

PROGRAMACIÓN CURRICULAR DE ÁREA

E.S.O. Y BACHILLERATO

**DEPARTAMENTO
DE
EDUCACIÓN FÍSICA**

I.E.S. VALLE DEL AZAHAR

**CURSO 2022 – 2023
2º y 4º ESO (LOMCE)**

Miembros del Departamento:

D. Javier Moreno Morales
D. Raúl D. Garófano Serrano
D. José Antonio Urbaneja Carrasco

ÍNDICE

1.- INTRODUCCIÓN.....	Pág. 4
1.1. JUSTIFICACIÓN	
1.2.- REPARTO DE ASIGNATURA	
2.- CONTEXTO SOCIOEDUCATIVO DEL CENTRO.....	Pág. 8
2.1.- CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO	
2.2.- INSTALACIONES Y RECURSOS DEL CENTRO EN RELACIÓN	
3.- EXPLORACIÓN INICIAL.....	Pág. 12
3.1.- DIAGNÓSTICO	
3.2.- PROPUESTA DE RECONOCIMIENTO MÉDICO	
4.- OBJETIVOS DE AREA.....	Pág. 14
4.1.- OBJETIVOS DE ETAPA ASUMIBLES POR EL DEPARTAMENTO	
4.2.- OBJETIVOS GENERALES DE ÁREA PARA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA	
5.- COMPETENCIAS BÁSICAS.....	Pág. 17
5.1.- EN LA ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA	
5.2. ORIENTACIONES PARA FACILITAR EL DESARROLLO DE ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS QUE PERMITAN TRABAJAR POR COMPETENCIAS EN EL AULA.	
6.- CONTENIDOS DE LA MATERIA Y TEMAS TRANSVERSALES.....	Pág. 21
6.1.- CONTENIDOS PARA LA ESO	
7.- METODOLOGÍA EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.....	Pág. 27
7.1.- ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS ESPECÍFICAS DE LA MATERIA PARA ESO	
7.2.- RECOMENDACIONES DE METODOLOGÍA DIDÁCTICA PARA ESO Y BACHILLERATO (COMÚN A TODAS LAS MATERIAS)	
8.- EVALUACIÓN.....	Pág. 30
8.1.- ¿QUÉ EVALUAR? CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE EVALUABLE.	
8.2.- CRITERIOS BÁSICOS ESTABLECIDOS POR EL DEPARTAMENTO PARA SUPERAR LA MATERIA.	
8.3.- ¿CÓMO EVALUAR? RÚBRICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
8.4.- ¿CUANDO EVALUAR? MOMENTOS PARA EVALUAR.	
8.5.- REFERENTES NORMATIVOS PARA ESO	
8.6.- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	
8.7.- VINCULACIÓN ENTRE CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, COMPETENCIAS ASOCIADAS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.	

9.- ATENCIÓN A ALUMNOS Y ALUMNAS PENDIENTES.....	Pág. 47
9.1.- ALUMNOS REPETIDORES CON LA ASIGNATURA APROBADA EN EL CURSO ANTERIOR	
9.2.- RECUPERACIÓN DE PENDIENTES	
10.- ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	Pág. 48
10.1.- MEDIDAS REFERIDAS A LOS AGRUPAMIENTOS Y ORGANIZACIÓN.	
10.2.- MEDIDAS REFERIDAS A LAS ACTIVIDADES	
10.3.- MEDIDAS REFERIDAS AL ALUMNADO	
11.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES DEL DEPARTAMENTO.....	Pág. 51
12.- MATERIALES Y RECURSOS DIDACTICOS.....	Pág. 56
12.1 MATERIALES	
12.2 RECURSOS DIDÁCTICOS	
13.- PROCEDIMIENTO PARA EL SEGUIMIENTO DE LA PROGRAMACIÓN.....	Pág. 57
14.- PROTOCOLOS DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTES.....	Pág. 58
15. – LECTURAS.....	Pág. 60
16.- BILINGÜISMO.....	Pág. 61
18.1.- CURRÍCULO INTEGRADO.	
18.2.- OBJETIVOS	
18.3.- METODOLOGÍA	

I.- INTRODUCCIÓN

1.1. JUSTIFICACION.

La sociedad actual demanda la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación, aquellos conocimientos, destrezas y capacidades, que se relacionan con el cuerpo y la actividad motriz, contribuyendo de forma armónica al desarrollo personal y a una mejora de la calidad de vida.

Como respuesta a esta demanda social, las acciones educativas orientadas al cuidado del cuerpo, de la salud, de la mejora corporal y de la utilización constructiva del ocio, han de tenerse en cuenta en el área de Educación Física.

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

El desarrollo motor se encuentra vinculado al desarrollo cognitivo. La permanente y progresiva exploración del entorno, las relaciones lógicas que se producen con los objetos, con las personas, con el medio y consigo mismo, favorecen la construcción de nociones topológicas, espaciales y de resolución de problemas en actividades colectivas realizadas en diferentes contextos.

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

El movimiento tiene, además del valor funcional de instrumento, un carácter social que se deriva de sus posibilidades expresivas y del significado que los otros le atribuyen en situaciones de interacción.

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

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

El área de Educación Física se orienta al desarrollo de las capacidades y habilidades instrumentales que perfeccionan y aumentan las posibilidades de movimiento con la intención de profundizar en el conocimiento de la conducta motriz como organización significativa del comportamiento humano, y asumir actitudes, valores y normas relacionados con el cuerpo y la conducta motriz. Ello debe servir para mejorar las posibilidades de acción y de reflexión sobre la finalidad, sentido y efectos de los aspectos motrices de la actividad humana.

Durante esta etapa se producen en el organismo de alumnos y alumnas profundas transformaciones de carácter físico y orgánico. Estos cambios se traducen en una maduración

general del organismo y en la aparición de rasgos sexuales diferenciados. En todas las edades, el desarrollo del cuerpo es importante, pero en esta etapa lo es más ya que el crecimiento físico va vinculado a cambios psíquicos y dicho desarrollo psicofísico implica consecuencias específicas para el tratamiento del área.

Las actitudes e intereses influyen sobre la conducta y constituyen un reflejo de la personalidad del adolescente. En el plano concreto de la actividad física nos encontramos en una etapa crucial de definición y estabilización de sus intereses y sus actitudes, en principio favorables hacia las actividades físicas, por lo que pueden afianzarse en las alumnas y alumnos con directrices didácticas adecuadas.

Respecto a estos intereses generales, hay que señalar el aumento del interés por ser alguien y hacer algo, su interés por la salud, por la creación, por su presencia y atractivo personal y su interés por la incorporación definitiva en los grupos sociales en los que se encuentra. A ello hay que unir la influencia positiva que el ejercicio físico tiene sobre la estética corporal, la influencia sobre las tareas motrices, la adquisición de habilidades y el dominio físico sobre el medio.

La progresiva especificación de las conductas motoras que se va produciendo a medida que se desarrollan las capacidades implicadas, que se han tratado de forma global durante la Educación Primaria, precisa de un tratamiento más correcto en esta etapa. Centrados de igual forma en la educación del cuerpo y movimiento, se toman ambos aspectos desde una perspectiva que contemple una mejora funcional de los factores que inciden sobre los mecanismos de ejecución, de los factores asociados a los mecanismos de control y la reflexión sobre la finalidad, sentido y efectos de la actividad física.

El Juego y el Deporte, son las formas más comunes de entender la actividad física en nuestra sociedad. La práctica deportiva, sin embargo, tal como es socialmente apreciada, se identifica con planteamientos competitivos, selectivos y restringidos a una sola especialidad, que no siempre son compatibles con las intenciones educativas del currículum. Para adquirir un valor educativo, el deporte ha de tener un carácter abierto, centrado en la mejora de las capacidades motrices, de comunicación, socialización, etc. Para ello la participación no debe supeditarse a características del sexo, niveles de habilidad ni otros criterios de discriminación.

Hay que tener en cuenta el carácter terminal que la Educación Secundaria Obligatoria tendrá para muchos alumnos y alumnas. Por ello se concede prioridad al establecimiento de hábitos de educación corporal. Para lograrlo, no es suficiente con habituar a los alumnos a la práctica continuada de actividades físicas, sino que es necesario además vincular esa práctica a una escala de actitudes, valores y normas y al conocimiento de los efectos que ésta, o la ausencia de ésta, tiene sobre el desarrollo personal. En definitiva, se trata de educar ciudadanos responsables de su propio cuerpo y exigentes consigo mismos.

La propuesta general del área evita discriminaciones en función del sexo, paliando las influencias de los actuales estereotipos que asocian el movimiento expresivo y rítmico como propio del sexo femenino, y la fuerza, agresividad y competición como masculinos.

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

El ejercicio físico es fundamental para el desarrollo de las potencialidades de los alumnos, por sus perfectos efectos beneficiosos sobre la salud. Por ello son necesarias acciones educativas para consolidar hábitos duraderos: una correcta alimentación, la defensa del medio ambiente, vida en la naturaleza, descansos apropiados, hábitos de higiene corporal, etc., que incidirán de

forma más favorable en el desarrollo y mejora de la educación de las alumnas y alumnos, que si se hiciera solo con la práctica del ejercicio.

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

El alumnado del I.E.S. Valle del Azahar históricamente ha estado motivado por la práctica de actividad física y deporte como así lo corrobora su participación en el Programa de Deporte en la Escuela, Carrera Feria San Isidro, Jornadas deportivas de convivencia en San Isidro, participación en las Ligas Deportivas de los recreos, actividades extraescolares y complementarias organizadas por el departamento y el gran número de alumnado que forman parte de equipos y clubes deportivos en horario no lectivo.

Si queremos dar una definición de Programación Didáctica, podemos decir que es un tipo de planificación que permite: tomar conciencia de la intencionalidad que preside la intervención didáctica, prever las condiciones más adecuadas para desarrollar los objetivos propuestos, y disponer de criterios para regular todo el proceso.

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

Con la programación didáctica, los profesores sistematizan su trabajo diario previendo, de manera flexible, las tareas a realizar durante el proceso educativo. Es, por tanto, una ayuda para poner en práctica una enseñanza de calidad.

REFERENCIAS NORMATIVAS:

La referencia principal, actualmente, es la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (L.O.M.C.E.). Esta ley no sustituye, sino que modifica el texto de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (L.O.E.).

El Real Decreto que regula el currículo básico en ESO y en Bachillerato es el R.D. 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato.

A nivel autonómico, en Andalucía tenemos como referentes normativos curriculares el Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía y, como última referencia, la Orden de 15 de Enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

Resumen de las referencias legislativas utilizadas para realizar esta programación:

Ley Orgánica, 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE)

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

Ley 17/2007, de 10 de diciembre, Ley de Educación de Andalucía (LEA), que regula el sistema educativo en la Comunidad de Andalucía.

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

Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.

Decreto 110/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en la comunidad Autónoma de Andalucía.

Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria obligatoria en la comunidad Autónoma de Andalucía.

Orden de 15 de Enero de 2021 por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

1.1.- REPARTO DE ASIGNATURA

Se acuerda la distribución consensuada de horarios, teniendo en cuenta que los cursos bilingües son 2º ESO y 4º ESO.

- a) Raúl D. Garófano Serrano: 19 horas lectivas repartidas en 1 grupo de 1º ESO, 4 grupos de 2º ESO, 4 grupos de 4º ESO.
- b) Javier Moreno Morales: 19 horas lectivas, repartidas en 3 grupos de 1º ESO, 5 grupos de 1º Bachillerato.
- c) José Antonio Urbaneja: 12 horas lectivas, repartidas en 5 grupos de 3º ESO y Jefe del Departamento.

2.- CONTEXTO SOCIOEDUCATIVO DEL CENTRO.

2.1 CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO

Nuestro Instituto, recoge a alumnas/os de un variado número de núcleos de población de la comarca del Valle de Guadalhorce, con distintas peculiaridades sociales, económicas y culturales. Aunque el principal núcleo de población es Cártama - Estación, este centro acoge a alumnos y alumnas tanto de otras barriadas de Cártama como pueden ser sobre todo El Sexmo, Aljaima, Nueva Aljaima o la Atalaya, e incluso de otros municipios cercanos como pueden ser de Pizarra o Campanillas.

