:** - Escalada - Actividades de orientación 2	
TOTAL				**TOTAL 30**	**TOTAL 30**	**TOTAL 40**	**100**

3. DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS. SITUACIONES DE APRENDIZAJE

Además de los principios y orientaciones metodológicas previstos en el articulado del presente decreto, la acción docente en la materia de Educación Física tendrá en especial consideración las siguientes recomendaciones:

- Se favorecerá el desarrollo de aprendizajes significativos, en el sentido de que exista una conexión entre lo que saben y lo que se pretende enseñar.
- Se utilizarán metodologías activas, colaborativas y contextualizadas, en las que el alumno pueda gestionar su propio ritmo de aprendizaje, ser autónomo y creativo.
- Se favorecerá el buen clima de convivencia, el respeto y el juego limpio.
- Se utilizará la competición con un enfoque pedagógico e integrador del alumnado.
- Se prestará especial atención a los principios de respeto, igualdad y coeducación, procurando erradicar todo tipo de estereotipos o prejuicios, fomentando la aceptación, la participación de todos y el trabajo cooperativo, contribuyendo así de forma clara a la consecución de los elementos transversales.
- Se realizarán actividades variadas que atiendan a los distintos ritmos de aprendizaje presentes en el aula, considerando los diferentes niveles de competencia motriz y permitiendo que sean alcanzables por todos los alumnos.
- Se fomentará la organización de actividades complementarias y la participación en proyectos interdisciplinares que beneficien el diseño y desarrollo de tareas competenciales.
- Aquellas situaciones deportivas donde se produzcan elementos competitivos deberán plantearse desde un punto de vista pedagógico, suponiendo satisfacción por el logro alcanzado, diversión en el juego competitivo, gestión del éxito y del fracaso, aceptación y cumplimiento de unas reglas determinadas y respeto a los contrarios.
- La Educación Física tiene un carácter eminentemente práctico, por lo que se procurará que el aprendizaje se produzca prioritariamente a través del movimiento, buscando que el tiempo de compromiso motor durante las sesiones sea el mayor posible, utilizando metodologías, recursos didácticos, espacios y organizaciones que así lo permitan. En este sentido, cuando lo consideren necesario, los profesores podrán impartir sus clases en espacios adyacentes o situados en los aledaños del centro, siempre y cuando se respeten las normas de funcionamiento interno del centro, que exigen la autorización de los padres para tal fin.
- Se buscará una mayor autonomía en la utilización de los recursos y materiales digitales. Se favorecerá el conocimiento y la familiarización con entornos virtuales de aprendizaje, para que el alumno sepa encontrar, seleccionar, organizar y utilizar información, ampliando así el manejo y dominio de las competencias digitales. En Educación Física destacan aquellos con los que monitorizar entrenamientos, registrar itinerarios en dispositivos con GPS, visualizar y analizar videos relacionados con la práctica físico-deportiva (Youtube y otras plataformas), gestionar el aula, evaluar el proceso de enseñanza-aprendizaje (Kahoots, Google Forms), presentar de forma más atractiva los contenidos por medio de video lecciones u otros recursos tecnológicos, diseñar actividades de refuerzo o ampliación, así como usar de forma eficiente y responsable las redes sociales.
- La evaluación será de carácter formativo y cumplirá su función de comprobación de los logros obtenidos. El alumno ha de sentirse partícipe no solo de su propia evaluación, sino de la de sus compañeros y del proceso de enseñanza-aprendizaje. Se tratará de conseguir que el alumno tome parte activa de este proceso a través de experiencias de autoevaluación, evaluación recíproca, reflexión crítica sobre sus desempeños y los de sus compañeros, así como del propio proceso de enseñanza-aprendizaje, otorgándole roles de observador y evaluador.
- Se considerarán prioritarios aquellos contenidos que motiven al alumno, contribuyendo a la adquisición de conocimientos aplicables a situaciones reales, en los que el alumno encuentre sentido a lo que aprende y le provoquen aprendizajes funcionales, favoreciendo la continuidad de la práctica de actividad física en horario extraescolar de forma autónoma.

En cada uno de los niveles y en base a estas estrategias metodológicas, propiciaremos **situaciones de aprendizaje** que impliquen movilización de aprendizajes previos, desde un enfoque que permita generar experiencias de éxito y actitudes positivas.
A modo de ejemplo, en cada nivel, los alumnos, podrán crear y diseñar un deporte o juego colectivo donde se aprecien reflejadas habilidades deportivas aprendidas y practicadas a lo largo del curso. Por grupos irán

desarrollando el nuevo juego o deporte colectivo, tanto diseñando los aspectos reglamentarios, como perfilando las habilidades específicas de dicho juego. Asimismo, organizarán un campeonato del juego desarrollado, donde participe todo el grupo, estableciendo los diferentes roles de arbitraje, organización de material y espacios y participación.
De igual modo, podrán crear y diseñar una representación de naturaleza artístico-expresiva con base rítmico-musical, abordando desde sus diferentes niveles de competencia, los distintos roles necesarios en una puesta en escena, director de escena, encargado de attrezzo, escenógrafo, participantes y espectadores, musicalizador, etc.

4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Los alumnos con necesidades educativas especiales, necesidades específicas de apoyo educativo, altas capacidades, etc. contarán, según marca la ley con un plan de actuación personalizado (PAP).

De forma añadida, el profesor ajustará la ayuda pedagógica a las diferentes necesidades del alumno y facilitará recursos y estrategias variadas que permitan dar respuesta a las diversas motivaciones, intereses y capacidades que presenten los alumnos. Por las características propias de nuestra asignatura conformada esencialmente por práctica motriz, la atención a la diversidad se garantiza por la utilización de una metodología que atiende a los distintos ritmos de aprendizaje presentes en el aula, considerando los diferentes niveles de competencia motriz y permitiendo que sean alcanzables por todos los alumnos.

En este sentido:

- Se propondrán ejercicios de dificultad diversa para la misma actividad.
- Se mantendrá una constante atención individual por parte del profesor a los alumnos que lo requieran. Aumentando o disminuyendo el ritmo de introducción de nuevos contenidos y adaptándolos a las necesidades del grupo-clase.
- Se propondrán actividades de refuerzo y de ampliación al finalizar cada evaluación y de acuerdo con los resultados obtenidos por cada alumno.
- Se propondrán trabajos y exposiciones para aquellos alumnos que no puedan realizar algún tipo de actividad física.

En las pruebas escritas de la asignatura y en los siguientes casos, **dislexia, TDH y disortografía,** se tendrá en cuenta:

- Recordar al alumno que revise cada pregunta del examen antes de contestarlo y de entregarlo.
- Facilitar que, en cualquier momento, pueda preguntar o acceder a las instrucciones dadas al comienzo de la prueba.
- Cuidar el formato de los textos escritos y exámenes que se le presenten al alumno, de forma que se le facilite la lectura, evitando la letra acumulada o pequeña
- Procurar realizar exámenes cortos
- Proporcionar tiempo adicional en los ejercicios de evaluación escritos y/o reducir el número de preguntas a contestar.

5. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

Los alumnos no utilizarán libro de texto. El profesor les suministrará apuntes confeccionados por el departamento. Otros materiales y recursos didácticos a utilizar son:

1- Prensa y revistas deportivas: lectura y análisis de artículos.

2- Consulta de webquests, webs, enciclopedias virtuales.

3- Utilización de la pizarra y la pizarra digital.

4- Vídeos relacionados con la materia.

5- Instalaciones y material deportivo

6. RELACIÓN DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES PARA EL CURSO ESCOLAR

Evaluación	Actividad	Lugar	Nivel/Grupos	Objetivos	Profesor responsable
2ª Evaluación	Curso de Esquí	Pirineos	4º ESO	Desarrollo de contenidos del currículo	Jordi Molina
3ª Evaluación	Orientación	Sierra Espuña	4º ESO	Desarrollo de contenidos del currículo	Carolina Fructuoso
3ª Evaluación	Descenso Río Segura	Blanca-Cieza	3º ESO	Desarrollo de contenidos del currículo	Carolina Fructuoso
3ª Evaluación	Taller Deporte Adaptado	IES Alfonso X	3º ESO	Desarrollo de contenidos del currículo	Carolina Fructuoso
2ª Evaluación	Taller Rugby	IES Alfonso X	3º ESO	Desarrollo de contenidos del currículo	Carolina Fructuoso
2ª Evaluación	Patinaje y Escalada	Centro comercial Thader	2º ESO	Desarrollo de contenidos del currículo	Ana Rivas
3º Evaluación	Jornada de igualdad y deporte	IES Alfonso X e IES La Flota	2º ESO	Desarrollo de contenidos del currículo	Juan Enrique Bernal
1º evaluación	Asistencia a partido de puertas abiertas	Palacio de los Deportes Murcia	ESO	Desarrollo de contenidos del currículo	Ana Rivas y Jordi Molina.
2ª evaluación	Taller Ayuntamiento de Murcia: ONCE. Jornada puerta abiertas.	ONCE Murcia	2º ESO	Desarrollo de contenidos del currículo	Ana Rivas
2ª evaluación	Taller Balonmano	IES Alfonso X	1º y 2º ESO	Desarrollo de contenidos del currículo	Antonio Carrasco

Evaluación	Actividad	Lugar	Nivel/Grupos	Objetivos	Profesor responsable
3º Evaluación	Olimpiada Intercentro	Colegio de San Jorge	1º ESO	Desarrollo de contenidos del currículo	Juan Gomariz y Jordi Molina.
2ª Evaluación	Senderismo	Parque natural El Valle	1º ESO	Desarrollo de contenidos del currículo	Antonio Carrasco

7. CONCRECCIÓN DE LOS ELEMENTOS TRANSVERSALES

En el proceso de enseñanza aprendizaje se fomentará:

- La educación emocional y en valores:

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

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

- El estudio del desarrollo sostenible y el medio ambiente, las situaciones de riesgo derivadas de la inadecuada utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación, la competencia digital, la comunicación audiovisual, el emprendimiento social y empresarial, el fomento del espíritu crítico y científico, la creatividad, la formación estética, la educación para la salud, la comprensión lectora y la expresión oral y escrita.

8. ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO

Los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias específicas y el logro de los objetivos de la etapa, serán los criterios de evaluación en relación con los saberes básicos, mencionados en el punto dos de esta programación docente.

Los **instrumentos** para evaluar los criterios de evaluación figuran en el apartado dos de esta programación docente.

Los criterios que no puedan ser evaluados según el programa por falta de tiempo, debido a imprevistos meteorológicos o de cualquier otro tipo, se evaluarán con trabajos escritos.

Los **criterios de calificación y promoción** serán los siguientes:

a) Se realizarán tres evaluaciones ordinarias por curso. Para aprobar cada una de las evaluaciones, será necesario obtener, al menos, un 50% de la puntuación asignada para cada una de las evaluaciones. Al final del curso será necesario obtener **50 puntos** de un total de **100 puntos**, tal como se refleja en el cuadro de cada curso que aparece en el apartado dos.

b) La nota de la evaluación, se calculará sumando las calificaciones obtenidas en los diferentes criterios de evaluación, correspondientes a dicha evaluación.

c) **Evaluación del alumnado con necesidad de adaptaciones de la práctica física por causas médicas**.

Cuando algún criterio no pueda ser evaluado con los instrumentos de evaluación previstos, por motivos justificados de salud del alumno, se procederá de la siguiente manera:

Los alumnos/as, deberán acreditar su grado de exención permanente o transitoria, mediante certificado médico que justifique sus limitaciones físicas, determinando el departamento aquellas actividades a realizar para obtener una evaluación acorde a sus circunstancias personales. Estos alumnos/as, siempre que les sea posible, estarán presentes en las sesiones de clase, para atender las explicaciones del profesor y poder así realizar aquellas tareas que este considere oportuno. Realizarán, además, pruebas escritas y/o elaborarán trabajos, relacionados con los contenidos de la materia, que sustituyan a la parte práctica de la asignatura.

Los alumnos que tengan **pendiente** de aprobar la asignatura de **Educación Física** de cursos anteriores, podrán superarla de la siguiente forma: si aprueban cada trimestre los criterios de evaluación de las unidades didácticas del temario del curso en que se encuentran, se considerarán aprobadas las competencias del curso anterior. El profesor (del alumno con la asignatura pendiente) en el nuevo curso, será el encargado de realizar el seguimiento correspondiente. En caso de que el alumno no supere los criterios del nuevo curso, se le realizarán una serie de pruebas en la convocatoria de mayo, dispuesta a este fin. Dichas pruebas serán:

- Prueba escrita sobre contenidos de la materia desarrollados durante el curso pendiente.
- Realización de las pruebas físicas y de expresión corporal establecidas para el curso pendiente.
- Test de habilidades deportivas sobre aquellos deportes practicados en el curso pendiente.
- Elaboración de aquellos trabajos relacionados con la materia, establecidos por el departamento para estos casos.

9. ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE

Evaluar el proceso de enseñanza aprendizaje es muy aconsejable y necesario para mejorar la calidad del sistema educativo. Mediante el control del mismo podremos conocer qué ha favorecido el proceso de aprendizaje y qué cambios o mejoras podríamos hacer.

Además, es necesario que el alumno participe en todo este proceso a través de la ***autoevaluación y coevaluación*** para ello ofreceremos a los alumnos cuestionarios que recojan sus opiniones sobre diversos aspectos (objetivos y actividades planteados, recursos utilizados, intervención del profesor, cooperación y coordinación entre el grupo, utilización adecuada de los recursos por el grupo entre otros) tomando el profesor las medidas oportunas.

Por ello se considera imprescindible hacer un seguimiento de los siguientes aspectos:

- Adecuación de los objetivos didácticos y de los contenidos seleccionados.
- Adecuación de la secuencia y temporalización de las actividades al ritmo de aprendizaje del grupo.
- Adecuación de los materiales a los objetivos marcados.
- Adecuación de los instrumentos de evaluación utilizados.
- Valorar el ambiente de trabajo en clase.

Para realizar la evaluación de los mismos disponemos de varios métodos:

- Analizar la información de la evaluación de los alumnos.
- Recoger en un diario o cuaderno de clase el funcionamiento concreto de la programación.
- Realizar una encuesta a los alumnos sobre el proceso de enseñanza
- Evaluación propia o externa.

La evaluación del proceso de enseñanza es conveniente realizarla de forma continua, mediante el seguimiento de la programación en las reuniones de departamento. Para ello se utilizará el modelo acordado en el centro.

DEPARTAMENTO DIDÁCTICO	EDUCACIÓN FÍSICA	
EVALUACIÓN	SEGUNDA	
COORDINACIÓN DOCENTE	Reuniones de departamento realizadas	
	Principales acuerdos pedagógicos adoptados	
	Valoración sobre la metodología y los materiales y recursos didácticos utilizados	
AJUSTE DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE	¿Se ha ajustado a lo previsto en todos los grupos de los mismos cursos de la etapa?	
	Diferencias producidas entre los diferentes por grupos de los mismos cursos de la etapa. Posible causas de las diferencias detectadas	
	Grado de consecución de los objetivos y contenidos programados (Alto – Medio – Bajo)	
	Adecuación de las medidas para estimular hábitos de lectura	
	Uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación	

CONSECUCIÓN DE LOS ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	Grado de consecución por los alumnos de los estándares de aprendizaje (Alto – Medio – Bajo). Análisis de las diferencias detectadas	
	Valoración de los procedimientos de evaluación utilizados y sobre los criterios de evaluación y calificación sobre los estándares evaluados	
DISCIPLINA Y ABSENTISMO ESCOLAR	Valoración sobre la disciplina y el absentismo escolar	
RENDIMIENTO ACADÉMICO ALUMNADO	Valoración del rendimiento académico del alumnado. Dificultades detectadas en el proceso del aprendizaje y posibles soluciones	
	Medidas adoptadas para mejorar el rendimiento del alumnado	
	Grado de consecución de las competencias (Alto – Medio – Bajo)	
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	Atención a la diversidad: adecuación y eficacia de las adaptaciones realizadas al alumnado con dificultades de aprendizaje, balance de las actividades de refuerzo y seguimiento del alumnado con materias pendientes	
	Realización de apoyos y refuerzos para los alumnos que lo han necesitado	
OTROS ASPECTOS A VALORAR. PLANES DE MEJORA, EN SU CASO RESULTADOS DE EVALUACIONES EXTERNAS, SI PROCEDE	Datos cuantitativos por grupos	
	Diferencias producidas entre los diferentes por grupos del mismo curso de la etapa. Posibles causas de las diferencias detectadas	

10. MEDIDAS PREVISTAS PARA EL FOMENTO DE LA LECTURA Y DE LA MEJORA DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA

Durante la semana en que se celebra el día del libro (23 de abril) se dedicará una de las dos sesiones semanales de la materia a la lectura de publicaciones relacionadas con la actividad física.

11. Programa de Enseñanza en lenguas extranjeras español-francés

A.N.L.: EDUCACIÓN FÍSICA

PROFESORA: Dña. Carolina Fructuoso Alemán

La asignatura de Educación Física, formará parte del programa de secciones bilingües español - francés, en calidad de A.N.L. (asignatura no lingüística), durante el presente curso, impartiéndose en los niveles de **3º de ESO (1 grupo**) y **4º de ESO (1 grupo)**
El currículo oficial de la asignatura de educación física no se alterará en ningún momento por esta circunstancia, si bien, tanto a nivel didáctico y metodológico, como a nivel de materiales y recursos, se introducirán las medidas necesarias para la consecución añadida de los objetivos del programa.

1. **OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE LA A.N.L.**

- Consolidar el hábito de escuchar, comprender y reproducir expresiones propias de la lengua francesa en las clases de Educación Física.

