

# **PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN SECUNDARIA (ESO y Bachillerato)**

**LOMLOE**

**CURSO 2023/2024**

**Dpto. Educación Física**

**Jefe Dpto.: Javier Ibarrola Colino**

**Daniel Vidal Díez**

## **ÍNDICE**

**0-ACLARACIONES INICIALES SOBRE LA PRESENTE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.....**

**1-INTRODUCCION.**

**2-CARACTERISTICAS DEL CENTRO-**

**A) Composición del departamento.**

**B) Distribución de materias y cursos.**

**C) Participación del departamento en las actividades del centro.**

**D) Funcionamiento del departamento.**

**3-PROGRAMACION DE LOS CURSOS DE LA LOMLOE: ESO Y 1º BACHILLER**

**3.1.1 Introducción. Conceptualización y características de la materia. Contribución de la materia a los objetivos de etapa y las competencias claves.....**

**3.1.2 Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos de la etapa. Mapa de relaciones competenciales.....**

**3.1.3 Criterios de evaluación e indicadores de logro. junto a los contenidos con los que se asocian.....**

**3.1.4.Contenidos de carácter transversal que se trabajaran desde la materia.**

**3.1.5 Metodología didáctica.**

**3.1.5.1. Principios metodológicos.**

**3.1.5.2.Metodos pedagógicos, estilos, estrategias y técnicas de enseñanza.**

**3.1.5.3. Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios.**

**3.1.6. Materiales y recursos de desarrollo curricular.**

**3.1.7. Concreción de planes, programas y proyectos de centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia..**

**3.1.8.Actividades complementarias y extraescolares**

**3.1.9..Evaluacion del proceso de aprendizaje del alumnado.**

**3.1.9.1.Tecnicas e instrumentos de Evaluación asociados a los criterios de evaluación y a los indicadores de logro.**

**3.1.9.2.Momento de la evaluación**

**3.1.9.3. Agentes evaluadores**

**3.1.9.4. Criterios de calificación..**

**-Primer curso de la ESO**

**-Segundo curso de la ESO**

**-Tercer curso de la ESO**

**-Cuarto curso de la ESO**

**-1º BACHILLERATO**

## 0-ACLARACIONES INICIALES SOBRE LA PRESENTE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.

La presente **Programación Didáctica** (PD) se enmarca en el contexto legislativo de la implantación Ley Orgánica de Educación (**LOMLOE**, 2020), que modifica la anterior Ley Orgánica de Educación (LOMCE). Según el calendario de aplicación y de derogación establecido, durante el presente curso escolar estará en vigor para todos los **cursos de la ESO Y BACHILLERATO** los currículos LOMLOE establecidos para la comunidad de Castilla y León.

Las referencias legislativas básicas serán (todas ellas recogidas en el apartado de bibliografía):

- Real Decreto 39/2022 de 29 de Septiembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad de Castilla y León.
- Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.
- Decreto 40/2022 de 29 de Septiembre, por el que se establece el currículo básico del Bachillerato en la comunidad de Castilla y León.
- Real Decreto 243/2022 de 5 abril por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.

## 1 INTRODUCCIÓN: Educación Física.

Elaborar la **Programación Didáctica** (PD) de una materia es una de las tareas más decisivas del profesor y del departamento. El éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje depende en gran medida de que quien ha de conducir este proceso clarifique previamente los objetivos y programe sistemáticamente qué debe aprender el alumno o alumna (capacidades y competencias clave), en qué orden (secuencia), para qué (finalidades y aspiraciones finales de los alumnos), cómo (contenidos y metodología) y con qué medios (libros, cuadernos, herramientas digitales y otros muchos materiales). Todos estos elementos, junto con el planteamiento de la atención a la diversidad del alumnado, el tratamiento de los aspectos transversales, la explicitación de los criterios de evaluación y calificación, junto a los estándares de aprendizaje, así como los procedimientos e instrumentos de evaluación y criterios de calificación, configuran los elementos básicos de la Programación Didáctica.