Por todos estos aspectos, no se puede ofrecer un único perfil del alumnado, lo que nos obliga a romper barreras para lograr la integración de todos los componentes del grupo, aunque sea difícil la formación de subgrupos definidos por la procedencia social, nivel económico y municipio.

Desarrollo evolutivo:

El conocimiento del momento evolutivo del alumnado, es el aspecto psicológico fundamental no olvidando que están en una etapa que presenta unas determinadas peculiaridades y cambios en la persona.

2.1.1. Alumnado del 1º ciclo: 12-15 años.

Los alumnos de este primer ciclo de secundaria, se van a encontrar a lo largo de esta etapa inmersos en un proceso de cambios psicofísicos conocidos como pubertad y adolescencia. Así podemos decir que la mayoría de los cambios que se producen, es a nivel biológico, ocurriendo esto de forma brusca y dando lugar a una gran inestabilidad que indudablemente repercutirá en todas las áreas. Todo esto va a significar una ruptura con el periodo anterior, suponiendo la preparación para las estructuras adultas.

a) ÁREA BIOLÓGICA:

- Desarrollo de las funciones reproductoras, órganos sexuales y caracteres secundarios.
- Incremento de las cualidades físicas básicas.

b) ÁREA COGNITIVA:

- Perfeccionamiento del pensamiento y la percepción.
- Utilización del método hipotético deductivo y conceptos abstractos.
- Interés por conocer cosas.

c) ÁREA AFECTIVO-SOCIAL:

- Aparece el antagonismo del sexo.
- Búsqueda de un grupo de iguales.
- La inestabilidad emocional da lugar a conductas agresivas
- Existe necesidad de protagonismo.

d) ÁREA MOTRIZ:

- Los cambios biológicos y fisiológicos conllevan mejora de la coordinación.
- Los movimientos tienen una finalidad.
- Diferencias importantes entre un alumnado y otro según experiencias previas.

2.1.2. Alumnos/as del segundo ciclo: 15-16 años.

a) ÁREA BIOLÓGICA:

- Continúan los cambios fisiológicos
- Su físico es igual que al de un adulto.
- La fuerza relativa está en periodo de regresión.
- Aumenta la capacidad de trabajo aeróbico.

b) ÁREA COGNITIVA

- Aumenta la capacidad de elaboración y comprensión de concepto
- Capacidad de análisis de sus propios sentimientos.
- Aumento de la capacidad intelectual.

c) ÁREA AFECTIVO-SOCIAL:

- Se pasa del gregarismo a una conducta solidaria.
- Atracción por el otro sexo.
- Rechazo al mundo del adulto.
- Necesidad de auto-realización.

d) ÁREA MOTRIZ:

- Aumento de la capacidad de rendimiento.
- Superación del desajuste corporal, mejora de la coordinación de la precisión.
- Capacidad para realizar gestos técnicamente complejos.

2.1.3. Alumnos/as de Bachillerato:

El alumnado de Bachillerato, desde el punto de vista del desarrollo, presenta las siguientes características.

a) Motor y corporal: Siguiendo a De Toni, se puede afirmar que el periodo de la pubertad prácticamente ya ha terminado y se encuentran al comienzo del periodo de la adolescencia. Según Martín y Winter con el final de la pubertad se situarían en la segunda fase sensible para el aprendizaje motor, luego han recuperado los niveles óptimos de coordinación.

b) Cognitivo: Siguiendo a Piaget están en el periodo de operaciones formales, luego no deben tener problemas para el conocimiento de los conceptos que se van a plantear. Como referencia indicar que en la materia de matemáticas están trabajando los complejos, el análisis, la trigonometría...

c) Socio-afectivo: Siguiendo a **Wallon**, desde el punto de vista social se encuentran en el periodo de integración. Respecto al curso anterior ganan en madurez, de hecho, suele ser normal una mejora del comportamiento en los alumnos de Bachillerato respecto a los de ESO. Están construyendo su escala de valores. Están preocupados de su nueva imagen corporal, la estética corporal es un valor en alza: amigos y los ídolos televisivos. Tienen conformados sus grupos de amigos, están estereotipados y se dejan guiar por las modas

2.2 INSTALACIONES Y RECURSOS DEL CENTRO EN RELACIÓN A NUESTRA ÁREA.

Entorno físico del Centro

En la localidad de Cártama en un extremo del núcleo de población de Cártama Estación y junto a caminos rurales por la zona norte y a las áreas recreativas del río Guadalhorce por el sur, el centro se encuentra enclavado en una zona con unas características concretas y definidas las cuales, nos ofrecen unos recursos que nos dan la posibilidad de salir al entorno cercano y poder practicar actividades de carácter físico deportivo en el medio natural.

En este sentido las órdenes de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria y el bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía establece que "*La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los espacios naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida*".

Así se destaca la utilización de los carriles y pistas cercanas en las unidades de condición física, realizando diferentes medios para la mejora de la resistencia como pueden ser la carrera continua, fartlek, el paseo Cross, o el entrenamiento total. Por otro lado, para las unidades de orientación dentro del bloque de actividades en el medio natural se utilizan tanto el entorno cercano al centro para realizar una orientación urbana, así como las zonas recreativas junto al río Guadalhorce para las diferentes pruebas de orientación en el medio natural. Además, esta zona extensa y confortable es ideal para realizar actividades y juegos recreativos.

Instalaciones del centro

Es un centro educativo que fue construido en 1990 y ha sufrido constantes obras y reformas estructurales. Algunas de las cuales se han realizado a favor de una mejor ubicación de las aulas y otras, de urgencia, por una necesidad de aumentar el número de estas. Tanto en uno como en otro caso, las reformas no siempre favorecen a las instalaciones utilizadas por el área de educación física.

A nivel de instalaciones, estas dejan que desear, ya que el módulo del gimnasio no cumple las condiciones legislativas establecidas. Es pequeño para grupos tan numerosos, tiene un deficiente sistema de ventilación al tener una sola entrada.

Respecto a las pistas exteriores, cuando comienza el tiempo lluvioso, no se pueden utilizar las pistas debido a los numerosos charcos que aparecen y que debido a un deficiente sistema de drenaje y una mala inclinación de las mismas tardan en desaparecer varios días. Las condiciones de trabajo se hacen difíciles, y se requiere de una constante reorganización de la programación. Las últimas obras "de mejora" acometidas en la pista 1 en el curso 2014-2015 nos dejaron una pista llena de parches con diversos materiales (algunos muy abrasivos) y la media pista que está más al norte con un alto nivel de deslizamiento (resbaladiza).

Debido a estas circunstancias y al desarrollo de determinados contenidos curriculares utilizamos diversos espacios del centro que se detallan a continuación;

1. Pista polideportiva exterior (reformada)
2. Pista polideportiva exterior
3. Zona habilitada como pista polideportiva techada
4. Gimnasio cubierto. Limita la práctica de E.F a ciertos contenidos debido a sus reducidas dimensiones.
5. Porche de entrada cubierto, que puede ser utilizado en ciertos momentos.
6. Zona habilitada como pista polideportiva techada
7. Entorno exterior e interno ajardinado (césped, árboles, etc)



3.- EXPLORACIÓN INICIAL.

3.1 DIAGNÓSTICO.

Entendemos el **diagnóstico** como el punto de partida de todo proceso educativo en el que están implicados muchos agentes (profesores/as, alumnado, padres y madres,...). Dicha evaluación inicial debe ser lo más integral posible y deberá pasar desde el propio departamento y profesores, instalaciones y, por supuesto, alumnado. Así, vamos a centrar la atención en un primer momento tanto en las limitaciones y posibilidades del centro y del departamento, así como en la observación de las conductas del alumnado hacia la asignatura en el primer mes del curso escolar, actitudes, intereses y conocimientos previos.

Según el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato y las ordenes que la desarrollan: " Durante el primer mes de cada curso escolar, el profesorado realizará una evaluación inicial de su alumnado mediante los procedimientos, técnicas e instrumentos que considere más adecuados, con el fin de conocer y valorar la situación inicial de sus alumnos y alumnas en cuanto al nivel de desarrollo de las competencias clave y el dominio de los contenidos de las materias de la etapa que en cada caso corresponda"

La valoración de la asignatura será realizada mediante la recogida de información sobre conceptos básicos específicos, utilización de tests físicos (batería Eurofit adaptada), así como mediante la observación de la disposición y colaboración ante las actividades propias del área. Consideramos de mayor importancia para el Departamento una "Disposición favorable y Colaboración", por considerar que de éstas parten todas las acciones educativas propuestas.

También y dentro de la preocupación sobre *la salud corporal*, se pretende la recogida de información acerca de los *índices de obesidad de los alumnos*, y su correspondencia con el percentil de su edad.

Somos conscientes de que algunas conductas no van a ser observadas adecuadamente, debido fundamentalmente al elevado número de alumnos/as en nuestras clases, pero a pesar de ello haremos todo lo posible por incidir sobre el alumnado con dificultades o no, con las medidas de atención a la diversidad propuestas desde este Departamento y aquellas que desde el Departamento de Orientación se propongan.

3.2.- PROPUESTA DE RECONOCIMIENTO MÉDICO

Dentro de los programas de actividad física, ya sean educativos, recreativos o de rendimiento, la exploración inicial no es solo el punto de partida para la planificación del mismo, sino que debe ser una recopilación de información para poder adaptar la programación a las características individuales y personales de los usuarios, en nuestro caso de los alumnos y alumnas. Más aún, la finalidad de toda esta información se hace muy necesaria no solo para la planificación, sino para prevenir riesgos. De este modo, toda fuente de información se hace muy valiosa.

Es nuestro deber como profesores del Departamento de Educación Física de este centro poner en conocimiento de los padres de nuestros alumnos la importancia y necesidad de que sus hijos pasen un reconocimiento médico que descarte la existencia de alguna

enfermedad o indisposición para realizar ejercicio y que pueda permanecer oculta, lo cual pueda poner en peligro la salud de su hijo/a cuando lleve a cabo las prácticas de la asignatura.

Para ello, al inicio de curso les realizaremos a los alumnos/as un cuestionario sobre diversas enfermedades, patologías que nuestros alumnos/as puedan tener y que le impidan realizar actividad física. En el caso de que un alumno/a no pueda realizar algún tipo de actividad les pediremos a las familias que nos remitan un informe médico con aquellas actividades físicas aconsejables y cuales contraindicadas.

La Salud y mejora de la Calidad de Vida de los alumnos de este Centro de Enseñanza es labor de todos (alumnos, profesores y padres). Esperamos una respuesta favorable a una petición que está pensada única y exclusivamente para el bien de todo el alumnado del centro: *“primun nihil nocere”* (Lo primero es no hacer daño).

4.- OBJETIVOS DE AREA

4.1 OBJETIVOS DE ETAPA ASUMIBLES POR EL DEPARTAMENTO.

Según la Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de mayo de 2006 y Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato establecen los objetivos que contribuyen a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permiten:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social.
- l) Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad.
- m) Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.
- n) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

4.2.- OBJETIVOS GENERALES DE ÁREA PARA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

Según la orden de 15 de Enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía la enseñanza de la Educación Física en Enseñanza Secundaria Obligatoria tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos:

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludable, práctica de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativa, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía, así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.

11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

5.- COMPETENCIAS CLAVE

El currículo de esta etapa toma como eje estratégico y vertebrador del proceso de enseñanza y aprendizaje el desarrollo de las capacidades y la integración de las competencias clave a las que contribuirán todas las materias. En este sentido, se incorporan en cada una de las materias que conforman la etapa, los elementos que se consideran indispensables para la adquisición y desarrollo de dichas competencias clave, con el fin de facilitar al alumnado la adquisición de los elementos básicos de la cultura y de prepararlos para su incorporación a estudios posteriores o para su inserción laboral futura.

Se entiende por competencias clave de la Educación Secundaria Obligatoria a la combinación de habilidades prácticas, conocimientos, motivación, valores éticos, actitudes, emociones, y otros componentes sociales y de comportamiento que se movilizan conjuntamente para lograr una acción eficaz. Por tanto, se conceptualizan como un «saber hacer» que se aplica a una diversidad de contextos académicos, sociales y profesionales.