- Colaborar en el desarrollo de las competencias lingüísticas del alumnado, en base a la consecución de un dominio a nivel oral y escrito, del lenguaje específico de la asignatura de Educación Física:

En este sentido, para **3º y 4º de ESO** será destacable la insistencia en desarrollar el aprendizaje de vocabulario y expresiones, inherentes al desarrollo del bloque de contenidos de "Educación Física y Salud", donde se incidirá en el dominio del vocabulario necesario para dirigir un calentamiento completo y para la realización de los ejercicios motrices más comunes, que se repiten como parte fundamental de la asignatura a lo largo de todo el curso. En el bloque de "Juegos y Deportes" se introducirán las expresiones más comunes del juego deportivo en general. Se pretende consolidar el vocabulario de los bloques de contenidos de "Educación Física y Salud" (calentamiento específico, cualidades físicas, lesiones deportivas y relajación) y "Juegos y Deportes" (baloncesto, voleibol, béisbol, y fútbol). De este modo, el uso de la lengua francesa, como vehículo de comunicación con los alumnos, oscilará entre un 50% y un 75% del total del proceso de aprendizaje.

2. **DIDÁCTICA Y METODOLOGÍA.**

Teniendo en cuenta que los alumnos de 3º y 4º de E.S.O. ya gozan de un nivel fluido en el habla francesa, se utilizará un sistema mixto en el uso del lenguaje oral, en el que cada día se añadirán términos y expresiones técnicas nuevas en francés, que se irán repitiendo en todas las sesiones posteriores para consolidar su aprendizaje. Una vez que los alumnos hayan interiorizado el uso de un vocabulario técnico básico de cada uno de los bloques, a nivel oral, pasaremos al análisis de ciertos textos escritos relacionados con los contenidos de los bloques tratados. Así, en la tercera evaluación, será posible sistematizar el uso del francés oral en todas las clases.

3. **MATERIALES Y RECURSOS.**

Específicos de francés:
- Apuntes del profesor traducidos al francés.

- Colección de libros "Il etait une foie la vie".
- Enciclopedia "Sports" en formato C.D.
- Diccionarios Español -francés.
- Diversos DVD de la "Collection Fitness Zone" (Aerobic, La Méthode Pilates, Stretching).
- Artículos de revistas de divulgación científica ("Mon Quotidien", "Gym Practique"...)
- Páginas de Internet

Generales:

- Instalaciones y materiales deportivos del departamento de educación física.
- Apuntes del profesor.

12. Programa de Enseñanza en lenguas extranjeras español-inglés

PROGRAMA DE SECCIÓN BILINGÜE ESPAÑOL - INGLÉS
PARA 1º Y 2º DE E.S.O. CURSO 2023/2024

A.N.L.: EDUCACIÓN FÍSICA

PROFESORES: ANTONIO CARRASCO SEVILLA y JUAN GOMARIZ GUILLÉN

La asignatura de Educación Física, formará parte del programa de secciones bilingües español-inglés, en calidad de A.N.L. (Asignatura no lingüística), durante el presente curso 2023/2024, impartiéndose en los niveles de 1º de ESO (tres grupos: 1º AB, 1º CD y 1º EF), 2º de ESO (2 grupos: 2º CD y 2º EF), 3º ESO (3 grupos: 3º B, 3º CE y 3 º FG), 4º ESO (3 grupos: 4ºA, 4º BC y 4º DE) y 1º de Bachillerato (dos grupos: 1º Bach CIEN y 1º Bach E).

El currículo oficial de la asignatura de educación física no se alterará de forma significativa. Se seguirán los mismos contenidos de la programación didáctica del departamento si bien, se podrán incluir algunos contenidos que hagan referencia a la práctica deportiva propia de la cultura anglosajona. A nivel didáctico y metodológico, como a nivel de materiales y recursos, se introducirán las medidas necesarias para la consecución añadida de los objetivos del programa. Se facilitará material didáctico teórico al alumnado, por parte del profesorado de la materia. Para ello se utilizarán plataformas digitales de enseñanza.

4. OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE LA A.N.L.

- Consolidar el hábito de escuchar, comprender y reproducir expresiones propias de la lengua inglesa en las clases de Educación Física.

- Colaborar en el desarrollo de las competencias lingüísticas del alumnado, en base a la consecución de un dominio a nivel oral y escrito, del lenguaje específico de la asignatura de Educación Física.

Para los niveles de 1º y 2º de ESO, será destacable la insistencia en desarrollar el aprendizaje de vocabulario y expresiones, inherentes al desarrollo de los contenidos relacionados con el cuerpo humano, donde se incidirá en el dominio del vocabulario necesario para dirigir un calentamiento completo y para la realización de los ejercicios motrices más comunes, que se repiten como parte fundamental de la asignatura a lo largo de todo el curso. En los contenidos referentes a juegos y deportes se introducirán las expresiones más comunes del juego deportivo en general. Se pretende consolidar el vocabulario de los contenidos referidos a educación física y salud (calentamiento específico, cualidades físicas, lesiones deportivas y relajación). De este modo, el uso de la lengua inglesa, como vehículo de comunicación con los alumnos, oscilará entre un 50% y un 75% del total del proceso de aprendizaje.

5. DIDÁCTICA Y METODOLOGÍA.

Para 1º de ESO: Una vez que los alumnos hayan interiorizado el uso de un vocabulario técnico básico de cada uno de los bloques, a nivel oral, pasaremos al análisis de ciertos textos escritos relacionados con los contenidos de los bloques tratados. Así, en la tercera evaluación, será posible sistematizar el uso del inglés oral en todas las clases.

6. MATERIALES Y RECURSOS.

- Materiales didácticos escritos elaborados por los profesores.
- Material audiovisual en inglés para las clases prácticas y como tareas a realizar por el alumnado en casa.
- Páginas de Internet
- Contaremos con el apoyo de un auxiliar de lengua inglesa asignado a nuestro centro. Para 1º y 2º de la E.S.O. su asistencia será de cuatro veces al mes con cada grupo. Su papel es dirigir la sesión práctica, con el apoyo y supervisión del profesor correspondiente, utilizando el idioma inglés en un 100%.

DE SECCIÓN BILINGÜE ESPAÑOL - INGLÉS
PARA 3º Y 4º DE E.S.O. CURSO 2023/2024

A.N.L.: EDUCACIÓN FÍSICA

PROFESORES: ANTONIO CARRASCO SEVILLA Y JUAN GOMARIZ GUILLÉN

La asignatura de Educación Física, formará parte del programa de secciones bilingües español-inglés, en calidad de A.N.L. (Asignatura no lingüística), durante el presente curso 2023/2024, impartiéndose en los niveles de 1º de ESO (tres grupos: 1º AB, 1º CD y 1º EF), 2º de ESO (2 grupos: 2º CD y 2º EF), 3º ESO (3 grupos: 3º B, 3º CE y 3º FG), 4º ESO (3 grupos: 4ºA, 4º BC y 4º DE) y 1º de Bachillerato (dos grupos: 1º Bach CIEN y 1º Bach E).

El currículo oficial de la asignatura de educación física no se alterará de forma significativa. Se seguirán los mismos contenidos de la programación didáctica del departamento si bien, se podrán incluir algunos contenidos que hagan referencia a la práctica deportiva propia de la cultura anglosajona. A nivel didáctico y metodológico, como a nivel de materiales y recursos, se introducirán las medidas necesarias para la consecución añadida de los objetivos del programa. Se facilitará material didáctico teórico al alumnado, por parte del profesorado de la materia. Para ello se utilizarán plataformas digitales de enseñanza.

7. OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE LA A.N.L.

- Consolidar el hábito de escuchar, comprender y reproducir expresiones propias de la lengua inglesa en las clases de Educación Física.

- Colaborar en el desarrollo de las competencias lingüísticas del alumnado, en base a la consecución de un dominio a nivel oral y escrito, del lenguaje específico de la asignatura de Educación Física.

Para 3º Y 4º de ESO, se seguirá insistiendo en la consolidación del vocabulario adquirido en niveles anteriores y profundizará en nuevos contenidos más específicos relacionados con el deporte y la salud. Un componente nuevo será el relacionado con el papel del deporte en la sociedad. Los alumnos avanzarán en su destreza lingüística, dirigiendo sesiones o actividades en grupo en las que utilizarán la lengua inglesa como medio de comunicación. El uso de la misma será de un 80% aproximadamente.

8. DIDÁCTICA Y METODOLOGÍA.

Teniendo en cuenta que los alumnos de 3º Y 4º de E.S.O. ya gozan de un nivel fluido en el habla inglesa, se utilizará un sistema basado en el uso mayoritario de este idioma en el lenguaje oral, en el que se añadirán términos y expresiones técnicas nuevas en inglés, que se irán repitiendo en todas las sesiones posteriores para consolidar su aprendizaje. Los alumnos recibirán los contenidos teóricos en inglés, siendo durante el desarrollo de las sesiones teóricas cuando se resuelvan las dudas surgidas sobre el significado de palabras que no conozcan.

9. MATERIALES Y RECURSOS.

- Materiales didácticos escritos elaborados por los profesores.
- Material audiovisual en inglés para las clases prácticas y como tareas a realizar por el alumnado en casa.
- Páginas de Internet
- Contaremos con el apoyo de un auxiliar de lengua inglesa asignado a nuestro centro. Para los grupos de 3º Y 4º de la ESO su asistencia será de cuatro veces al mes con cada grupo. Su papel es dirigir la sesión práctica, con el apoyo y supervisión del profesor correspondiente, utilizando el idioma inglés en un 100%.