Además de todo ello, se incluyen otros aspectos como los relacionados con los elementos transversales, las actividades complementarias y extraescolares, los mecanismos de recuperación, apoyo y refuerzo y los mecanismos para evaluar y reorganizar el proceso de programación mediante los procedimientos de evaluación de la propia PD y sus indicadores de logro.

Para favorecer el trabajo del profesor del departamento se elabora esta PD de la materia de EF, tanto lo relacionado con la etapa de la ESO, como de la de Bachillerato. Las programaciones didácticas son los “instrumentos específicos de planificación, desarrollo y evaluación de cada una de las materias, en los que se concretarán los distintos elementos del currículo para el desarrollo de la actividad docente en cada curso” (Orden, EDU/362/2015, art 18).

Así, la Programación Didáctica del área de Educación Física se convierte en un instrumento práctico que permite al profesor realizar sus programaciones de aula, y a todos los agentes educativos (dirección, profesores, padres y alumnos) conocer en cada momento dónde se encuentran los alumnos respecto a los

objetivos previstos, qué correcciones generales han de plantearse y qué mecanismos de ampliación, refuerzo o adaptación deben ponerse en marcha.

A lo largo de los últimos cursos escolares, el Departamento de Educación Física ha trabajado sobre las Programaciones Didácticas con el propósito de mejorar la calidad de todos los elementos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje o, al menos, intentar que la intervención sea lo más educativa posible, favoreciendo con ello la formación integral de los alumnos.

Por lo tanto, podemos decir que esta Programación Didáctica (al igual que las que le sigan) es fruto de la reflexión profunda sobre nuestra propia práctica. Ésa es su fuente principal. Creemos que debemos de partir de la realidad que nos rodea, adaptarnos a ella pero interviniendo eficazmente para conseguir unos resultados a corto plazo (por aquello de la necesidad de la calificación del alumnado), pero es a medio-largo plazo cuando los logros de esta área se pueden constatar. Nos proponemos, entre otros retos, ***influir sobre los hábitos saludables de vida de las personas, la ocupación activa del tiempo libre<sup>1</sup>, la práctica de actividades físicas y deportivas, la relación con los demás, etc.*** Es evidente que no sólo “marcará” a las personas la participación activa en nuestra área, pues el entorno social, las relaciones interpersonales, el nivel económico, los programas institucionales y campañas de promoción de la salud y de práctica de actividades físicas... influirán decisivamente, pero es en las edades de los alumnos con los que trabajamos en las que encontramos un momento idóneo para la formación de hábitos físico- deportivos. En este sentido, García (1993, p. 84) señala que “es importante que los jóvenes tengan una buena experiencia con las

---

<sup>1</sup> En este sentido, Knapp (1981, p. 169) afirma que “Es lícito concluir, por tanto, que las necesidades de ejercicio físico y la gozosa expresión de la habilidad no es probable que queden satisfechas para la mayoría de las personas en su trabajo diario, y que, en consecuencia, para el desarrollo de su personalidad completa, resulta cada vez más necesario aprovechar parte de su tiempo libre en actividades físicas. Así pues, la recreación física tiene por delante un papel importante; pero, por lo general, el adulto sólo se entregará a una actividad física si cuenta ya con una habilidad de base sobre la que edificar (...) Sería de desear, en consecuencia, que, al salir de la escuela (institutos, en nuestro caso), cada persona haya adquirido, en una o dos actividades, la habilidad suficiente para que se sienta estimulada a proseguir una actividad bien ejecutada de adulto. Es de vital importancia que todo el mundo comprenda bien el placer que puede depararle la habilidad, porque es precisamente una motivación íntima de este tipo la que asegurará que un individuo practique con la destreza debida (incluso sin ella) una actividad durante toda su vida”. El énfasis de lo reflejado entre paréntesis es nuestra opinión personal.

clases de educación física por la evidente influencia que éstas tienen en los futuros hábitos deportivos”.