Las competencias se entienden como las capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada materia con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos. En la Educación Secundaria Obligatoria las competencias clave son aquellas que deben ser desarrolladas por el alumnado para lograr la realización y desarrollo personal, ejercer la ciudadanía activa, conseguir la inclusión social y la incorporación a la vida adulta y al empleo de manera satisfactoria, y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

La competencia supone una combinación de habilidades prácticas, conocimientos, motivación, valores éticos, actitudes, emociones, y otros componentes sociales y de comportamiento que se movilizan conjuntamente para lograr una acción eficaz. Se contemplan, pues, como conocimiento en la práctica, un conocimiento adquirido a través de la participación activa en prácticas sociales que, como tales, se pueden desarrollar tanto en el contexto educativo formal, a través del currículo, como en los contextos educativos no formales e informales.

La Ley 17/2007, de 10 de diciembre, de Educación de Andalucía y las orientaciones de la Unión Europea inciden en la necesidad de la adquisición de las competencias clave por parte de la ciudadanía como condición indispensable para lograr que las personas puedan alcanzar su pleno desarrollo personal, social y profesional. El aprendizaje basado en competencias incluye, además del «saber», el «saber hacer» y el «saber ser y estar».

El alumnado de hoy es el que en el futuro necesitará desarrollar capacidades de crear, innovar, imaginar, pensar, etc. Se destacan habilidades que pueden ser consideradas como “soft skills”, esenciales en el desarrollo de los niños y las niñas, incluyendo en las diferentes asignaturas, capacidad de diálogo y habilidades comunicativas (debate, comunicación oral), capacidad resolutoria (habilidades de cálculo, resolución de problemas, razonamiento matemático), pensamiento crítico y analítico (capacidad de reflexión, aprender a pensar y elaborar nuestros propios juicios), inteligencia emocional (habilidades sociales, control de las emociones, integridad, tolerancia, optimismo, empatía...), capacidad de responsabilidad, iniciativa, perseverancia (hábitos de vida saludable y deporte), equilibrio físico, mental y espiritual (cuidado de nuestro cuerpo) etc.

Según la Orden de 15 de Enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo se desarrollarán las competencias clave como se expone a continuación.

5.1. EN LA ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA

La materia de Educación Física contribuye al desarrollo y adquisición las competencias clave, integrando las mismas en el proceso de educativo

Esta ayuda al desarrollo de la **competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT)** ofreciendo situaciones en las que el alumnado debe aplicar el razonamiento matemático para resolver situaciones asociadas a la cantidad, el espacio y la forma, el cambio y las relaciones, y la incertidumbre y los datos (resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte de orientación, relación entre ingesta y gasto calórico, la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deportes de cooperación-oposición, etc.) y competencias clave en ciencia y tecnología facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos (aspectos relacionados con la conservación de la naturaleza, el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, el uso de instrumentos utilizados frecuentemente en el ámbito de la actividad física y deportiva, etc.).

La Educación Física también contribuye de manera esencial al desarrollo de las **competencias sociales y cívicas (CSC)** fomentando el respeto, la igualdad, la cooperación y el trabajo en equipo. Las reglas que se establecen en los juegos y los deportes, las normas de seguridad vial, la prevención de lesiones, los primeros auxilios, etc. son elementos de la Educación Física que, por su propia naturaleza, desarrollan esta competencia y preparan al alumnado para la vida en sociedad.

La Educación Física contribuye al desarrollo de la **competencia aprender a aprender (CAA)** potenciando las capacidades de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumnado diseñar así, su propio plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorece la motivación y la confianza que son factores cruciales para la adquisición de esta competencia.

El **sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP)** será fomentado desde la materia otorgando al alumnado funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal.

Asimismo, se trabajará la **competencia en comunicaciones lingüísticas (CCL)** a través de la amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva.

Esta materia también contribuye al desarrollo de la **competencia conciencia y expresiones culturales (CEC)** a través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

Finalmente, la Educación Física facilita el desarrollo de la **competencia digital en el alumnado (CD)** con la realización de tareas de acceso y gestión de la información en Internet en el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, entre otras.

Además, sería adecuado trabajar y desarrollar dos competencias que no vienen recogida en la Orden de 14 de Julio de 2016 y que si son necesarias para el desarrollado de la Educación física y que son: **competencia motriz (CM) y competencia sobre la salud (CS)**. Estas competencias son esenciales para el desarrollo del área de Educación Física y en íntima conexión con diferentes criterios y estándares de evaluación.

5.2. ORIENTACIONES PARA FACILITAR EL DESARROLLO DE ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS QUE PERMITAN TRABAJAR POR COMPETENCIAS EN EL AULA.

Extraído de Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.

En el actual proceso de inclusión de las competencias como elemento esencial del currículo, es preciso señalar que cualquiera de las metodologías seleccionadas por los docentes para favorecer el desarrollo competencial de los alumnos y alumnas debe ajustarse al nivel competencial inicial de estos. Además, es necesario secuenciar la enseñanza de tal modo que se parta de aprendizajes más simples para avanzar gradualmente hacia otros más complejos. Uno de los elementos clave en la enseñanza por competencias es despertar y mantener la motivación hacia el aprendizaje en el alumnado, lo que implica un nuevo planteamiento del papel del alumno, activo y autónomo, consciente de ser el responsable de su aprendizaje. Los métodos docentes deberán favorecer la motivación por aprender en los alumnos y alumnas y, a tal fin, los profesores han de ser capaces de generar en ellos la curiosidad y la necesidad por adquirir los conocimientos, las destrezas y las actitudes y valores presentes en las competencias. Asimismo, con el propósito de mantener la motivación por aprender es necesario que los profesores procuren todo tipo de ayudas para que los estudiantes comprendan lo que aprenden, sepan para qué lo aprenden y sean capaces de usar lo aprendido en distintos contextos dentro y fuera del aula. Aquellas que faciliten la participación e implicación del alumnado y la adquisición y uso de conocimientos en situaciones reales, serán las que generen aprendizajes más transferibles y duraderos.

Las metodologías activas han de apoyarse en estructuras de aprendizaje cooperativo, de forma que, a través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo conozcan las estrategias utilizadas por sus compañeros y puedan aplicarlas a situaciones similares. Para un proceso de enseñanza-aprendizaje competencial las estrategias interactivas son las más adecuadas, al permitir compartir y construir el conocimiento y dinamizar la sesión de clase mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas. Las metodologías que contextualizan el aprendizaje y permiten el aprendizaje por proyectos, los centros de interés, el estudio de casos o el aprendizaje basado en problemas favorecen la participación activa, la experimentación y un aprendizaje funcional que va a facilitar el desarrollo de las competencias, así como la motivación de los alumnos y alumnas al contribuir decisivamente a la transferibilidad de los aprendizajes. El trabajo por proyectos, especialmente relevante para el aprendizaje por competencias, se basa en la propuesta de un plan de acción con el que se busca conseguir un

determinado resultado práctico. Esta metodología pretende ayudar al alumnado a organizar su pensamiento favoreciendo en ellos la reflexión, la crítica, la elaboración de hipótesis y la tarea investigadora a través de un proceso en el que cada uno asume la responsabilidad de su aprendizaje, aplicando sus conocimientos y habilidades a proyectos reales. Se favorece, por tanto, un aprendizaje orientado a la acción en el que se integran varias áreas o materias: los estudiantes ponen en juego un conjunto amplio de conocimientos, habilidades o destrezas y actitudes personales, es decir, los elementos que integran las distintas competencias. Se debe potenciar el uso de una variedad de materiales y recursos, considerando especialmente la integración de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten el acceso a recursos virtuales.

6. CONTENIDOS DE LA MATERIA Y TEMAS TRANSVERSALES

6.1. CONTENIDOS PARA ESO

En esta materia los contenidos se organizan alrededor de cinco grandes bloques: Salud y calidad de vida, Condición física y motriz, Juegos y deportes, Expresión corporal y Actividades físicas en el medio natural.

1. La salud y la calidad de vida es un eje primordial de la Educación Física y así se refleja en este currículo con la inclusión de un bloque de contenidos específico para esta temática que engloba todos los aspectos relacionados con ésta. A su vez, el desarrollo del resto de bloques de contenidos siempre se orientará a la mejora de la salud y de la calidad de vida, tanto individual y colectiva, teniendo en cuenta la valoración de los riesgos asociados a la práctica de actividades físicas y la adquisición de hábitos posturales correctos. A través de los contenidos de Educación Física se trabajará un amplio repertorio de acciones motrices, promoviendo que el alumnado adquiera las destrezas, los conocimientos y las actitudes necesarias para desarrollar su competencia motriz en contextos variados. El bloque Salud y calidad de vida agrupa los contenidos relacionados con los hábitos de vida saludable (alimentación, actividad física programada y descanso), los estilos de vida activos, prevención de conductas y hábitos perjudiciales para la salud, técnicas básicas de respiración, relajación y alivio de la tensión y del estrés, y el uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación.

2. El bloque Condición física y motriz se centra en aspectos asociados al desarrollo de las capacidades físicas y motrices, a la regulación de la práctica de actividad física y los sistemas de obtención de energía.

3. En el bloque de Juegos y deportes se incluyen contenidos como los juegos pre-deportivos, los deportes, los juegos populares, los juegos alternativos, etc. Este bloque de contenidos es un instrumento adecuado para desarrollar capacidades y habilidades propias de la materia. Los juegos y los deportes favorecen y desarrolla la motivación, el trabajo en equipo y la solidaridad del alumnado.

4. Los contenidos del bloque de Expresión corporal desarrollan la comunicación y la expresión creativa y artística a través del cuerpo y la expresión y la regulación de emociones y sentimientos.

5. El bloque de Actividades físicas en el medio natural se orienta hacia la interacción del alumnado con el medio natural y urbano, valorando sus beneficios positivos, a la integración de estos en su vida cotidiana y a la concienciación de la necesidad de su conservación.

La Educación Física trabaja los distintos **elementos transversales del currículo**, especialmente aquellos relacionados con las habilidades sociales, la convivencia, la tolerancia y la igualdad. La educación para la convivencia y el respeto se desarrolla especialmente esta materia, pues se interacciona constantemente y se fomentan habilidades básicas de comunicación interpersonal, escucha, respeto, resolución pacífica de conflictos, el establecimiento y respeto de normas, etc. La igualdad real y efectiva se fomentará a través del análisis crítico y superación de estereotipos socioculturales implantados en nuestra sociedad y más en concreto en el ámbito de la actividad física-deportiva. La educación vial se potenciará

con actividades tales como el fomento de la práctica de desplazamientos activos al centro y en la vida cotidiana. El carácter integrador del currículo requiere una cooperación efectiva de la Educación Física con otras materias, destacando por ejemplo su relación con la Biología y Geología, Lengua Castellana y Literatura, Geografía e Historia, Música, Tecnología, etc. Esta cooperación se puede realizar potenciando los aprendizajes basados en proyectos donde, desde diferentes materias de forma interdisciplinar, se trabajen núcleos temáticos de interés para el alumnado permitiendo un aprendizaje integral. En este sentido las actividades complementarias y extraescolares tienen un protagonismo especial. La riqueza y diversidad del entorno natural de Andalucía, sierras, montañas, ríos, entornos costeros, parques, etc. ofrecen el escenario ideal para su desarrollo de esta materia. Además, es esencial que el alumnado pueda conocer, disfrutar y aprender a conservar nuestros entornos, tanto urbanos como naturales. La Educación Física debe valorar y aprovechar, a su vez, la riqueza cultural de Andalucía, como las tradiciones andaluzas, los juegos populares y los bailes propios de Andalucía, así como reconocer las grandes figuras andaluzas a nivel deportivo y artístico-expresivo.

Según la orden de 15 de Enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía los contenidos para los cuatro cursos de la ESO son:

2.º ESO

Bloque 1. Salud y calidad de vida.

- Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana.
- Características de las actividades físicas saludables.
- Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud.
- El descanso y la salud.
- Técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
- Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables.
- Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.
- Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- El calentamiento general y específico.
- Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas.
- Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva.
- La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva.
- Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

Bloque 2. Condición física y motriz.

- Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.
- Indicadores de la intensidad de esfuerzo.
- Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.

- Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz.
- Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable.
- Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud. Control de la intensidad de esfuerzo.
- Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.

Bloque 3. Juegos y deportes.

- Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
- Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos.
- Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición.
- Las fases del juego en los deportes colectivos.
- La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.
- Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción.
- La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.
- Situaciones reducidas de juego. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos y pre-deportivos.
- Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.
- Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo.
- Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.

Bloque 4. Expresión corporal.

- Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
- El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal.
- Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
- Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
- El mimo y el juego dramático.
- Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas.
- Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva.
- Bailes tradicionales de Andalucía.
- Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.

Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.

- Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.
- Técnicas de progresión en entornos no estables.
- Técnicas básicas de orientación.

- Interpretación de la simbología, identificación mapa-terreno/terreno-mapa, orientación del mapa, recorridos guiados, etc.
- Juegos de pistas y orientación.
- Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.
- Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc.
- El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana.
- Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.

4.º ESO

Bloque 1. Salud y calidad de vida.

- Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva.
- La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
- Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc.
- La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas. La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza.
- Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
- Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma.
- Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz.
- Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas.
- El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas.
- Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
- Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana.
- Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc.
- Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
- Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso.
- Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

Bloque 2. Condición física y motriz.

- Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud.

- La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.
- Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas.
- Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

Bloque 3. Juegos y deportes.

- Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas. Juegos populares y tradicionales.
- Juegos alternativos.
- La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico deportivo.
- Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambiando de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc.
- La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones.
- Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices.
- Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores. Las características de cada participante.
- Los factores presentes en el entorno.
- Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.
- Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
- Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como de de espectador o espectadora.

Bloque 4. Expresión corporal.

- Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal.
- Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas.
- Diseño y realización de los montajes artístico expresivos como, por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc.

Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.

- Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo: escalada, vela, kayaks, etc.
- Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía.
- La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes. Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura.

- Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura.
- Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural.
- Fomento de los desplazamientos activos.
- Sensibilización de los efectos de las diferentes actividades físicas realizadas en el medio natural y su relación con la forma de vida, la salud y la calidad de vida.
- Fomento de hábitos y actitudes de conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano.

7.- METODOLOGÍA EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

7.1. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS ESPECÍFICAS DE LA MATERIA PARA ESO

La Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo establece las siguientes estrategias metodológicas comunes a ESO.

Los estilos de enseñanza y aprendizaje y las estrategias metodológicas utilizadas generarán climas de aprendizaje que contribuyan óptimamente al desarrollo integral del alumnado y a la mejora de su calidad de vida. Es esencial que el profesorado de Educación Física desarrolle y aplique una gama suficiente de estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje, que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave adaptándose al grupo, a cada alumno y alumna y a los contenidos a trabajar. Se utilizarán tanto técnicas reproductivas como de indagación siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, autonomía, confianza, creatividad y participación del alumnado. Se buscará desarrollar distintas habilidades y estilos cognitivos. La Educación Física debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución de una igualdad real y efectiva de oportunidades. El género como construcción social todavía conserva estereotipos que determinan que algunas actividades y prácticas físicas sean consideradas más apropiadas para las chicas que para los chicos, o viceversa. La Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado. Asimismo, se fomentará la actividad física inclusiva, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado. La Educación Física propiciará ambientes positivos de aprendizaje, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc. Un alto grado de compromiso motor repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz. En relación a la realización de las tareas se buscará implicar responsablemente al alumnado en su proceso de aprendizaje, promoviendo el establecimiento de sus propias metas, y orientándolo hacia la autonomía en la organización y realización del trabajo. Se diseñarán actividades variadas, de interés para el alumnado y que requiera de su implicación, ofreciéndole posibilidades de elección desarrollando así, en mayor grado, la capacidad de responsabilidad y de elección. El alumnado podrá participar en la toma de decisiones sobre las normas de clase, la elección de actividades, y la evaluación, entre otros aspectos, además de asumir diferentes roles en la realización de las tareas. En relación a la evaluación, se fomentará la evaluación compartida, promoviendo también la autoevaluación del alumnado. La Educación Física proporcionará al alumnado técnicas de concentración, relajación, toma de conciencia, gestión y auto regulación emocional, aplicables a la vida cotidiana. Se reconocerá y apoyará el progreso del alumnado, partiendo y respetando sus características individuales. Se debe tener en cuenta la importancia del conocimiento de resultados para la motivación del alumnado en su progreso y evolución, por lo que se utilizarán diferentes tipos de feedback adaptados a cada persona y a cada situación. La equidad del profesorado va a favorecer una visión positiva del alumnado hacia la práctica física y su aprendizaje, eliminando estereotipos sobre la misma. Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se deben minimizar los posibles riesgos y se deberá implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad se deberá tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la

salvaguarda de la privacidad del alumnado. Para ello se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo de esta etapa educativa. Como ya se dijo anteriormente, para el desarrollo de los contenidos de esta materia cobra especial importancia la realización de actividades complementarias o extraescolares, pudiéndose establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno, así como la colaboración con las familias del alumnado. La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los espacios naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida. Finalmente, destacar que para el logro de una Educación Física de calidad y, por ende, la mejora de la Educación en general, es necesaria la evaluación de todos los elementos y factores implicados en el proceso de enseñanza y aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

7.2. RECOMENDACIONES DE METODOLOGÍA DIDÁCTICA PARA ESO (COMÚN A TODAS LAS MATERIAS)

De acuerdo con lo establecido en el artículo 7 del decreto 110/2016, de 14 de junio y el Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la comunidad Autónoma de Andalucía son las siguientes:

- a) El proceso de enseñanza-aprendizaje competencial debe caracterizarse por su transversalidad, su dinamismo y su carácter integral y, por ello, debe abordarse desde todas las áreas de conocimiento. En el proyecto educativo del centro y en las programaciones didácticas se incluirán las estrategias que desarrollará el profesorado para alcanzar los objetivos previstos, así como la adquisición por el alumnado de las competencias clave.
- b) Los métodos deben partir de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo en el alumnado, ajustándose al nivel competencial inicial de este y teniendo en cuenta la atención a la diversidad y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo.
- c) Los centros docentes fomentarán la creación de condiciones y entornos de aprendizaje caracterizados por la confianza, el respeto y la convivencia como condición necesaria para el buen desarrollo del trabajo del alumnado y del profesorado.
- d) Se estimulará la reflexión y el pensamiento crítico en el alumnado, así como los procesos de construcción individual y colectiva del conocimiento, y se favorecerá el descubrimiento, la investigación, el espíritu emprendedor y la iniciativa personal.
- e) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información y para aplicar procesos de análisis, observación y experimentación adecuados a los contenidos de las distintas materias.
- f) Se adoptarán estrategias interactivas que permitan compartir y construir el conocimiento y dinamizarlo mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas y diferentes formas de expresión.

g) Se emplearán metodologías activas que contextualicen el proceso educativo, que presenten de manera relacionada los contenidos y que fomenten el aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, favoreciendo la participación, la experimentación y la motivación de los alumnos y alumnas al dotar de funcionalidad y transferibilidad a los aprendizajes.

h) Se fomentará el enfoque interdisciplinar del aprendizaje por competencias con la realización por parte del alumnado de trabajos de investigación y de actividades integradas que le permitan avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.

i) Las tecnologías de la información y de la comunicación para el aprendizaje y el conocimiento se utilizarán de manera habitual como herramienta para el desarrollo del currículo.

8.- EVALUACIÓN

El artículo 20 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria establece que:

1. Los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias y el logro de los objetivos de la etapa en las evaluaciones continua y final de las materias de los bloques de asignaturas troncales y específicas, serán los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables que figuran en los anexos I y II a este real decreto.
2. La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria será continua, formativa e integradora. En el proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo educativo. Estas medidas se adoptarán en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades y estarán dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias imprescindibles para continuar el proceso educativo. La evaluación de los aprendizajes de los alumnos y alumnas tendrá un carácter formativo y será un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje. La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado deberá ser integradora, debiendo tenerse en cuenta desde todas y cada una de las asignaturas la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y del desarrollo de las competencias correspondiente. El carácter integrador de la evaluación no impedirá que el profesorado realice de manera diferenciada la evaluación de cada asignatura teniendo en cuenta los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables de cada una de ellas.
3. Se establecerán las medidas más adecuadas para que las condiciones de realización de las evaluaciones, incluida la evaluación final de etapa, se adapten a las necesidades del alumnado con necesidades educativas especiales. Estas adaptaciones en ningún caso se tendrán en cuenta para minorar las calificaciones obtenidas.
4. Los profesores evaluarán tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente, para lo que establecerán indicadores de logro en las programaciones didácticas.

8.1.- ¿QUÉ EVALUAR? CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE EVALUABLE.

Según el artículo 2 del RD 1105/2014, se define criterios de evaluación como “referente específico para evaluar el aprendizaje del alumnado. Describen aquello que se quiere valorar y que el alumnado debe lograr, tanto en conocimientos como en competencias; responde a lo que se pretende conseguir en cada asignatura”, mientras que los estándares de aprendizaje evaluable son las “especificaciones de los criterios de evaluación que permiten definir los resultados de aprendizaje, y que concretan lo que el estudiante debe saber, comprender y saber hacer en cada asignatura; deben ser observables, medibles y evaluables y permitir graduar el rendimiento o logro alcanzado. Su diseño debe contribuir y facilitar el diseño de pruebas estandarizadas y comparables”.

Los criterios de evaluación y estándares y resultados de aprendizaje evaluable quedan enmarcados en el Anexo II del RD 1105/2014, tanto para primer ciclo y segundo ciclo de secundaria, así como para bachillerato. Dentro de cada etapa, cada uno de estos estándares de aprendizaje y criterios de evaluación se repartirán a lo largo de todas las unidades didácticas, de tal forma que al finalizar el curso escolar se habrán evaluado al menos en una ocasión cada uno de los criterios reflejados.

Educación Física. 1º ciclo (2ºESO)

Según la Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo para Andalucía los criterios de evaluación de los tres cursos del primer ciclo se secuencian como podemos ver en la columna izquierda.

2º ESO

Competencias clave en ciencia y tecnología (CMCT), competencias sociales y cívicas (CSC), competencia conciencia y expresiones culturales (CeC), competencias sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP), aprender a aprender (CAA), competencia en comunicación lingüística (CCL), competencia digital (CD), competencia motriz (CM), competencia sobre la salud (CS)

Criterios de evaluación y competencias clave	Estándares de aprendizaje evaluables
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</p> <p>1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p>
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC, CM	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA, CM, CS.	<p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p>

	4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora. CMCT, CAA, CM, CS.	5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. 5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. 5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC, CM, CS.	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. 6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, auto-regulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP, CM, CS	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC, CM, CS	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico deportivas. 8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas 8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.
9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC, CS	9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

<p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.</p>	<p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>
<p>11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.</p>	
<p>12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM, CS</p>	

Educación Física. Segundo ciclo. 4º ESO

Competencias clave en ciencia y tecnología (CMCT), competencias sociales y cívicas (CSC), competencia conciencia y expresiones culturales (CeC), competencias sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIeP), aprender a aprender (CAA), competencia en comunicación lingüística (CCL), competencia digital (CD), competencia motriz (CM), competencia sobre la salud (CS).