13. Programa de Enseñanza en FP BÁSICA

INTRODUCCIÓN

El desarrollo curricular del ámbito de las Ciencias Aplicadas en los ciclos formativos de grado básico responde a los propósitos pedagógicos de estas enseñanzas: en primer lugar, facilitar la adquisición de las competencias de la Educación Secundaria Obligatoria a través de la integración de las competencias específicas, criterios de evaluación y saberes básicos de las materias Matemáticas Aplicadas, Ciencias Aplicadas y Educación Físico-Deportiva en un mismo ámbito; en segundo lugar, contribuye al desarrollo de competencias para el aprendizaje permanente a lo largo de la vida, con el fin de que el alumnado pueda proseguir sus estudios en etapas postobligatorias.
Referente legal: Decreto n.º 158/2023 de 25 de mayo, por el que se modifica el decreto 12/2015 de 13 de febrero, por el que se establecen las condiciones de implantación de la formación profesional básica y el currículo.

Programación de Educación Físico-Deportiva

Competencias específicas

La materia de Educación Físico- deportiva contribuye al desarrollo de la competencia específica 4.
"Analizar los efectos de determinadas acciones cotidianas o del entorno profesional sobre la salud, el medio natural y social, basándose en fundamentos científicos, para valorar la importancia de los ámbitos que mejoran la salud individual y colectiva, evitan o minimizan los impactos medioambientales negativos y son compatibles con un desarrollo sostenible".

Esta competencia se contempla desde un planteamiento de la actividad física y deportiva de carácter integrador, dirigido a la aplicación de los saberes adquiridos para que el alumnado consiga un desarrollo personal satisfactorio, el ejercicio de la ciudadanía activa y la participación en el aprendizaje permanente a

lo largo de la vida. Además, integra conocimientos y habilidades transversales como el trabajo en equipo, el juego limpio y el respeto a las normas. La competencia específica de la materia se vincula directamente con los siguientes descriptores de las ocho competencias clave definidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica: STEM5, CD4, CPSAA2, CC4.

Criterios de evaluación

Relativos a la Competencia Específica 4.
4.1 Evaluar los efectos de determinadas acciones individuales sobre el organismo y el medio natural, proponiendo hábitos saludables y sostenibles basados en los conocimientos adquiridos y la información disponible.
4.2 Relacionar con fundamentos científicos la preservación de la biodiversidad, la conservación del medio ambiente y la protección de los seres vivos del entorno con el desarrollo sostenible y la calidad de vida.

Saberes básicos

1º CURSO

A. El cuerpo humano y la salud.
- Los hábitos saludables (prevención del consumo de drogas legales e ilegales, postura adecuada, autorregulación emocional, dieta equilibrada, uso responsable de los dispositivos tecnológicos, ejercicio físico e higiene del sueño, entre otros): argumentación científica sobre su importancia.
- Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.
- Salud mental: la actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

*(Estos saberes están Incluidos en **U.D. 1**)*

B. Actividades físico-deportivas individuales en medio estable:
- Aspectos reglamentarios y técnicos de las modalidades y habilidades practicadas.
- Aspectos preventivos: calentamiento específico en las actividades físicas y deportivas practicadas para cada modalidad, indumentaria, materiales, práctica de actividades por niveles de destreza, actividades de recuperación y estiramientos.

*(Estos saberes están Incluidos en **U.D. 2**)*

C. Actividades de adversario, deportes de palas y raquetas:
- Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades físicas y motrices implicadas
- Estrategias y reglamento de juego.
- Los deportes de raqueta como actividad recreativa para el tiempo de ocio.

*(Estos saberes están Incluidos en **U.D. 3**)*

D. Actividades de colaboración-oposición:
- Habilidades específicas del deporte practicado. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.

- Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades físicas implicadas.
- Estímulos relevantes en el deporte practicado que condicionan la conducta motriz.

*(Estos saberes están Incluidos en **U.D. 4**)*

E. Actividades en medio no estable:

- Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de actividades físicas y deportivas.
- Equipamiento básico para la realización de actividades en función de la duración, características y condiciones de las mismas.
- La meteorología como factor a tener en cuenta para preparar o realizar actividades en el medio natural.
- Posibilidades del centro, del entorno urbano y el entorno natural próximo para la realización de actividades físicas y deportivas. Conductas destinadas al cuidado y conservación del entorno que se utiliza

*(Estos saberes están Incluidos en **U.D. 5**)*

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º FP BÁSICA		
1ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
UD 1	Actividad física orientada a la salud: Bases para un plan de mejora de las capacidades físicas	1
UD 2	Apreciación y desarrollo de las capacidades físicas	4
UD 4	Situaciones motrices de colaboración-oposición: deportes colectivos	4
2ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
UD 1	Actividad física orientada a la salud: Alimentación, relajación, respiración, postura	1
UD 4	Situaciones motrices de colaboración-oposición: deportes colectivos	3
UD 2	Apreciación y desarrollo de las capacidades físicas	2
UD 3	Palas y Raquetas	2
	3ª EVALUACIÓN	Nº SESIONES
UD 5	Actividad Física en entorno natural: Actividades náuticas	1
UD 2	Apreciación y desarrollo de las capacidades físicas	2
UD 3	Palas y Raquetas	3
UD 4	Situaciones motrices de colaboración-oposición: deportes colectivos	3

Esta secuenciación y temporalización de los contenidos estará sujeta a las modificaciones que crea oportunas el Departamento de Educación Física, y en su caso el profesor responsable de llevarla a cabo, atendiendo a los siguientes criterios:

- Coordinación entre grupos y niveles educativos, para evitar coincidencias y poder realizar un uso más eficaz del material y las instalaciones.
- Atención a las características particulares de cada grupo.
- Falta de sesiones debido a ausencias del grupo por asistencia o realización de actividades complementarias y extraescolares.
- Como consecuencia de problemas meteorológicos que impidan su normal desarrollo de las sesiones planificadas.

TEMPORALIZACIÓN Y CALIFICACIÓN DE LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SABERES BÁSICOS EN RELACIÓN A LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1º F P BÁSICA COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS	INSTRUMENTOS 1ª/2ª/3ª eval.	1ª EVALUACIÓN 30%	2ª EVALUACIÓN 30%	3ª EVALUACIÓN 40%	FINAL
4. Analizar los efectos de determinadas acciones cotidianas o del entorno profesional sobre la salud, el medio natural y social, basándose en fundamentos científicos, para valorar la importancia de los ámbitos que mejoran la salud individual y colectiva, evitan o minimizan los impactos medioambientales negativos y son compatibles con un desarrollo sostenible Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CD4, CPSAA2, CC4	**4.1**. Evaluar los efectos de determinadas acciones individuales sobre el organismo y el medio natural, proponiendo hábitos saludables y sostenibles basados en los conocimientos adquiridos y la información disponible.	**a**.-El cuerpo humano y la salud **b**-Actividades físico-deportivas en medio estable **c**-Actividades de adversario **d**-Actividades de colaboración-oposición	• Observación act. de clase **10 /10 /10** • Test condición física **10 /10/ 5** • Prueba físico-deportiva **10/ 10/ 10**	UD.1. Actividad física y salud 5 UD.2. Desarrollo de las capacidades físicas 10 UD.4. Deportes colectivos 15	UD.1. Actividad física y salud 5 UD.2. Desarrollo de las capacidades físicas 10 UD.4. Deportes colectivos 10 UD. 3. Palas y raquetas 5	UD. 3. Palas y raquetas 10 UD.4. Deportes colectivos 10 UD.2. Desarrollo de las capacidades físicas 5	85%
	4.2 Relacionar con fundamentos científicos la preservación de la biodiversidad, la conservación del medio ambiente y la protección de los seres vivos del entorno con el desarrollo sostenible y la calidad de vida. .	**a**-El cuerpo humano y la salud **e**-Actividades en medio no estable	• Observación act. de clase **10** • Prueba físico-deportiva 5			**U.D. Actividad física en entorno natural: Orientación y actividades náuticas** 15	15%
TOTAL				**TOTAL 30**	**TOTAL 30**	**TOTAL 40**	**100**

2º CURSO

A. Actividades físico-deportivas individuales en medio estable:
- Capacidades físicas y motrices implicadas
- Aspectos reglamentarios y técnicos de las modalidades y habilidades practicadas.
- Aspectos preventivos: calentamiento específico en las actividades físicas y deportivas practicadas para cada modalidad, indumentaria, materiales, práctica de actividades por niveles de destreza, actividades de recuperación y estiramientos.

*(Estos saberes están Incluidos en **U.D. 1 y 3**)*

B. Actividades de adversario:
- Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios.
- Respeto y aceptación de las normas reglamentarias.
- Autocontrol ante las situaciones de contacto físico.