Esta Programación Didáctica está elaborada en función de los recursos y disponibilidades del centro, de las características del alumnado, de su entorno social, de las opiniones reflejadas por los alumnos en instrumentos de autoevaluación y entrevistas que ellos suelen hacer al final del curso, de la reflexión sobre las anteriores programaciones, etc. Todo ello con vistas a conseguir las capacidades a las que se refiere la actual legislación (LOMLOE,), al final de su paso por cada una de las etapas educativas, que en el I.E.S. Merindades de Castilla son la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, por lo tanto esta Programación se realiza para cada uno de los cuatro cursos de la ESO, y para 1º de Bachillerato.

Este año la materia de Educación Física continua dentro del programa de **Bilinguismo** dentro de los **dos cursos de la Eso en el segundo ciclo de secundaria (3º y 4º) en la materia de Educación Física** lo que implica una gran coordinación dentro del departamento.

Las bases legales que rigen esta Programación Didáctica ya han sido mencionadas en el apartado anterior sobre “*Aclaraciones iniciales*”, e irán mencionándose a lo largo del desarrollo de la misma, tanto en el caso de la ESO como del Bachillerato.

## 2-CARACTERÍSTICAS DEL CENTRO

### A) Composición del departamento.

<b>NOMBRE DEL CENTRO</b>	<i>I.E.S. Merindades de Castilla.</i>
<b>LUGAR</b>	<i>Villarcayo (Burgos)</i>
<b>ENSEÑANZA DE LA ED. FÍSICA</b>	<i>E.S.O. y 1º Bachillerato</i>
<b>CARÁCTER</b>	<i>ESTATAL</i>
<b>Nº PROFESORES</b>	<i>75</i>
<b>NÚMERO DE GRUPOS (ESO y 1º Bach.)</b>	<i>13</i>
<b>HORARIO DEL CENTRO</b>	<i>8:30 – 14:20 de lunes a viernes</i>
<b>HORAS DE LA ASIGNATURA</b>	<i>2 horas semanales</i>
<b>INSTALACIONES<sup>2</sup></b>	<i>Gimnasio cubierto 1 pista polideportiva exterior.</i>

El Departamento de Educación Física lo compone un profesor que asume todas las horas lectivas de Educación Física de los grupos de ESO y 1º Bachillerato, ejerciendo a la vez las funciones de Jefe de Departamento.

#### **Javier Ibarrola Colino :**

- 1º E.S.O. A .
- 2º E.S.O.: A y B.
- 3º E.S.O. A y B/C
- 1º BACHILLERATO CIENCIAS Y HUMANIDADES
- Jefatura de Departamento.

---

<sup>2</sup> Existen en el centro otras instalaciones (sala de audiovisuales, sala de usos múltiples biblioteca, etc.) que serán usadas para el desarrollo de la programación didáctica.

El Departamento de Educación Física lo compone otro profesor ,que esta a media jornada y se encarga de dar clase a los alumnos bilingües de la ESO .

***Daniel Vidal Díez***

- 3º E.S.O. bilingüe
- 4º E.S.O. bilingüe
- 4ºESO A C NO BILINGÜE
- 4º ESO B NO BILINGUE
- 1º B ESO.

**B) Distribución de materias y cursos.**

En el siguiente apartado se establece el reparto horario y de grupos establecido para el presente curso:

**JAVIER IBARROLA**

	<b>Lunes</b>	<b>Martes</b>	<b>Miércoles</b>	<b>Jueves</b>	<b>Viernes</b>
8:30 9:20	2ºA	3º B C		2ºA	
9:25 10:15	1ºA	CCP		AT.PADRE	3º B C
10:20 11:10	2ºB	3ºA		BH1	BC1
11:10 11:40					
11:40 12:30		R.DEPAR	1ºA	3ºA	R.OR. BACH
12:35 13:25	BH1	BC1	2ºB		
13:30 14:20					

**DANIEL VIDAL DÍEZ**

	<b>Lunes</b>	<b>Martes</b>	<b>Miércoles</b>	<b>Jueves</b>	<b>Viernes</b>
8:30 9:20					4º BIL
9:25 10:15		4ºA C	4ºB	4ºA C	
10:20 11:10			TUTORIA 1ºB	T.LEC	
11:10 11:40		GR		GR	
11:40 12:30		R.DEP		TUT PADRES	3º BIL
12:35 13:25		R.D.OR.	P.BIL	3º BIL	1ºB
13:30 14:20		1ºB	4ºBIL		4ºB

C) Participación del departamento en las actividades del centro.