Criterios de evaluación y competencias clave	Estándares de aprendizaje evaluables
<p>1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM.</p>	<p>1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características. 1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. 1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.</p>
<p>2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CCL, CAA, CSC, SIeP, CeC, CM.</p>	<p>2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. 2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.</p>
<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM.</p>	<p>3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario. 3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes. 3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.</p>

	<p>3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.</p> <p>3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.</p> <p>3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.</p>
<p>4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA, CM, CS.</p>	<p>4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.</p> <p>4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.</p> <p>4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.</p> <p>4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.</p>
<p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud. CMCT, CAA, CM, CS.</p>	<p>5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</p> <p>5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.</p> <p>5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.</p> <p>5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.</p>
<p>6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. CMCT, CAA, CSC, CM, CS.</p>	<p>6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.</p> <p>6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.</p> <p>6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.</p>
<p>7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados. CAA,CSC, SIeP.</p>	<p>7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.</p> <p>7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.</p> <p>7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.</p>
<p>8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. CAA, CSC, CeC, CS.</p>	<p>8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.</p> <p>8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.</p> <p>8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.</p>
<p>9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno. CMCT, CAA, CSC.</p>	<p>9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.</p> <p>9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.</p> <p>9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.</p>

<p>10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes. CCL, CSC, CS.</p>	<p>10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. 10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. 10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas</p>
<p>11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas. CCL, CAA, CSC, SIeP, CM.</p>	<p>11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos. 11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.</p>
<p>12. Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. CCL, Cd, CAA.</p>	<p>12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. 12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones. 12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.</p>
<p>13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM, CS.</p>	

8.2. - CRITERIOS BÁSICOS ESTABLECIDOS POR EL DEPARTAMENTO PARA SUPERAR LA MATERIA.

- **Asistir regularmente** a las clases de Educación Física.
- Conocer y **participar de manera activa** en los juegos y deportes realizados ateniéndose a las normas establecidas para la realización de las mismas.
- Participar en actividades físicas y deportivas estableciendo **relaciones constructivas y equilibradas** con los demás, participando en la organización de aquellas.
- Realizar las **actividades escritas** demandadas por el profesor ateniéndose a las normas de realización de las mismas.
- Superar las **pruebas teóricas** de los diferentes temas con la nota mínima establecida para cada curso, (ver criterios de calificación punto 8.6)
- **Comportarse** de manera adecuada en el transcurso de las sesiones.
- **Atender** a las explicaciones y **seguir las indicaciones** del profesor.
- **Esforzarse** en la realización de las diferentes actividades y **en el aprendizaje** de las diferentes habilidades.
- Superar las **pruebas prácticas** de los diferentes temas trabajados.

8.3.-¿CÓMO EVALUAR? RÚBRICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Rúbricas:

La rúbrica es una excelente herramienta de evaluación, pues reduce la subjetividad y favorece la autoevaluación y coevaluación (Fonseca y Aguaded, 2007). Esta herramienta es muy útil para evaluar cada uno de los estándares de aprendizaje que componen la unidad didáctica, estableciendo distintos gradientes de consecución para comprobar el nivel de aprendizaje adquirido por el alumno con respecto a dicho estándar una vez finalizada la UD, permitiéndonos así reflexionar sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Normalmente, usaremos 4 niveles o gradientes para evaluar cada estándar de aprendizaje. Para conocer el gradiente o nivel de desempeño de cada estándar podremos usar los datos obtenidos en los instrumentos de evaluación utilizados durante el desarrollo de cada UD.

Los gradientes o niveles de desempeño de los estándares serán:

- Gradiente 1: pocas veces consigue superar el estándar de aprendizaje evaluable. Se le asigna una puntuación comprendida entre 1 y 4.
- Gradiente 2: alguna vez lo supera. Se considera el gradiente que establece la superación del estándar de aprendizaje evaluable en el mínimo aceptable para aprobar. Se le asigna un valor de 5-6 puntos.
- Gradiente 3: frecuentemente los supera. Se corresponde con el 7-8.
- Gradiente 4: siempre lo supera. Sería el 9-10.

Instrumentos de evaluación:

Según Garrote (2001) serían los medios concretos que se van a utilizar durante la evaluación, es decir, se refiere al material utilizado para realizar la evaluación, tanto en la ejecución del alumno como en la anotación del profesor. A través de los datos recogidos en estos, conoceremos que gradiente ha adquirido el alumno en cada estándar de aprendizaje evaluado. Es interesante destacar que un mismo instrumento puede evaluar varios estándares

de aprendizaje, y que un mismo estándar puede ser evaluado a partir del uso de diferentes instrumentos de evaluación.

En esta programación didáctica entre los instrumentos de evaluación más destacados que vamos a utilizar y no siendo los únicos, tenemos los siguientes:

- a) Fichas de clase: en algunas unidades didácticas se van a dar unas fichas de carácter teórico-práctico a cerca de los conocimientos más importantes relacionados a la Unidad Didáctica. Al final de cada ficha aparecen distintas preguntas que el alumno deberá contestar.
- b) Trabajos: en la mayoría de las unidades didácticas se propondrá diferentes trabajos como actividades de ampliación, utilizándose para su desarrollo como elemento de apoyo las Tecnologías de Información y Comunicación.
- c) Prueba escrita: Cuestionarios o exámenes: Para finalizar el trimestre, los alumnos realizarán un examen teórico, de preguntas cortas y/o de tipo test, donde los deberán demostrar sus conocimientos adquiridos a lo largo de las distintas unidades didácticas.
- d) Hoja de registro:
 - Lista de control: son frases que expresan conductas, secuencias de acciones, ante las cuales el educador señalará su ausencia o presencia, exigen solamente un sencillo juicio: sí, no, a veces. Normalmente lo utilizará el docente en un proceso de heteroevaluación mediante mecanismos de observación. Será necesario al menos anotar 2 registros por cada alumno, donde uno será a lo largo de la unidad didáctica y el otro en la sesión culminativa de la unidad didáctica. También se podrán usar para evaluar conceptos y actitudes, aunque en menor medida que en el caso de procedimientos.
 - Escalas de observación y valoración: existen escalas ordinales (0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10) y descriptivas (siempre, casi siempre, a veces, pocas veces, casi nunca, nunca). En algunas unidades didácticas el docente utilizará una escala de valoración para evaluar las actitudes. Además, será habitual, utilizar este instrumento de evaluación mediante un proceso de coevaluación o de autoevaluación, para que los alumnos reflexionen acerca de los comportamientos y las conductas manifestadas y las valoren positivamente o negativamente. Se trata de generar actitudes a partir de la reflexión del alumnado.
- e) Ejercicios prácticos y situaciones de aplicación: en los que el alumno o la alumna debe realizar una tarea aplicando una serie de normas, criterios, principios, por ejemplo: realizar un calentamiento de forma autónoma, arbitrar un encuentro, realizar un recorrido de orientación, realizar un montaje de expresión corporal, etc.
- f) Test motores: a lo largo del curso se tomarán varios registros para ver la evolución de los alumnos y comprobar si ha habido o no una mejora en los resultados. Además, estos resultados nos servirán para compararlos con los resultados de cursos anteriores (si es que disponemos de esos datos).

- g) Cuaderno del profesor: Las faltas de asistencia y las normas de clase y de comportamiento, como pueden ser respeto al material, comida en clase, ropa de deporte, retraso... se anotarán directamente en este cuaderno. En el cuaderno del profesor recogeremos los criterios básicos tratados en el apartado 8.2.

8.4.- ¿CUANDO EVALUAR? MOMENTOS PARA EVALUAR

a) Evaluación inicial o diagnóstica: durante las sesiones de la primera Unidad Didáctica se llevará a cabo esta evaluación, donde en la primera sesión del curso se pasará un test a los alumnos para conocer los conocimientos teóricos previos acerca de los contenidos que vamos a impartir a lo largo del curso. Además, en el resto de sesiones evaluaremos estos contenidos desde un punto de vista práctico, aplicando diferentes test motores que nos ayuden a conocer el punto de partida de nuestros alumnos en cuanto a su nivel de condición física.

b) Evaluación procesual: serán los datos que recojamos a lo largo del desarrollo de las sesiones sobre cada alumno. Es importante destacar que cuantos más datos obtengamos de cada instrumento de evaluación por cada alumno, más fiable será la nota final de esta Unidad Didáctica, por lo que el/la docente deberá de esforzarse en recoger la mayor cantidad de información posible durante las sesiones.

c) Evaluación sumativa: son aquellos datos que obtenemos durante la sesión culminativa de la Unidad Didáctica. Esta sesión le sirve al alumno/a para dar significatividad y funcionalidad a los aprendizajes, afianzando así los conocimientos adquiridos a lo largo de la unidad didáctica. Sería consecuencia de la evaluación continua y suelen registrarse en la tarea competencial de la unidad didáctica.

8.5.- REFERENTES NORMATIVOS PARA ESO Y BACHILLERATO

Carácter de la evaluación.
<i>Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía</i>
La evaluación será continua por estar inmersa en el proceso de enseñanza y aprendizaje y por tener en cuenta el progreso del alumnado, con el fin de detectar las dificultades en el momento en el que se produzcan, averiguar sus causas y, en consecuencia, de acuerdo con lo dispuesto en Capítulo VI del Decreto 111/2016, de 14 de junio, adoptar las medidas necesarias dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias imprescindibles que le permitan continuar adecuadamente su proceso de aprendizaje.
El carácter formativo de la evaluación propiciará la mejora constante del proceso de enseñanza-aprendizaje. La evaluación formativa proporcionará la información que permita mejorar tanto los procesos como los resultados de la intervención educativa.
La evaluación será integradora por tener en consideración la totalidad de los elementos que constituyen el currículo y la aportación de cada una de las materias a la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y el desarrollo de las competencias clave.
El carácter integrador de la evaluación no impedirá al profesorado realizar la evaluación de cada materia de manera diferenciada en función de los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables que se vinculan con los mismos.
Asimismo, en la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado se considerarán sus características propias y el contexto sociocultural del centro.

Referentes de la evaluación
<i>Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía</i>
Los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y el logro de los objetivos de la etapa en las evaluaciones continua y final de las distintas materias son los criterios de evaluación y su concreción en los estándares de aprendizaje evaluables a los que se refiere el artículo 2.
Asimismo, para la evaluación del alumnado se tendrán en consideración los criterios y procedimientos de evaluación y promoción incluidos en el proyecto educativo del centro, de acuerdo con lo establecido en el artículo 8.2 del Decreto 111/2016, de 14 de junio, así como los criterios de calificación incluidos en las programaciones didácticas de las materias y, en su caso, ámbitos.

Procedimientos, técnicas e instrumentos de evaluación.	
<i>Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.</i>	
El profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna y de su maduración personal en relación con los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y las competencias clave. A tal efecto, utilizará diferentes procedimientos, técnicas o instrumentos como pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, ajustados a los criterios de evaluación y a las características específicas del alumnado.	El profesorado llevará a cabo la evaluación de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna en relación con los objetivos del Bachillerato y las competencias clave, a través de diferentes procedimientos, técnicas o instrumentos como pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, ajustados a los criterios de evaluación de las diferentes materias y a las características específicas del alumnado.

Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.

Artículo 7. La evaluación de las competencias clave.

1. Tanto en la evaluación continua en los diferentes cursos como en las evaluaciones finales en las diferentes etapas educativas, deberá tenerse en cuenta el grado de dominio de las competencias correspondientes a la Educación Primaria, la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, a través de procedimientos de evaluación e instrumentos de obtención de datos que ofrezcan validez y fiabilidad en la identificación de los aprendizajes adquiridos. Por ello, para poder evaluar las competencias es necesario elegir, siempre que sea posible, estrategias e instrumentos para evaluar al alumnado de acuerdo con sus desempeños en la resolución de problemas que simulen contextos reales, movilizando sus conocimientos, destrezas, valores y actitudes.
2. Han de establecerse las relaciones de los estándares de aprendizaje evaluables con las competencias a las que contribuyen, para lograr la evaluación de los niveles de desempeño competenciales alcanzados por el alumnado.
3. La evaluación del grado de adquisición de las competencias debe estar integrada con la evaluación de los contenidos, en la medida en que ser competente supone movilizar los conocimientos, destrezas, actitudes y valores para dar respuesta a las situaciones planteadas,

dotar de funcionalidad a los aprendizajes y aplicar lo que se aprende desde un planteamiento integrador.

4. Los niveles de desempeño de las competencias se podrán medir a través de indicadores de logro, tales como rúbricas o escalas de evaluación. Estos indicadores de logro deben incluir rangos dirigidos a la evaluación de desempeños, que tengan en cuenta el principio de atención a la diversidad.

5. El profesorado establecerá las medidas que sean necesarias para garantizar que la evaluación del grado de dominio de las competencias del alumnado con discapacidad se realice de acuerdo con los principios de no discriminación y accesibilidad y diseño universal.