*(Estos saberes están Incluidos en **U.D. 2**)*

C. Actividades de colaboración-oposición:
- Habilidades específicas. Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes.
- Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas.
- Planificación y realización de actividades físicas y deportivas o proyectos en el centro (torneos, talleres, competiciones…).

(Estos saberes están Incluidos en U.D. 2, 4 y 6)

D. Actividades en medio no estable:
- Realización de actividades organizadas en el entorno escolar o en medio natural con especial atención a la seguridad de uno mismo y de los demás.
- Sensibilización y compromiso en el respeto y cuidado del entorno natural.

*(Estos saberes están Incluidos en **U.D. 5**)*

E. Actividades deportivas de carácter lúdico recreativo: juegos y deportes alternativos.
- Práctica de juegos y actividades de carácter individual y grupal con diferentes materiales.
- Respeto, adecuación y adaptación a las reglas de juego.

*(Estos saberes están Incluidos en **U.D. 6**)*

F. El cuerpo humano y la salud.
- Medidas preventivas en las actividades físicas y deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, adaptación de materiales y condiciones de práctica.
- Los primeros auxilios. Principios básicos de actuación. Identificación de situaciones de emergencia.
- Primeras actuaciones ante las lesiones más comunes en la práctica de actividades físicas y deportivas.

*(Estos saberes están Incluidos en **U.D. 1 y 3)***

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º FP BÁSICA		
	1ª EVALUACIÓN	Nº SESIONES
UD 1	Actividad física orientada a la salud: Bases para un plan de mejora de las capacidades físicas	4
UD 2	Situaciones motrices de colaboración-oposición: deportes colectivos	4
UD 3	Apreciación y desarrollo de las capacidades físicas	1
	2ª EVALUACIÓN	Nº SESIONES
UD 1	Actividad física orientada a la salud: Alimentación, relajación, respiración, postura	3
UD 4	Situaciones motrices de colaboración-oposición: deportes de raqueta	4
UD 3	Apreciación y desarrollo de las capacidades físicas	1
	3ª EVALUACIÓN	Nº SESIONES
UD 5	Actividad Física en entorno natural.	3
UD 6	Juegos y deportes alternativos	2

Esta secuenciación y temporalización de los contenidos estará sujeta a las modificaciones que crea oportunas el Departamento de Educación Física, y en su caso el profesor responsable de llevarla a cabo, atendiendo a los siguientes criterios:

- Coordinación entre grupos y niveles educativos, para evitar coincidencias y poder realizar un uso más eficaz del material y las instalaciones.
- Atención a las características particulares de cada grupo.
- Falta de sesiones debido a ausencias del grupo por asistencia o realización de actividades complementarias y extraescolares.
- Como consecuencia de problemas meteorológicos que impidan su normal desarrollo de las sesiones planificadas.

TEMPORALIZACIÓN Y CALIFICACIÓN DE LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SABERES BÁSICOS EN RELACIÓN A LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

2º F P BÁSICA COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS	INSTRUMENTOS 1ª/2ª/3ª eval.	1ª EVALUACIÓN 35%	2ª EVALUACIÓN 35%	3ª EVALUACIÓN 30%	FINAL
4. Analizar los efectos de determinadas acciones cotidianas o del entorno profesional sobre la salud, el medio natural y social, basándose en fundamentos científicos, para valorar la importancia de los ámbitos que mejoran la salud individual y colectiva, evitan o minimizan los impactos medioambientales negativos y son compatibles con un desarrollo sostenible Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CD4, CPSAA2, CC4	**4.1**. Evaluar los efectos de determinadas acciones individuales sobre el organismo y el medio natural, proponiendo hábitos saludables y sostenibles basados en los conocimientos adquiridos y la información disponible.	**a**.-El cuerpo humano y la salud **b**-Actividades físico-deportivas en medio estable **c**-Actividades de adversario **d**-Actividades de colaboración-oposición	• Observación act. de clase **10 /10 /10** • Test condición física **10 /10/ 5** • Prueba físico-deportiva **10/ 10/ 10**	UD.1. Actividad física y salud 10 UD.2. Situaciones motrices deportes colectivos 15 UD.3. Apreciación y desarrollo de las capacidades físicas 10	UD.1. Actividad física y salud 10 UD.3. Apreciación y desarrollo de las capacidades físicas 10 UD.4. Deportes de raqueta 15	UD.6. Juegos y deportes alernativos 15	**85%**
	4.2 Relacionar con fundamentos científicos la preservación de la biodiversidad, la conservación del medio ambiente y la protección de los seres vivos del entorno con el desarrollo sostenible y la calidad de vida. .	**a**-El cuerpo humano y la salud **e**-Actividades en medio no estable	• Observación act. de clase **10** • Prueba físico-deportiva 5			**UD. 5. Medio Natural** 15	**15%**
TOTAL				**TOTAL 35**	**TOTAL 35**	**TOTAL 30**	**100**

PROGRAMACIÓN DOCENTE DE EDUCACIÓN FÍSICA

- PRIMER CURSO DE BACHILLERATO

Curso escolar: 2023/2024
Centro: IES ALFONSO X EL SABIO
Localidad: MURCIA

1. INDICE DE CONTENIDOS

INDICE DE CONTENIDOS 53

1. REFERENTE LEGAL 54

2. ORGANIZACIÓN, DISTRIBUCIÓN Y SECUENCIACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS EN CADA UNO DE LOS CURSOS QUE CONFORMAN LA ETAPA 54

3.DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS. SITUACIONES DE APRENDIZAJE 62

4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD 63

5.MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS 64

6. RELACIÓN DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES PARA EL CURSO ESCOLAR……64

7.CONCRECIÓN DE LOS ELEMENTOS TRANSVERSALES 64

8.ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO 65

9. ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE 66

10.MEDIDAS PREVISTAS PARA EL FOMENTO DE LA LECTURA Y DE LA MEJORA DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA ……70

11. PROGRAMA DE ENSEÑANZAS EN LENGUAS EXTRANJERAS, ESPAÑOL-FRANCÉS……70

12. PROGRAMA DE ENSEÑANZAS EN LENGUAS EXTRANJERAS, ESPAÑOL-INGLÉS……71

9

1. REFERENTE LEGAL

El currículo de Bachillerato viene desarrollado por el ***Real Decreto 251/2022, de 22 de diciembre***, por el que se establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.

2. ORGANIZACIÓN, DISTRIBUCIÓN Y SECUENCIACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS EN CADA UNO DE LOS CURSOS QUE CONFORMAN LA ETAPA

SABERES BÁSICOS INCLUIDOS EN LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

Los saberes básicos aúnan los conocimientos (saber), las destrezas (saber hacer) y las actitudes (saber ser) necesarios para la adquisición de las competencias específicas de esta materia. Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes se desarrollarán en distintas unidades didáctica con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Los bloques de saberes básicos son los siguientes:

A. Vida activa y saludable. *Estos saberes están incluidos en* **UD 1, UD 3.**

– Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas y/o saludables según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.

– Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.

– Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.

B. Organización y gestión de la actividad física. *Estos saberes están incluidos en* ***UD 5, UD6.***

– Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).

– Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.

– Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).

– Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.

– Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín). – Protocolos ante alertas escolares.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices. *Estos saberes están incluidos en* ***UD 1, UD 2, UD 3***

– Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico- deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

– Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.

– Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia y flexibilidad. Sistemas de entrenamiento.

– Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

– Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. *Estos saberes están incluidos en* ***UD 2, UD 6.***

– Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. Ejemplos de deportistas: trayectorias profesionales, hitos y valores.

– Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

– Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.

– Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.

– Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas).

E. Manifestaciones de la cultura motriz. *Estos saberes están incluidos en* ***UD 2 y UD 7****.*

– Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.

– Técnicas específicas de expresión corporal.

– Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico expresiva.

– Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.

– Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia en medios de comunicación.

– Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. *Estos saberes están incluidos en* ***UD 4.***

– Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.

– Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.

– Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad movilidad, seguridad o similares).

– Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.

– Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.

– Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º BACHILLERATO		
1ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
UD 1	Actividad física orientada a la salud: Bases para un plan de mejora de las capacidades físicas y sistemas de entrenamiento.	6
UD 2	Situaciones motrices de colaboración-oposición: deportes colectivos	8
UD 3	Apreciación y desarrollo de las capacidades físicas	7
2ª EVALUACIÓN		Nº SESIONES
UD 1	Actividad física orientada a la salud: Alimentación, relajación, respiración	3
UD 2	Situaciones motrices de colaboración-oposición: deportes colectivos	9
UD 3	Apreciación y desarrollo de las capacidades físicas	8
UD 4	Actividad Física en entorno natural: Actividades náuticas	1
	3ª EVALUACIÓN	Nº SESIONES
UD 5	Primeros auxilios	2
UD 1	Actividad física orientada a la salud: fundamentos posturales	2
UD 6	Planificación, gestión y puesta en práctica de actividad físico-deportiva	3
UD 7	Creación y representación de composiciones corporales	7
UD 2	Situaciones motrices de colaboración-oposición: deportes colectivos	4

Esta secuenciación y temporalización de los contenidos estará sujeta a las modificaciones que crea oportunas el Departamento de Educación Física, y en su caso el profesor responsable de llevarla a cabo, atendiendo a los siguientes criterios:

- Coordinación entre grupos y niveles educativos, para evitar coincidencias y poder realizar un uso más eficaz del material y las instalaciones.
- Atención a las características particulares de cada grupo.
- Falta de sesiones debido a ausencias del grupo por asistencia o realización de actividades complementarias y extraescolares.
- Como consecuencia de problemas meteorológicos que impidan su normal desarrollo de las sesiones planificadas.