Como se puede comprobar, la hora semanal dedicada a la **REUNION de departamento** queda fijada todos los MARTES entre las 11.40: y las 12:30 h. Dicha reunión se empleará (entre otros fines) para realizar el seguimiento y ajuste de todos aquellos aspectos de esta programación que lo requieran: metodología, evaluación, revisión y posible adquisición de nuevos materiales...entre otros..Además de ayudarnos para coordinar la implantación del bilingüismo en las clases de Educación Física.

También el departamento participa en la **Comisión de Coordinación Pedagógica del centro** teniendo fijada dicha reunión los martes de 9:25 a 10:15 h.

En dicha comisión se establece la coordinación entre todos los jefes de departamento con el equipo directivo y se adoptan las medidas oportunas para el buen desarrollo y funcionamiento del centro durante el curso escolar.

#### D) Funcionamiento del departamento.

El **I.E.S. MERINDADES DE CASTILLA** de VILLARCAYO es un centro público cuya titularidad corresponde a la Consejería de Educación de la Junta de Castilla y León. Cuenta con alrededor de 350 alumnos repartidos en la Eso, Bachillerato y ciclos medios y superiores de formación profesional. Así mismo, cuenta con un curso de formación profesional básica.,

Una gran parte de los alumnos del I.E.S. vive en Villarcayo; el resto proviene de los diferentes pueblos que conforman la comarca de las Merindades.

El centro cuenta con dos instalaciones deportivas: Gimnasio y Pista exterior. Éstas, permiten la realización de las sesiones de EF .Sin embargo, el centro no cuenta con vestuarios ni almacén para guardar el material, lo que supone una **grave carencia** para el departamento que impide un correcto desarrollo de la asignatura.

La **clase de Educación Física** se desarrolla en unas circunstancias distintas al resto de las materias, por lo que es preciso que se tengan en cuenta algunas **normas útiles de comportamiento y actuación**:

La clase comienza en el instante que lo indica el horario (no en el vestuario o la cancha), por lo que el alumno deberá de actuar con rapidez en los traslados para comenzar cuanto antes la clase.

Salvo indicación expresa del profesor, la clase se realizará en el gimnasio, lugar al que los alumnos se dirigirán en los cinco minutos previstos en el horario del centro para traslados.

Los traslados desde el aula al gimnasio, y desde éste hasta el lugar previsto para impartir la clase, han de realizarse con orden y rapidez sin molestar a los demás compañeros que estén en las aulas, respetando las instalaciones que se encuentren a su paso así como las indicaciones del profesor.

Al comienzo del curso los alumnos deberán presentar al principio del curso, informe o justificante médico cuando se tenga motivo para que se le aplique una adaptación curricular total o parcial de la práctica deportiva y/o de la Educación Física.

La referencia de alumnos “exentos” ha desaparecido de la legalidad vigente. El alumno debe asistir a clase y hacer lo máximo aunque sea de manera distinta. **Por supuesto que se le calificará.** Se tendrá presente en todo momento la ORDEN de 10 de julio de 1995 por la que se regula la adaptación del currículo de la Educación Física para los alumnos con necesidades educativas especiales... en la educación secundaria, así como la dispensa de la misma para los mayores de veinticinco años. El alumno que no pueda realizar la clase de manera temporal o permanente recibirá instrucciones del profesor para realizar otro tipo de tareas que complementen aquellas que no puede realizar, para que pueda aprender aquellas cuestiones que sus compañeros realizan de forma práctica. Para ello, podrá establecer aquellos procedimientos e instrumentos de evaluación y criterios de calificación que estime oportunos.