6. El profesorado debe utilizar procedimientos de evaluación variados para facilitar la evaluación del alumnado como parte integral del proceso de enseñanza y aprendizaje, y como una herramienta esencial para mejorar la calidad de la educación. Asimismo, es necesario incorporar estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros, como la autoevaluación, la evaluación entre iguales o la coevaluación. Estos modelos de evaluación favorecen el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros en las actividades de tipo colaborativo y desde la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje. En todo caso, los distintos procedimientos de evaluación utilizables, como la observación sistemática del trabajo de los alumnos, las pruebas orales y escritas, el portfolio, los protocolos de registro, o los trabajos de clase, permitirán la integración de todas las competencias en un marco de evaluación coherente.

8.6.- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

La nota de cada trimestre será la media de las notas obtenidas en las unidades didácticas que se hayan impartido durante ese trimestre, teniendo en cuenta que cada UD tendrá distintos porcentajes de evaluación en función al número de sesiones que la compongan.

Las unidades didácticas tendrán que aprobarse con más de un 5 para hacer media en el trimestre y su nota media se obtendrá mediante la valoración de los diferentes estándares de aprendizaje evaluables, asignando a cada estándar un porcentaje de la nota de la UD para completar el 100% de la misma. La ponderación de cada uno de estos no tiene que ser equitativa, de tal modo que algunos estándares pueden y deben tener más valor que otros, al ser estos los que en esencia caracterizan y justifican el planteamiento de la UD.

8.7.- VINCULACIÓN ENTRE CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, COMPETENCIAS ASOCIADAS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Educación Física. 2º ESO

CONTENIDO	Criterios de evaluación y competencia asociada	Estándares de aprendizaje evaluables	Instrumento Evaluación	Ponderación estándar en evaluación
JUEGOS Y DEPORTES	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. 1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.	Hoja de Registro Autoevaluación Ejercicio Escrito y Trabajo Hoja Registro y ejercicio práctico Hoja Registro y ejercicio práctico	9%
EXPRESIÓN CORPORAL	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC, CM	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.	Ejercicio Práctico Ejercicio Práctico Hoja Registro y heteroevaluación Hoja de Registro	9%
JUEGOS Y DEPORTES	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. 3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas. 3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Hoja de Registro y Examen Teórico Hoja de Registro Hoja Registro y prueba motriz Ejercicio Escrito	9%
CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ SALUD Y CALIDAD	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. 4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los	Examen Teórico Trabajo	9%

DE VIDA	las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA, CM, CS.	diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud. 4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva 4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. 4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. 4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	Examen Teórico Hoja de Registro Trabajo Trabajo	
CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ	5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora. CMCT, CAA, CM, CS.	5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. 5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. 5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	Hoja de Registro Test motores Trabajo Trabajo	8%
SALUD Y CALIDAD DE VIDA	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC, CM, CS.	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. 6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	Examen Teórico Prueba motriz Hoja de Registro	8%
JUEGOS Y DEPORTES	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, auto-regulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	Hoja de Registro +Autoevaluación Coevaluación y Heteroevaluación Hoja de Registro	8%

	demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP, CM, CS			
ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC,CM, CS	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico- deportivas. 8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico- deportivas 8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	Ejercicio Escrito Hoja de Registro Autoevaluación	8%
SALUD Y CALIDAD DE VIDA	9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC,CS	9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	Hoja de Registro Ejercicio Escrito Hoja de Registro	8 %
SALUD Y CALIDAD DE VIDA	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	Trabajo Hoja de Registro	8%
JUEGOS Y DEPORTES	11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.		Ejercicio escrito	8%
ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM, CS		Hoja de Registro	8%

Educación Física. 4º ESO

CONTENIDO	Criterios de evaluación y competencia asociada	Estándares de aprendizaje evaluables	Instrumento Evaluación	Ponderación estándar en evaluación
JUEGOS Y DEPORTES	1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM.	1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características. 1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. 1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.	Hoja de Registro Hoja de Registro y Prueba Motriz Hojas de Registro y ejercicio práctico	8%
EXPRESIÓN CORPORAL	2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CCL, CAA, CSC, SIeP, CeC, CM.	2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. 2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico-expresivos, aportando y aceptando propuestas.	Hoja de Registro y ejercicio práctico Hoja de Registro y ejercicio práctico. Hoja de Registro y ejercicio práctico	8%
JUEGOS Y DEPORTES	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM.	3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario. 3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes. 3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario. 3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones. 3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas. 3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.	Prueba motriz y examen teórico Hoja de Registro Prueba motriz y examen teórico Hoja de Registro Ejercicio escrito Ejercicio escrito	8%

SALUD Y CALIDAD DE VIDA	4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA, CM, CS.	4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva. 4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. 4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud. 4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.	Examen teórico Examen teórico Trabajo Trabajo	8%
CONDICIÓN FÍSICA	5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud. CMCT, CAA, CM, CS.	5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. 5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. 5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades. 5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.	Examen Teórico Hoja de Registro Trabajo Test físicos y examen teórico	8%
SALUD Y CALIDAD DE VIDA	6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. CMCT, CAA, CSC, CM, CS.	6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma. 6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal. 6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.	Examen teórico Prueba motriz Prueba motriz	8%
JUEGOS Y DEPORTES	7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados. CAA, CSC, SIeP.	7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales. 7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas. 7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.	Coevaluación/ Heteroevaluación Hoja de Registro Ejercicio práctico y Hoja de Registro	7%
JUEGOS Y DEPORTES	8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la	8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. 8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones	Hoja de Registro Hoja de Registro	7%

	violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. CAA, CSC, CeC, CS.	que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás. 8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.	Autoevaluación	
ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno. CMCT, CAA, CSC.	9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos. 9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida. 9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.	Hoja de Registro Hoja de Registro Ejercicio Escrito	7%
SALUD Y CALIDAD DE VIDA	10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes. CCL, CSC, CS.	10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. 10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. 10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.	Hoja de Registro Ejercicio escrito y examen teórico Ejercicio escrito y examen teórico	7%
JUEGOS Y DEPORTES SALUD Y CALIDAD DE VIDA	11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas. CCL, CAA, CSC, SIeP, CM.	11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos. 11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.	Hoja de Registro Hoja de Registro	7%
SALUD Y CALIDAD DE VIDA	12. Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. CCL, Cd, CAA.	12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. 12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones. 12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.	Trabajo Trabajo Trabajo	7%
ACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL	13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM, CS.		Hoja de Registro	7%

9.- ATENCIÓN A ALUMNOS Y ALUMNAS PENDIENTES

9.1.- ALUMNOS REPETIDORES CON LA ASIGNATURA APROBADA EN EL CURSO ANTERIOR

Estos alumnos que repiten curso tienen que aprobar la asignatura de Educación física en el vigente curso, independientemente de que la aprobaran en el curso anterior. En caso de repetir la nota del curso anterior no se guarda.

9.2.- RECUPERACIÓN DE PENDIENTES

Los criterios que establece el Departamento de Educación Física para recuperar la asignatura pendiente son los siguientes:

- Realización durante el curso de actividades de tipo teórico – práctico. Estas actividades se las proporcionara el profesor al inicio de cada trimestre y las deberán entregar el día propuesto por el profesor para hacer el examen trimestral del curso presente.

Si el alumno/a no entrega las actividades en la fecha correspondiente, las debe entregar a lo largo del siguiente trimestre para poder recuperarlo. En caso de no entregar ningún trabajo a principio de Junio el Departamento realizará un examen para estos alumnos/as. La fecha del examen será en la primera semana de Junio.

- Realizar las prácticas del curso presente para poder recuperar las practicas del curso anterior. Obligatorio realizar el 80% de las practicas del curso presente.

10.- ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

10.1- MEDIDAS REFERIDAS A LOS AGRUPAMIENTOS Y A LA ORGANIZACIÓN

El *espacio* disponible en los centros educativos para desarrollar las sesiones desempeñará un papel importante en la actividad motriz, aunque podrán emplearse otros espacios no habituales en las actividades complementarias. La situación en el espacio del alumnado dependerá además del estilo de enseñanza seleccionado, de la actividad a desarrollar y de los agrupamientos de la misma. En cambio, la situación y desplazamiento del profesor variará en función de las peculiaridades del momento, ocupando dos tipos de posición:

- *Externa*, a la hora de proporcionar la información inicial en las actividades.
- *Interna*, para suministrar conocimiento de resultados al alumnado (feedback).

Una buena organización del *tiempo* permite incrementar el periodo de participación del alumnado en los procesos de enseñanza y aprendizaje. Por ello, se estructurará adecuadamente el inicio y final de las actividades, los agrupamientos, la información inicial de cada tarea, los materiales, etc.

Los *agrupamientos* estarán determinados por el tipo de actividad que se va a realizar y pretenderán que todo el alumnado intervenga y progrese. Por ello, la distribución podrá ser: individual, por parejas, pequeño grupo o gran grupo (atendiendo a criterios funcionales, emocionales o de azar). Los grupos serán *heterogéneos u homogéneos*, dependiendo de la finalidad que procure la actividad.

10.2.- MEDIDAS REFERIDAS A LAS ACTIVIDADES

Las actividades atenderán a las características psico-evolutivas y necesidades del alumnado, se desarrollarán en los espacios disponibles del centro educativo, aprovechando los recursos materiales con los que se cuenta y se organizarán de manera adecuada en las sesiones. También, cabe destacar que las actividades:

- Asegurarán la relación de los aprendizajes con la vida real del alumnado.
- Permitirán a todo el alumnado intervenir activamente y progresar.
- Favorecerán la socialización, la participación y la cooperación.
- Incluirán una secuencia progresiva, de lo simple a lo complejo.
- Desarrollarán las competencias clave.
- Utilizarán recursos variados.

Actividades de refuerzo

Al establecer actividades de evaluación continua durante las sesiones, el profesor reorientará la enseñanza incorporando otras actividades que permitan desarrollar las capacidades no alcanzadas por algunos alumnos, lo que responde al principio de individualización.

Actividades de ampliación

Para atender a aquel alumnado que presente un ritmo de aprendizaje avanzado, el profesor planteará actividades o tareas que permitan una mayor evolución de sus capacidades, tanto motrices como cognitivas y afectivo-sociales.

Actividades lectoras

Teniendo en cuenta que la lectura constituye un factor fundamental para el desarrollo de las competencias básicas, se podrán emplear pequeños textos (artículos de prensa, páginas web...) relacionados con la temática de las unidades didácticas, para favorecer la adquisición de capacidades lectoras y de comprensión en el alumnado.

10.-3.- MEDIDAS REFERIDAS AL ALUMNADO

Las adaptaciones que se pueden realizar para atender a la diversidad comprenden la adecuación de los objetivos educativos, la selección de contenidos, la elección de estrategias metodológicas, la flexibilización de criterios e instrumentos de evaluación y la diversificación de las actividades educativas.

El objetivo fundamental de estas medidas es adaptar los procesos de enseñanza a las características generales y particulares del alumnado al que se dirige el aprendizaje (motivaciones, intereses, dificultades...), lo que constituye una individualización de la enseñanza.

Las *medidas ordinarias* que de manera general se adoptarán para atender a la diversidad son:

- Coordinar la actuación docente con el Equipo Educativo.
- Establecer niveles de graduación en las actividades y/o tareas.
- Flexibilizar los criterios e instrumentos de evaluación.
- Respetar los niveles iniciales del grupo y los distintos ritmos de aprendizaje.

- Para el *alumnado desmotivado*:

- Identificar sus intereses y aficiones para relacionarlos con los contenidos.
- Proponerles metas sencillas y accesibles, reforzando cualquier progreso.
- Realizar agrupamientos por afinidad.
- Atribuirles responsabilidades.
- Reforzar su autoestima.

- Para el *alumnado con problemas de conducta*:

- Reforzar las actitudes positivas.
- Realizar agrupamientos funcionales.
- Atribuirles responsabilidades.

- Para el *alumnado con un nivel alto de capacidades* en la materia:

- Tutorización de compañeros.
- Colaboración en las tareas y en las actividades de grupo.
- Actividades de ampliación.

- Para el ***alumnado con dificultades de aprendizaje***:

- Medidas ordinarias enunciadas con anterioridad.
- Trabajo en grupos heterogéneos.
- Actividades de refuerzo.
- Reforzar su autoestima.