TEMPORALIZACIÓN Y CALIFICACIÓN DE LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SABERES BÁSICOS EN RELACIÓN A LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1º BACHILLERATO COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS	INSTRUMENTOS	1ª EVALUACIÓN 30%	2ª EVALUACIÓN 30%	3ª EVALUACIÓN 40%	FINAL
1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	1.1.Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.	A. Vida activa y saludable B. Organización y gestión de la actividad física	• Trabajo 1 planificación y ejecución de act. física 5 • Prueba escrita 5	**U.D. Actividad física orientada a la salud:** **1.** Las capacidades físicas y su sistema de entrenamiento. **2.** Bases para un plan de mejora de la actividad física 5 **3.** Trabajo de Planificación y ejecuc. Act. Fis 5			31 %
	1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.	A. Vida activa y saludable	• Prueba escrita 15 • Observación: valor incluido en criterio 1.1		**U.D. Actividad física orientada a la salud:** **3.** Actividad física y alimentación **4.** La relajación y la respiración 10	**U.D. Actividad física orientada a la salud:** **5.** Fundamentos posturales 5	
Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.	1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.	A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física.	• Prueba escrita 5			**U.D. Primeros auxilios:** Prevención de lesiones y Primeros auxilios. 5	
	1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida	A. Vida activa y saludable D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	• Observación 1	**U.D. Actividad física orientada a la salud:** 1			

	1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.	A. Vida activa y saludable.	• Observación: valor incluido en criterio 1.1	Va incluido en el valor del criterio 1.1.			
2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CPSAA4, CE2, CE3.	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	B. Organización y gestión de la actividad física	• Trabajo planificación y puesta en práctica de act. Físico-deportiva 5			**U.D. Planificación, gestión y puesta en práctica de act. Físico-deportiva** 5	43 %
	2.2.Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptandolas estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	B. Organización y gestión de la actividad física C. Resolución de problemas en situaciones motrices	• Prueba práctica 18	**U.D. Situaciones motrices de colaboración-oposición** 6	**U.D. Situaciones motrices de colaboración-oposición** 6	**U.D. Situaciones motrices de colaboración-oposición** 6	
	2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.	B. Organización y gestión de la actividad física C. Resolución de problemas en situaciones motrices	• Test condición física. 16 • Ficha autoevaluación y seguimiento 4	**U.D. Apreciación y desarrollo de las capacidades físicas** 10	**U.D. Apreciación y desarrollo de las capacidades físicas** 10		
3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el	3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectivade la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	D. Autorregulación emocional e interación social en situaciones motrices. C. Resolución de problemas en situaciones motrices	• Trabajo planificación y puesta en práctica de act. Físico-deportiva 5			**U.D. Planificación, gestión y puesta en práctica de act. Físico-deportiva** 5	
	3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma	D. Autorregulación emocional e interación social en situaciones motrices.	• Observación 7	Valorado en todas las unidades que implican práctica física 3	Valorado en todas las unidades que implican práctica física 2	Valorado en todas las unidades que implican práctica física 2	

fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5, CC3.	coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices					14 %
	3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	D. Autorregulación emocional e interación social en situaciones motrices	• Exposición del Trabajo de planificación y puesta en práctica de act. Físico-deportiva 2			• Exposición del trabajo de planificación y puesta en práctica de act. Físico-deportiva 2	
4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defenderdesde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CPSAA1.2, CC1, CCEC1.	4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria	E. Manifestaciones de la cultura motriz	• Prueba práctica 2			**U.D. Creación y representación de composiciones corporales** 10	10 %
	4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlasante sus compañeros u otros miembros de la comunidad.	E. Manifestaciones de la cultura motriz C. Resolución de problemas en situaciones motrices	• Prueba práctica 8				
5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del	5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de		• Observación 1		**U.D. Actividad física en entorno natural: actividades náuticas**		

entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1.	manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno			1		2 %
	5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.	F. Interación eficiente y sostenible con el entorno	• Observación 1		**U.D. Actividad física en entorno natural: actividades náuticas** 1		
TOTAL				**TOTAL 30**	**TOTAL 30**	**TOTAL 40**	**100**

3. DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS. SITUACIONES DE APRENDIZAJE

Además de los principios y orientaciones metodológicas previstos en el articulado del decreto, la acción docente en la materia de Educación Física tendrá en especial consideración las siguientes recomendaciones:
El enfoque de la materia tiene un carácter integrador e incluye una multiplicidad de funciones: anatómica funcional, cognitiva, expresiva, comunicativa y de bienestar, entre otras.

Se utilizarán metodologías activas, colaborativas y contextualizadas, en las que el alumno sea autónomo y creativo, tales como: trabajo por proyectos, enfrentar a los alumnos con situaciones problema, entre otras. Se pretenderá conseguir una progresiva autonomía para que el alumno sea capaz de planificar de forma reflexiva su propia actividad física en función de sus intereses. Se propiciará el aprendizaje competencial, significativo y reflexivo.

Se tenderá a la individualización de la enseñanza en la medida de lo posible, dando respuesta a la diversidad de los alumnos en cuanto a capacidades, habilidades, motivaciones, intereses, estilos de aprendizaje, etc. Los métodos tendrán en cuenta los diferentes ritmos de aprendizajes del alumnado. Para ello se adaptará la dificultad e intensidad de las tareas propuestas al nivel de capacidad y habilidad detectado en la evaluación inicial.

Las clases tendrán un carácter eminentemente práctico, por lo que se procurará que el aprendizaje se produzca prioritariamente a través del movimiento. Asimismo, se ofrecerán al alumno experiencias positivas y razonadas para asegurar un nivel de motivación suficiente y un aprendizaje significativo que le capacite para realizar un ejercicio físico conveniente e inteligente.

La Educación Física favorecerá y fomentará actitudes como el esfuerzo, la constancia y la auto superación. Promoverá los principios de juego limpio y contribuirá a que se desarrollen en el alumno unos valores éticos que pueda aplicar tanto en el ámbito deportivo como fuera de él. Se favorecerá el pensamiento crítico en relación con el mundo de la actividad física y el deporte como fenómeno social y cultural.

Se prestará especial atención a los principios de respeto, igualdad y coeducación, procurando erradicar todo tipo de estereotipos, prejuicios, comportamientos violentos y discriminatorios, fomentando la aceptación, la participación de todos y el trabajo cooperativo, contribuyendo así a la consecución de las competencias clave.

La organización y control de la sesión se considerará fundamental para garantizar el máximo compromiso motor. La gestión de los espacios, los tiempos y los recursos serán variados y flexibles en función de los objetivos, los alumnos y la dinámica de clase. En este sentido, cuando lo consideren necesario, los profesores podrán impartir sus clases en espacios adyacentes o situados en los aledaños del centro, siempre y cuando se respeten las normas de funcionamiento interno del centro, que exigen la autorización de los padres para tal fin.

Se inculcará la necesidad de realizar actividad física en horario extraescolar.

Se buscará una mayor autonomía en la utilización de los recursos y materiales digitales. Se favorecerá el conocimiento y la familiarización con entornos virtuales de aprendizaje, para que el alumno sepa encontrar, seleccionar, organizar y utilizar información, ampliando así el manejo y dominio de las competencias digitales. Para llegar a la autonomía e independencia en el so de aplicaciones digitales reflexionando sobre su rigor científico y su relación con la salud.

La evaluación será de carácter formativo y cumplirá su función de comprobación de los logros obtenidos. El alumno ha de sentirse partícipe no solo de su propia evaluación, sino de la de sus compañeros y del proceso de enseñanza-aprendizaje. Se tratará de conseguir que el alumno tome parte activa de este proceso a través de experiencias de autoevaluación, evaluación recíproca, reflexión crítica sobre sus desempeños y su propia mejora, así como del propio proceso de enseñanza -aprendizaje, otorgándole roles de observador y evaluador.

Se fomentará la estructura de trabajo cooperativo, en la que los alumnos en pequeños grupos trabajan en un proyecto común, en el que cada cual realiza su contribución particular, ayudándose mutuamente y cuyos resultados van a depender de la capacidad de los miembros del grupo para trabajar juntos en el logro del objetivo.

En este sentido y en base a estas estrategias metodológicas, propiciaremos **situaciones de aprendizaje** que impliquen movilización de aprendizajes previos, desde un enfoque que permita generar experiencias de éxito y actitudes positivas.
A modo de ejemplo, los alumnos, podrán diseñar un proyecto de enseñanza de un deporte practicado en la etapa anterior, en el cual los alumnos asumirán el rol de profesor y evaluador. El proyecto incluirá el diseño de actividades técnico-tácticas a enseñar del deporte elegido, organización de material y espacios en función del número de participantes, organización de un torneo interno y diseño del proceso de evaluación.