- Para el alumnado que padezca enfermedad, lesión o dolencia que le impida la realización habitual de práctica de actividad física, y el cual presente su correspondiente prescripción médica o documentación pertinente, se determinan las siguientes medidas:

- Propiciar su participación en las tareas que pueda desarrollar y su colaboración en el resto de actividades.
- Proponer actividades que desarrollen sus capacidades en los diferentes ámbitos, las cuales serán evaluadas.
- Trabajos teóricos adicionales relacionados con los contenidos impartidos a lo largo del curso.

-Para el ***alumnado que presenta condiciones especiales***:

- Seguir las medidas de atención recogidas en la Programación General Anual.
- Atender a las recomendaciones establecidas en su correspondiente adaptación curricular.

Si durante el curso se detectara que algún alumno/a presenta necesidades específicas de apoyo educativo será imprescindible la coordinación con el Departamento de Orientación, el profesorado de Pedagogía Terapéutica, el Equipo Educativo, el tutor/a y la familia, con el fin de establecer líneas de actuación y responder así a sus necesidades, sean éstas temporales o permanentes.

11.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES DEL DEPARTAMENTO

Las actividades programadas por los miembros del Departamento se sustentan en una serie de *objetivos*, entre los que destacan:

1. Complementar la formación académica del alumnado desde una perspectiva integral del mismo (física, psíquica y social).
2. Promover un amplio programa de actividades físico-deportivas a realizar en fechas señaladas durante el período lectivo (celebración del día de la Constitución , día de Andalucía ,fin de curso...), así como en el período no lectivo (competiciones deportivas durante los recreos, por la tarde...).
3. Impulsar la participación de toda la comunidad educativa en las distintas actividades programadas por el Departamento en coordinación con el claustro de profesores.
4. Establecer canales de comunicación con diversos organismos y entidades públicas y privadas (Ayto., empresas, centros educativos...)a fin de colaborar en los proyectos del centro o de dichas instituciones.
5. Fomentar la presencia de contenidos interdisciplinares y transversales en los actos y actividades programadas.
6. Colaborar en la coordinación de actividades extraescolares de los diferentes Departamentos.
7. Contribuir a la difusión y promoción del centro educativo en su entorno próximo.

ACTIVIDADES Y TEMPORALIZACIÓN

Denominación de la actividad: Multideporte en la playa

Curso al que se destina: 1º, 2º y 3º ESO

Profesores responsables: Departamento Educación Física.

Raúl Garófano, Javier Moreno, José Antonio Urbaneja

Fecha probable de realización: 3º Trimestre

Duración: Todo el día

Presupuesto estimado: 10 Euros actividad + Autobús

Actividades a desarrollar:

- Voley playa.
- Palas.
- Fútbol playa.
- Canoas.
- Etc...

Objetivos:

- Conocer y practicar los deportes que se puede realizar en la playa.
- Importancia del medio natural como medio para realizar actividad física.
- Desarrollar y perfeccionar las capacidades físicas básicas, mediante carreras, saltos, trepas, lanzamientos...

- Adquirir hábitos higiénicos.
- Perfeccionar los sistemas sensoriales por la amplia gama de estimulaciones.
- Favorecer el espíritu de superación y sacrificio.
- Desarrollar el compañerismo y afianzar las relaciones sociales.
- Mejorar el trabajo cooperativo (trabajo en equipo).
- Fomentar el cuidado de la naturaleza cómo un bien muy valioso.

Denominación de la actividad: Jornadas Náuticas.

Curso al que se destina: 3º ESO

Profesores responsables: Departamento Educación Física.

José Antonio Urbaneja

Fecha probable de realización: 3º Trimestre

Duración: Todo el día

Presupuesto estimado: 10 Euros actividad + Autobús

Actividades a desarrollar:

- Kayaks
- Windsurf
- Paddle surf.
- Etc.,

Objetivos:

- -Conocer y practicar los deportes que se puede realizar en el medio acuático
- Importancia del medio natural como medio para realizar actividad física.
- Perfeccionar los sistemas sensoriales por la amplia gama de estimulaciones.
- Favorecer el espíritu de superación y sacrificio.
- Desarrollar el compañerismo y afianzar las relaciones sociales.
- Mejorar el trabajo cooperativo (trabajo en equipo).
- Fomentar el cuidado de la naturaleza cómo un bien muy valioso.

Denominación de la actividad: Orientación (Pantano del Chorro, Llanos del Nacimiento de Coin, Montes de Málaga y Antequera)

Curso al que se destina: 2º ESO, 3º ESO, 4º ESO y 1º BCH

Profesores responsables: Profesorado Educación Física. (Raúl Garófano, Javier Moreno, José Antonio Urbaneja)

Fecha probable de realización:

2º ESO, 4º ESO y 1º BCH. En Noviembre

3º ESO: Marzo

Duración: Jornada escolar.

Presupuesto estimado: 5 Euros + Autobús

Actividades a desarrollar: Orientación

Objetivos:

- Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa.
- Reconocer las diferentes posibilidades que nos ofrece el medio natural, para realizar

actividad física.

- Participar en unas jornadas de orientación con otros centros de la provincia.

Denominación de la actividad: Jornadas Blancas: Nieve Divertida

Curso al que se destina: 4º ESO y 1º BCH

Profesores responsables: Profesorado E.F (Raúl Garófano, Javier Moreno, José Antonio Urbaneja)

Fecha probable de realización: Febrero o Marzo (dependiendo de la nieve)

Duración: 2º días

Presupuesto estimado: 160 euros.

Actividades a desarrollar:

- Esqui
- Snow

Objetivos:

- Practicar actividad física en el medio natural (esquí y snow).
- Conocer el entorno físico de Sierra Nevada y las posibilidades deportiva que nos ofrece.

Denominación de la actividad: Jornadas Blancas: Nieve Artificial Divertida

Curso al que se destina: 4º ESO

Profesores responsables: Profesorado E.F (Raúl Garófano, Javier Moreno, José Antonio Urbaneja)

Fecha probable de realización: Diciembre.

Duración: 1º día

Presupuesto estimado: 50 euros.

Actividades a desarrollar:

- Patinaje sobre hielo.
- Rosco en la nieve

Objetivos:

- Practicar actividad física de invierno en nieve artificial.
- Conocer la oferta de actividades de invierno que ofrece Málaga capital.
- Realizar actividad física en un ambiente navideño.

Denominación de la actividad: Festival Expresión Corporal Álora

Curso al que se destina: Cualquier alumno del centro

Profesores responsables: Profesorado de E.F (Raúl Garófano, Javier Moreno, José Antonio Urbaneja))

Fecha probable de realización: Viérnes de Dolores (Marzo)

Duración: Jornada Escolar

Presupuesto estimado: Autobús a Álora.

Actividades a desarrollar:

- Actividades de expresión corporal baile.

Objetivos:

- Participar en un certamen benéfico de expresión corporal.
- Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.

Denominación de la actividad: Jornadas Atletismo Escolar

Curso al que se destina: Toda la ESO.

Profesores responsables: Profesorado E.F (Raúl Garófano, Javier Moreno, José Antonio Urbaneja))

Fecha probable de realización: Noviembre 2 sesiones. Una para 1º y 2º ESO y otra para 3º y 4º ESO

Duración: Jornada Escolar. Durante la mañana

Presupuesto estimado: ninguno

Actividades a desarrollar:

- Diferentes modalidades deportivas del atletismo.

Objetivos:

- Conocer las instalaciones deportivas de Cártama.
- Conocer y practicar las diferentes modalidades o disciplinas del atletismo.
- Tomar conciencia de la importancia de la actividad física como un hábito de vida.

Denominación de la actividad: Carrera San Isidro

Curso al que se destina: Todo el centro

Profesores responsables: Todo el profesorado del Centro

Fecha probable de realización: primera semana de Mayo

Duración: Jornada Escolar. (durante la mañana)

Presupuesto estimado: ninguno.

Actividades a desarrollar:

- Atletismo
- Juego y deportes colectivos (futbol, baloncesto, Voley playa, padel, tenis)
- Juego y deportes individuales (baile; etc..)

Objetivos:

- Tomar conciencia de la importancia de la actividad física como medio de salud.
- Vivenciar la práctica de diferentes deportes individuales y colectivos.
- Convivir y relacionarnos con otros centro de Cártama (jornada de convivencia lúdico – deportiva).

Denominación de la actividad: Práctica de Condición Física, Orientación y Juegos en la Naturaleza

Curso al que se destina: desde 1º ESO a 1º Bachillerado

Profesores responsables: Profesorado de E.F (Raúl Garófano, Javier Moreno, José Antonio Urbaneja).

Fecha probable de realización: Durante todo el curso

Duración: 1º hora. Clase de E.F

Presupuesto estimado: ninguno

Actividades a desarrollar:

- Todas aquellas propias del curriculum de E.F

Objetivos:

- Todos aquellos que están citados en la programación del Departamento de E.F

Denominación de la actividad: Nieve divertida

Curso al que se destina: 1º ESO

Profesores responsables: Raúl Garófano, Javier Moreno, José Antonio Urbaneja

Fecha probable de realización: 2º Trimestre

Duración: Una jornada Escolar.

Presupuesto estimado: 13 Euros + Autobús a Granada

Actividades a desarrollar:

- Trineos
- Iniciación a la ruta en raquetas de nieve.
- Neumáticos deslizadores.
- Juegos en la nieve,

Objetivos:

- Conocer el entorno de Sierra Nevada.
- Practicas actividades físicas en el medio natural.
- Conocer y valorar las posibilidades de entorno natural de nuestra comunidad autónoma.

12.- MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

12.1.- MATERIALES

El material disponible en este sentido, es suficiente, en relación al instrumental de práctica, pero no a nivel de biblioteca específica del área, el cual es escaso.

El presente curso el centro ha puesto en funcionamiento un nuevo programa de inventariado y registro del material para cada departamento. Este es dirigido por la secretaria del centro, autorizando a cada jefe como administrador de su propio departamento.

Todo el material, instalaciones e equipamientos serán utilizados por profesorado y alumnado en las clases de Educación Física, junto al nuevo material que se compre en el presente curso escolar.

12.2.- RECURSOS DIDÁCTICOS

Medios audiovisuales

El centro dispone de aulas con pizarras digitales, aulas con video y pantalla de televisión, aulas TIC, salón de actos con proyectores, y un gran número de recursos que nos permiten utilizar medios audiovisuales. Además, desde el curso 2015-2016 el departamento dispone de un cañón multimedia susceptible de ser utilizado en el gimnasio.

Recursos del entorno.

Como se ha comentado en el apartado 2 el *CONTEXTO DEL CENTRO*, al estar ubicado fuera del núcleo urbano, presenta una gran variedad de posibilidades en la utilización de su entorno y posibilita el contacto con el medio natural y su empleo como espacio docente. Al estar cercano de una zona de carriles en la cual no circulan vehículos con frecuencia, se utilizarán estas vías para realizar las clases de resistencia, las zonas recreativas del río Guadalhorce para realizar juegos recreativos y de orientación y el entorno urbano cercano para juegos de pistas y de orientación.

13.- PROCEDIMIENTO PARA EL SEGUIMIENTO DE LA PROGRAMACIÓN

Al comienzo de cada trimestre en las reuniones regulares del departamento se mantendrá como punto del orden del día el análisis de las programaciones tanto del 1º como del 2º ciclo y Bachillerato.

Todas aquellas modificaciones que se consideren oportunas realizar durante las revisiones propuestas, se adjuntarán al final de cada reunión, de este modo al final de cada mes y trimestre tendremos las primeras adaptaciones a la programación didáctica y podremos, en primer lugar, realizar las correcciones oportunas e inmediatas a la programación trimestral y en segundo lugar realizar correctamente la memoria final del departamento. Estas adaptaciones y modificaciones las haremos fundamentalmente en nuestra programación de aula.

14. -PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTES GRAVES

Según la orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía "... se deberá implementar protocolos de actuación en caso de accidente."

ACTUACIÓN BÁSICA ANTE ACCIDENTE GRAVE

1. Proteger tanto al accidentado o enfermo como a uno mismo o a los demás.
2. Llamar al 112 si se dispone de teléfono móvil, si no se dispone del mismo, avisar mediante un alumno a un profesor de guardia y al equipo directivo solicitando que se personen en el lugar del accidente con un teléfono móvil para hablar desde el lugar con el 112.
3. Mientras tanto, atender al accidentado o herido:
 - 3.1. TRANQUILIZARLO HABLANDO CON ÉL AUNQUE NO RESPONDA.
 - 3.2. NO DESPLAZARLO NI MOVERLO.
 - 3.3. PROCEDER A UNA EXPLORACIÓN PRIMARIA QUE SE DETALLA A CONTINUACIÓN.

Soporte vital básico pediátrico

A: Apertura vía aérea



Maniobra frente-mentón

B: Ventilaciones



Lactante: Boca a boca-nariz
Niño: Boca a boca

C: Compresiones

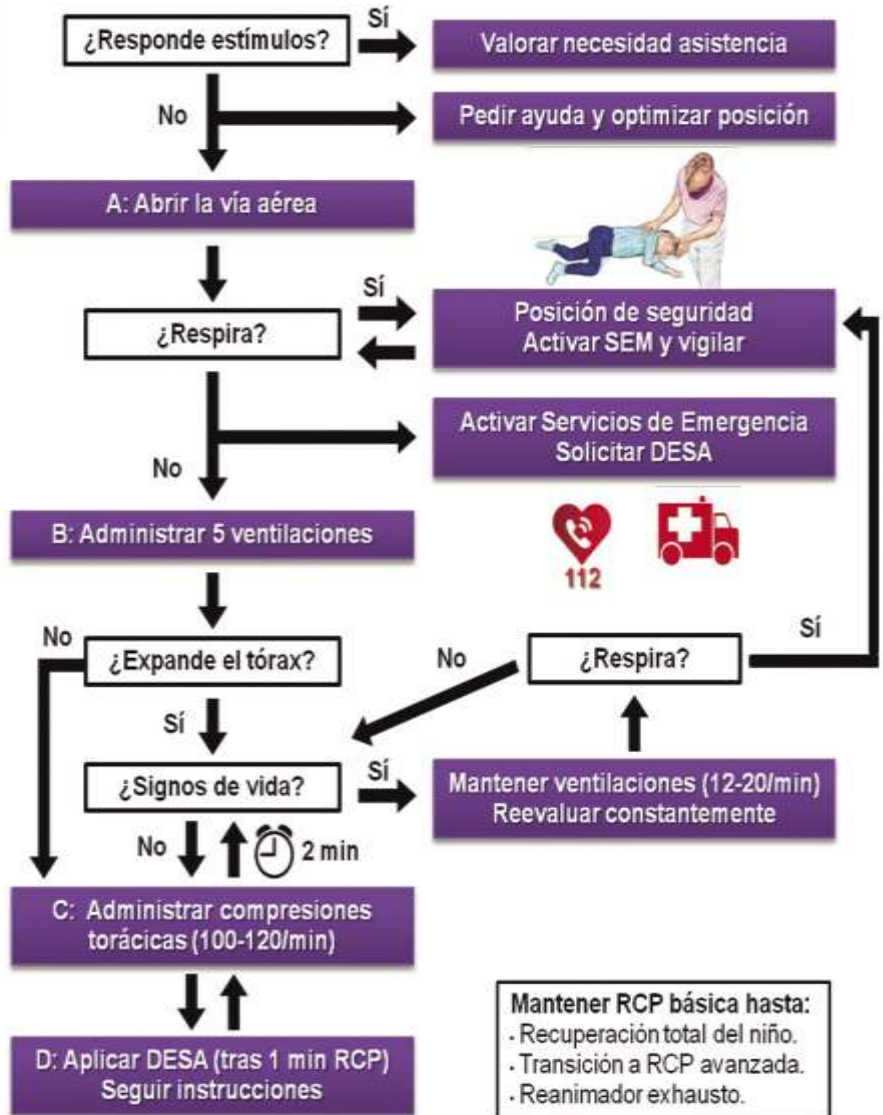


No sanitarios → 30:2
Sanitarios → 15:2

D: DESA



>8 años: 150 J
<8 años: 50-75 J (si se puede)



15.- LECTURAS

Somos conscientes de la importancia de la lectura en el actual sistema educativo, y la necesidad de establecer un hábito de lectura diario. Desde todas las áreas se aúnan esfuerzos por marcar una tendencia que permita a los alumnos y alumnas adquirir una mayor autonomía en la elección de sus lecturas. Para ello se hace imprescindible la elección previa de las lecturas de manera que sean estas las que llamen la atención del lector.

Desde el área de educación física, el fomento de la lectura se centra además de las lecturas diarias a través del “cuaderno del alumno”, donde se atiende a los temas que se están trabajando en ese momento, en los textos que se les mandan a los alumnos y alumnas tanto como actividades para casa, así como para poder compensar la falta de participación práctica por estar exentos temporalmente. Así los temas a tratar suelen ser artículos de periódicos deportivos, o de prensa diaria relacionados con los valores en el deporte, historias y anécdotas relacionadas con la actividad física y el cuidado de nuestro cuerpo y la salud, y curiosidades de la historia del deporte. Estos textos van acompañados de una serie de preguntas de comprensión- reflexión referidas al texto. Pensamos que suelen ser temas muy atractivos para la mayoría del alumnado de la educación secundaria obligatoria.

Además, también estamos desarrollando desde el área de Educación Física, el proyecto llevado a cabo desde la biblioteca de nuestro centro IES Valle de Azahar “Cine, literatura y atletismo”, donde pretendemos que nuestros alumnos/as vean algunas de las películas relacionada con el atletismo, o lean algún libro sobre esta temática. Para ello posteriormente a su visionado o lectura le pasamos una ficha de recogida de información, para verificar su visionado o lectura. (Estas fichas están elaboradas desde el Proyecto Cine, literatura y atletismo.

16.- BILINGÜISMO.

Atendiendo a la ORDEN de 28 de junio de 2011, por la que se regula la enseñanza bilingüe en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Andalucía y a las INSTRUCCIONES de 20 de mayo de 2015 conjuntas de la Dirección General de Innovación Educativa y formación del profesorado, y de la Dirección General de Formación Inicial y Educación Permanente, sobre la organización y funcionamiento de la enseñanza bilingüe para el curso 2021-2022, dentro del departamento de Educación Física se trabajará el bilingüismo en 2º de E.S.O. (A, B, C y D), en 4º de E.S.O. (A, B, C y D).

Para abordar el bilingüismo, se realizarán dos unidades didácticas integradas por curso. Estas unidades están relacionadas con otras materias en la E.S.O.

Durante el curso, contaremos con dos auxiliares de conversación a tiempo total, que apoyarán al profesorado bilingüe dentro del aula.

La incorporación del Proyecto Bilingüe a nuestro centro de secundaria conlleva importantes aspectos:

- Aspectos organizativo (colaboración entre departamentos, figura del coordinador, etc..)
- Modelo curricular (currículo integrador)

16.1.- CURRÍCULO INTEGRADO.

Las ventajas que un modelo educativo plurilingüe e intercultural aporta a nuestros alumnos y alumnas son numerosas y de índole diversa, beneficiándose de este proyecto a tres niveles: lingüísticamente, culturalmente, cognitivamente.

Las más importantes pueden ser las siguientes.

- Mejora de las competencias tanto en la primera como en la segunda lengua, mediante el desarrollo de competencias meta-lingüísticas, especialmente en la producción oral y la entonación.
- Beneficios cognitivos que se derivan del aprendizaje simultáneo en dos lenguas: los alumnos establecen mecanismos comparativos y contractivos que les ayudan a desarrollar estrategias de aprendizaje adecuadas.
- Se incrementa el conocimiento de los aspectos socioculturales de los países de habla inglesa. Los alumnos desarrollan un espíritu crítico y valoran los elementos más positivos de cada cultura.
- Los estudiantes obtienen una serie de ventajas que repercuten de modo muy positivo en su aprendizaje: la Consejería de Educación otorga prioridad a los Centros con Sección bilingüe para participar en Programas Europeos, intercambios etc., para permitir alcanzar a los estudiantes el dominio de una lengua extranjera lo más cerca posible del bilingüismo.
- El alumnado desarrolla más rápidamente la capacidad de aprender y de análisis crítico.
- Mayor facilidad para la utilización de nociones abstractas (matemáticas, por ejemplo)
- Mayor facilidad para estudiar una tercera o cuarta lengua.

- Los jóvenes que viven una educación bilingüe desarrollan generalmente mayor tolerancia y apertura de espíritu que los que sólo estudian una.
- Aprendizaje de una lengua extranjera para usarla, para acceder a otros conocimientos.
- Favorece la apertura cultural del individuo a otras realidades.
- La utilización frecuente de una lengua extranjera desarrolla las capacidades para aprender otras, facilita la adquisición de nuevos aprendizajes, ayuda a conceptuar, obliga al alumno a reflexionar sobre la propia lengua.
- Desarrolla las capacidades generales de aprender: al aprender en dos lenguas, el alumno se encuentra en “alerta intelectual” y más predispuesto a aprender, más abierto.
- Supone una llave para estudios universitarios en Europa. A lo largo de los estudios bilingües, se facilita la obtención de títulos oficiales de conocimiento del inglés exigidos en las Universidades europeas.

16.2.- OBJETIVOS

Se amplían los objetivos ya indicados en la programación general de las materias señaladas con los siguientes objetivos lingüísticos:

- Lograr una mejora en la competencia lingüística, tanto en la lengua materna como en la extranjera.
- Incrementar el vocabulario propio del área tanto en lengua materna como extranjera.
- Adquirir la capacidad de comunicarse en la segunda lengua, usándola para aprender contenidos de Educación Física.
- Hacer más flexible la competencia intelectual del alumnado, mejorando sus capacidades de aprendizaje y conociendo otras culturas.

16.3.- METODOLOGÍA

Se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:

- En la medida de lo posible, se procurará el uso de la lengua materna complementa a la lengua extranjera, evitando las traducciones de una en otra. Se harán resúmenes de los contenidos o se seleccionarán las partes del temario que se consideren fácilmente comprensibles por el alumnado para trabajarlas en inglés.
- Se usará el inglés, a través de la lectura comprensiva, de la realización de actividades: resúmenes en inglés, trabajos de investigación en inglés, respuesta a cuestionarios dirigidos...
- Se promoverá el uso del inglés en clase, ya sea a través de la lectura, o de la composición escrita y hablada.
- Se trabajará y fomentará el uso de las nuevas tecnologías. Deberán realizar trabajos sobre temas enlazados con el currículum. Estos trabajos deben realizarlo con un documento expositivo: open office o power point. Tras la realización de sus trabajos de investigación, los alumnos deberán exponerlos en clase usando para ello las pizarras digitales. Trabajaremos así la competencia digital y de autonomía del alumno.
 - Se combinarán la L1 y la L2 según necesidad de la explicación, intentando reducir de forma paulatina el uso de la L1, sobre todo en la realización de actividades.
 - De forma más específica, las competencias lingüísticas speaking y listening se verán reforzadas de distinta forma:
 - El SPEAKING, lo trabajaremos mediante trabajo expositivo (acompañado de su correspondiente presentación ppt o prezzi) íntegramente en inglés y dinámicas de role-play. En la elaboración de dichos trabajos han de interactuar con la asistente de idiomas, valorando el hecho de comunicarse con el mismo sin seguir un guión previo.

- El LISTENING se reforzará mediante preguntas sobre videos o ejercicios audio todos referidos a los contenidos propios de la Educación Física.

Se contará con la colaboración del Departamento de Inglés para reforzar el aprendizaje desde el punto de vista lingüístico, fonético y gramatical, a través de los profesores del Departamento que impartan inglés en los distintos grupos bilingües. Se hará especial hincapié en expresiones que aparecen con frecuencia en el lenguaje propio utilizado en el área de la actividad física.

Se trabajarán las competencias en las nuevas tecnologías en la medida que lo permita el desarrollo del temario mediante la consulta de sitios web (portales educativos, prensa)