De igual modo, podrán crear y diseñar una representación de naturaleza artístico-expresiva con base rítmico-musical, abordando desde sus diferentes niveles de competencia, los distintos roles necesarios en una puesta en escena, director de escena, encargado de attrezzo, escenógrafo, participantes y espectadores, musicalizador, etc.

4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Los alumnos con necesidades educativas especiales, necesidades específicas de apoyo educativo, altas capacidades, etc. contarán, según marca la ley con un plan de actuación personalizado (PAP).

De forma añadida, el profesor ajustará la ayuda pedagógica a las diferentes necesidades del alumno y facilitará recursos y estrategias variadas que permitan dar respuesta a las diversas motivaciones, intereses y capacidades que presenten los alumnos. Por las características propias de nuestra asignatura conformada esencialmente por práctica motriz, la atención a la diversidad se garantiza por la utilización de una metodología que atiende a los distintos ritmos de aprendizaje presentes en el aula, considerando los diferentes niveles de competencia motriz y permitiendo que sean alcanzables por todos los alumnos.

En este sentido:

- Se propondrán ejercicios de dificultad diversa para la misma actividad.
- Se mantendrá una constante atención individual por parte del profesor a los alumnos que lo requieran. Aumentando o disminuyendo el ritmo de introducción de nuevos contenidos y adaptándolos a las necesidades del grupo-clase.
- Se propondrán actividades de refuerzo y de ampliación al finalizar cada evaluación y de acuerdo con los resultados obtenidos por cada alumno.
- Se propondrán trabajos y exposiciones para aquellos alumnos que no puedan realizar algún tipo de actividad física.

En las pruebas escritas de la asignatura y en los siguientes casos, **dislexia, TDH y disortografía,** se tendrá en cuenta:

- Recordar al alumno que revise cada pregunta del examen antes de contestarlo y de entregarlo.
- Facilitar que, en cualquier momento, pueda preguntar o acceder a las instrucciones dadas al comienzo de la prueba.
- Cuidar el formato de los textos escritos y exámenes que se le presenten al alumno, de forma que se le facilite la lectura, evitando la letra acumulada o pequeña
- Procurar realizar exámenes cortos

- Proporcionar tiempo adicional en los ejercicios de evaluación escritos y/o reducir el número de preguntas a contestar.

5. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

Los alumnos no utilizarán libro de texto. El profesor les suministrará apuntes confeccionados por el departamento. Otros materiales y recursos didácticos a utilizar son:

1- Prensa y revistas deportivas: lectura y análisis de artículos.

2- Consulta de webquests, webs, enciclopedias virtuales.

3- Utilización de la pizarra y la pizarra digital.

4- Vídeos relacionados con la materia.

5- Instalaciones y material deportivo

6. RELACIÓN DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES PARA EL CURSO ESCOLAR

Evaluación	Actividad	Lugar	Nivel/Grupos	Objetivos	Profesor responsable
1ª Evaluación	Visita Centro deportivo Forus	Murcia	1º Bachillerato	Desarrollo de contenidos del currículo	Ana Rivas y Juan Gomariz
2ª Evaluación	Taller Primeros Auxilios	IES Alfonso X	1º Bachillerato	Desarrollo de contenidos del currículo	Carolina Fructuoso
3ª Evaluación	Actividades náuticas	La Manga del Mar Menor	1º Bachillerato	Desarrollo de contenidos del currículo	Carolina Fructuoso
3ª Evaluación	Carrera Popular	UMU	1º Bachillerato	Desarrollo de contenidos del currículo	Ana Rivas

7. CONCRECCIÓN DE LOS ELEMENTOS TRANSVERSALES

En el proceso de enseñanza aprendizaje se fomentará:

- La educación emocional y en valores:

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

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

- El estudio del desarrollo sostenible y el medio ambiente, las situaciones de riesgo derivadas de la inadecuada utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación, la competencia digital, la comunicación audiovisual, el emprendimiento social y empresarial, el fomento del espíritu crítico y científico, la creatividad, la formación estética, la educación para la salud, la comprensión lectora y la expresión oral y escrita.

8. ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO

Los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias específicas y el logro de los objetivos de la etapa, serán los criterios de evaluación en relación con los saberes básicos, mencionados en el punto dos de esta programación docente.

Los **instrumentos** para evaluar los criterios de evaluación figuran en el apartado dos de esta programación docente.

Los criterios que no puedan ser evaluados según el programa por falta de tiempo, debido a imprevistos meteorológicos o de cualquier otro tipo, se evaluarán con trabajos escritos.

Los **criterios de calificación y promoción** serán los siguientes:

a) Se realizarán tres evaluaciones ordinarias por curso. Para aprobar cada una de las evaluaciones, será necesario obtener, al menos, un 50% de la puntuación asignada para cada una de las evaluaciones. Al final del curso será necesario obtener **50 puntos** de un total de **100 puntos**, tal como se refleja en el cuadro de cada curso que aparece en el apartado dos.

b) **La nota de la evaluación, se calculará sumando las calificaciones obtenidas en los diferentes criterios de** evaluación, correspondientes a dicha evaluación.

c) **Evaluación del alumnado con necesidad de adaptaciones de la práctica física por causas médicas**.

Cuando algún criterio no pueda ser evaluado con los instrumentos de evaluación previstos, por motivos justificados de salud del alumno, se procederá de la siguiente manera:

Los alumnos/as, deberán acreditar su grado de exención permanente o transitoria, mediante certificado médico que justifique sus limitaciones físicas, determinando el departamento aquellas actividades a realizar para obtener una evaluación acorde a sus circunstancias personales. Estos alumnos/as, siempre que les sea posible, estarán presentes en las sesiones de clase, para atender las explicaciones del profesor y poder así realizar aquellas tareas que este considere oportuno. Realizarán, además, pruebas escritas y/o elaborarán trabajos, relacionados con los contenidos de la materia, que sustituyan a la parte práctica de la asignatura.

d) En el caso de que el alumno, al final del curso, no alcance la calificación mínima de 50 puntos del total de 100, tendrá derecho a la **evaluación extraordinaria** consistente en una prueba en la que se evaluarán mediante prueba escrita y/o física y trabajos, los criterios de evaluación referentes a cada competencia.

e) El alumno que tenga faltas de asistencia injustificadas igual o superior al 30% del total de clases lectivas de la materia, **perderá el derecho a la evaluación continua** y se examinará de una única prueba global extraordinaria en junio, elaborada a partir de los criterios de evaluación referentes a cada competencia La superación de esta prueba supondrá el aprobado en la asignatura**.** Dicha prueba consistirá:

- Prueba escrita sobre contenidos de la materia desarrollados durante el curso.
- Realización de las pruebas físicas y de expresión corporal establecidas para el curso.
- Test de habilidades deportivas sobre aquellos deportes practicados en el curso.
- Elaboración de aquellos trabajos relacionados con la materia establecidos por el departamento para estos casos.

Los alumnos de segundo de Bachillerato que tengan **pendiente** de aprobar la asignatura de Educación Física de primero, podrán superarla realizando una prueba en el mes de mayo, que consistirá en:

- Prueba escrita sobre contenidos de la materia desarrollados durante el curso pendiente:

  Las capacidades físicas y sus sistemas de entrenamiento.

  Bases para un plan de mejora de la actividad física.

  Primeros auxilios.

  Higiene postural en las actividades físicas.

- Realización de las pruebas físicas y de expresión corporal establecidas para el curso pendiente.
- Test de habilidades deportivas sobre aquellos deportes practicados en el curso pendiente.
- Elaboración de aquellos trabajos relacionados con la materia, establecidos por el departamento para estos casos.

9. ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE

Evaluar el proceso de enseñanza aprendizaje es muy aconsejable y necesario para mejorar la calidad del sistema educativo. Mediante el control del mismo podremos conocer qué ha favorecido el proceso de aprendizaje y qué cambios o mejoras podríamos hacer.

Además, es necesario que el alumno participe en todo este proceso a través de la ***autoevaluación y coevaluación*** para ello ofreceremos a los alumnos cuestionarios que recojan sus opiniones sobre diversos aspectos (objetivos y actividades planteados, recursos utilizados, intervención del profesor, cooperación y coordinación entre el grupo, utilización adecuada de los recursos por el grupo entre otros) tomando el profesor las medidas oportunas.

Por ello se considera imprescindible hacer un seguimiento de los siguientes aspectos:

- Adecuación de los objetivos didácticos y de los contenidos seleccionados.
- Adecuación de la secuencia y temporalización de las actividades al ritmo de aprendizaje del grupo.
- Adecuación de los materiales a los objetivos marcados.
- Adecuación de los instrumentos de evaluación utilizados.
- Valorar el ambiente de trabajo en clase.

Para realizar la evaluación de los mismos disponemos de varios métodos:

- Analizar la información de la evaluación de los alumnos.
- Recoger en un diario o cuaderno de clase el funcionamiento concreto de la programación.
- Realizar una encuesta a los alumnos sobre el proceso de enseñanza
- Evaluación propia o externa.

La evaluación del proceso de enseñanza es conveniente realizarla de forma continua, mediante el seguimiento de la programación en las reuniones de departamento. Para ello se utilizará el modelo acordado en el centro.

DEPARTAMENTO DIDÁCTICO	EDUCACIÓN FÍSICA	
EVALUACIÓN	SEGUNDA	
COORDINACIÓN DOCENTE	Reuniones de departamento realizadas	
	Principales acuerdos pedagógicos adoptados	
	Valoración sobre la metodología y los materiales y recursos didácticos utilizados	
AJUSTE DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE	¿Se ha ajustado a lo previsto en todos los grupos de los mismos cursos de la etapa?	
	Diferencias producidas entre los diferentes por grupos de los mismos cursos de la etapa. Posible causas de las diferencias detectadas	
	Grado de consecución de los objetivos y contenidos programados (Alto – Medio – Bajo)	
	Adecuación de las medidas para estimular hábitos de lectura	
	Uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación	

CONSECUCIÓN DE LOS ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	Grado de consecución por los alumnos de los estándares de aprendizaje (Alto – Medio – Bajo). Análisis de las diferencias detectadas	
	Valoración de los procedimientos de evaluación utilizados y sobre los criterios de evaluación y calificación sobre los estándares evaluados	
DISCIPLINA Y ABSENTISMO ESCOLAR	Valoración sobre la disciplina y el absentismo escolar	
RENDIMIENTO ACADÉMICO ALUMNADO	Valoración del rendimiento académico del alumnado. Dificultades detectadas en el proceso del aprendizaje y posibles soluciones	
	Medidas adoptadas para mejorar el rendimiento del alumnado	
	Grado de consecución de las competencias (Alto – Medio – Bajo)	
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	Atención a la diversidad: adecuación y eficacia de las adaptaciones realizadas al alumnado con dificultades de aprendizaje, balance de las actividades de refuerzo y seguimiento del alumnado con materias pendientes	
	Realización de apoyos y refuerzos para los alumnos que lo han necesitado	
OTROS ASPECTOS A VALORAR. PLANES DE MEJORA, EN SU CASO RESULTADOS DE EVALUACIONES EXTERNAS, SI PROCEDE	Datos cuantitativos por grupos	
	Diferencias producidas entre los diferentes por grupos del mismo curso de la etapa. Posibles causas de las diferencias detectadas	

10.) MEDIDAS PREVISTAS PARA EL FOMENTO DE LA LECTURA Y DE LA MEJORA DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA

Durante la semana en que se celebra el día del libro (23 de abril), se dedicará una de las dos sesiones semanales de la materia, a la lectura de publicaciones relacionadas con la actividad física.

11.) PROGRAMA DE ENSEÑANZA EN LENGUAS EXTRANJERAS ESPAÑOL- FRANCÉS

A.N.L.: EDUCACIÓN FÍSICA

PROFESORA: Dña. Carolina Fructuoso Alemán

La asignatura de Educación Física, formará parte del programa de secciones bilingües español - francés, en calidad de A.N.L. (Asignatura no lingüística), durante el presente curso, impartiéndose en el nivel de 1º de Bachillerato (1 grupo).

El currículo oficial de la asignatura de educación física no se alterará en ningún momento por esta circunstancia, si bien, tanto a nivel didáctico y metodológico, como a nivel de materiales y recursos, se introducirán las medidas necesarias para la consecución añadida de los objetivos del programa.

10. OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE LA A.N.L.

- Consolidar el hábito de escuchar, comprender y reproducir expresiones propias de la lengua francesa en las clases de Educación Física.

- Colaborar en el desarrollo de las competencias lingüísticas del alumnado, en base a la consecución de un dominio a nivel oral y escrito, del lenguaje específico de la asignatura de Educación Física:

Para el curso de **1º de Bachillerato**, se pretende que los alumnos afiancen el vocabulario necesario de anatomía y fisiología, para trabajar tanto a nivel práctico como teórico el bloque de contenidos de "condición física y salud" (desarrollo de capacidades físicas, planificación del entrenamiento y nutrición). Así mismo, los alumnos deberán manejar con soltura los términos específicos de los deportes programados (voleibol y korfball) y conseguir un dominio del vocabulario básico de los bloques de contenido de "Habilidades en el medio natural" (actividades acuáticas) y "Ritmo y expresión" (actividades coreográficas). De este modo, el uso de la lengua francesa, como vehículo de comunicación con los alumnos, oscilará entre un 75% y un 80% del total del proceso de aprendizaje.

11. DIDÁCTICA Y METODOLOGÍA ESPECÍFICA.

Los alumnos de 1º de Bachillerato, gozan de un gran dominio en la práctica oral y escrita del idioma, Por esto, se comenzará con un aumento gradual en la utilización de la terminología específica de la materia, para terminar con el uso sistematizado del francés en la práctica y con el trabajo de textos y materiales audiovisuales en lengua francesa.

12. MATERIALES Y RECURSOS.

Específicos de francés:
- Traducción escrita de temas del libro de texto de los alumnos.
- Colección de libros "Il etait une foie la vie".
- Enciclopedia "Sports" en formato C.D.
- Diccionarios Español -francés.
- Diversos DVD de la "Collection Fitness Zone" (Aerobic, La Méthode Pilates, Stretching).

- Artículos de revistas de divulgación científica ("Mon Quotidien", "Gym Practique" …)
- Páginas de Internet

Generales:
- Instalaciones y materiales deportivos del departamento de educación física.
- Apuntes del profesor.

12.) PROGRAMA DE ENSEÑANZA EN LENGUAS EXTRANJERAS ESPAÑOL- INGLÉS

PROGRAMA DE SECCIÓN BILINGÜE ESPAÑOL - INGLÉS PARA 1º DE BACHILLERATO. CURSO 2023/2024

A.N.L.: EDUCACIÓN FÍSICA

PROFESORES: JUAN GOMARIZ GUILLÉN

La asignatura de Educación Física, formará parte del programa de secciones bilingües español -inglés, en calidad de A.N.L. (Asignatura no lingüística), durante el presente curso 2023/2024, impartiéndose en los niveles de 1º de ESO (tres grupos: 1º AB, 1º CD y 1º EF), 2º de ESO (2 grupos: 2º CD y 2º EF), 3º ESO (3 grupos: 3º B, 3º CE y 3º FG), 4º ESO (3 grupos: 4 ºA, 4º BC y 4º DE) y 1º de Bachillerato (dos grupos: 1º Bach CIEN y 1º Bach E).

El currículo oficial de la asignatura de educación física no se alterará de forma significativa. Se seguirán los mismos contenidos de la programación didáctica del departamento si bien, se podrán incluir algunos contenidos que hagan referencia a la práctica deportiva propia de la cultura anglosajona. A nivel didáctico y metodológico, como a nivel de materiales y recursos, se introducirán las medidas necesarias para la consecución añadida de los objetivos del programa. Se facilitará material didáctico teórico al alumnado, por parte del profesorado de la materia. Para ello se utilizarán plataformas digitales de enseñanza.

13. OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE LA A.N.L.

- Consolidar el hábito de escuchar, comprender y reproducir expresiones propias de la lengua inglesa en las clases de Educación Física.

- Colaborar en el desarrollo de las competencias lingüísticas del alumnado, en base a la consecución de un dominio a nivel oral y escrito, del lenguaje específico de la asignatura de Educación Física:

Para el curso de **1º de Bachillerato**, se pretende que los alumnos afiancen el vocabulario necesario de anatomía y fisiología, para trabajar tanto a nivel práctico como teórico el los contenidos referidos a condición física y salud (desarrollo de capacidades físicas, planificación del entrenamiento y nutrición). Así mismo, los alumnos deberán manejar con soltura los términos específicos de los deportes programados y conseguir un dominio del vocabulario básico de los contenidos referidos a las habilidades en el medio natural y ritmo y expresión (actividades coreográficas). De este modo, el uso de la lengua inglesa, como vehículo de comunicación con los alumnos, estará por encima del 80% del total del proceso de aprendizaje. Los alumnos, de forma individualizada, dirigirán sesiones prácticas y/o actividades puntuales a sus compañeros en lengua inglesa.

14. DIDÁCTICA Y METODOLOGÍA.

Los alumnos de **1º de Bachillerato**, gozan de un mayor dominio en la práctica oral y escrita del idioma, Por esto, habrá un uso sistematizado del inglés en la práctica y con el trabajo de textos y materiales audiovisuales en lengua inglesa.

15. MATERIALES Y RECURSOS.

- Materiales didácticos escritos elaborados por los profesores.
- Material audiovisual en inglés para las clases prácticas y como tareas a realizar por el alumnado en casa.
- Páginas de Internet
- Contaremos con el apoyo de un auxiliar de lengua inglesa asignado a nuestro centro. Para Bachillerato su asistencia será de cuatro veces al mes con cada grupo. Su papel es dirigir la sesión práctica, con el apoyo y supervisión del profesor correspondiente, utilizando el idioma inglés en un 100%.