Los alumnos que tengan aprobada la **Danza Clásica de los Estudios de Régimen Especial de Danza** o tengan la condición de **deportistas de élite**, podrán solicitar la **convalidación** del Área de Educación Física en la ESO, para lo que se tendrá en cuenta el *Real Decreto 242/2009, de 27 de febrero, por el que se establecen convalidaciones entre las enseñanzas profesionales de Música y de Danza y la Educación secundaria obligatoria y el Bachillerato*, así como los efectos que sobre la materia de Educación Física deben tener la condición de deportista de alto nivel o alto rendimiento y las enseñanzas profesionales de Danza.

Si algún alumno considera que se encuentra mal física o anímicamente para poder seguir el normal desarrollo de la clase, deberá consultar con el profesor al comienzo si debe o no realizarla y qué tipo de cambios debe llevar a cabo respecto a las tareas que realizan sus compañeros.

Se ha de llevar siempre la ropa deportiva completa, limpia y adecuada, incluso cuando algún día no pueda realizar la actividad física o el clima no sea favorable. Será el profesor quien indique cuando no hay que traer la ropa. El calzado deportivo será de uso específico para el área de EF.

Es aconsejable lavarse y asearse después de clase, aunque el tiempo disponible y la ausencia de vestuarios del centro lo impiden.

Es obligatorio utilizar un calzado deportivo adecuado para poder realizar la clase de Educación Física. Los cordones del calzado deberán estar convenientemente atados. Esta norma es fundamental para mantener la salud de los alumnos y evitar lesiones.

Se deberán retirar previamente al comienzo de la clase anillos, pulseras, relojes, etc., que puedan provocar lesiones durante la práctica de las actividades físicas. Este aspecto es de especial importancia y se informa a los alumnos a comiendo de cada curso. El profesor se encargará de su custodia si se depositan en el gimnasio; sin embargo, será responsabilidad del alumno si estos objetos se dejan en el patio (gradas, porterías, etc...). El alumno que no se quite este tipo de objetos será responsable de las molestias o daños que pudiera sufrir él mismo o algún compañero. El profesor decidirá si deja practicar al alumno en caso de considerarlo un riesgo para las actividades de dicha sesión.

Antes de comenzar el trabajo diario, el profesor presentará la actividad que se va a realizar y los objetivos que se deben alcanzar, así como las nociones básicas que consideran importante

Habrán de cuidarse y respetarse los materiales y las instalaciones, comunicando al profesor cualquier desperfecto que se produzca. Cualquier rotura o desperfecto causado por el mal uso o el descuido de los alumnos obligará a su reposición.

### 3.1.1 **Introducción.** Conceptualización y características de la materia. Contribución de la materia a los objetivos de etapa y las competencias claves.

La actividad física es inherente al ser humano y la corporeidad es innegable, de modo que atender este aspecto a través de la educación física es uno de los pilares básicos de la educación de los niños y jóvenes. Desde esta materia se abordará la cuestión física con un enfoque amplio, que dé respuesta a las necesidades actuales y futuras del alumnado, tanto a nivel individual como colectivo. El conocimiento, cuidado y disfrute de su corporeidad estará en la base de nuestro quehacer, siendo una prioridad la promoción de la salud física y mental de todos los ciudadanos, aprovechando las posibilidades que nos brinda la materia como pueden ser el control de las acciones motrices y de los aspectos perceptivos y decisionales de las mismas. A través de la materia se avanzará en la búsqueda de una educación inclusiva y equitativa, buscando reducir las desigualdades en todos los ámbitos de la sociedad, empoderando al alumnado para que lleve una vida más saludable y sostenible, así como fomentando la tolerancia y una convivencia pacífica. Este camino iniciado en el área Educación Física en la etapa de primaria debe buscar su avance en etapas posteriores de la vida del alumnado, teniendo siempre presentes los objetivos aprobados por la Asamblea General de las Naciones Unidas en su Agenda 2030 sobre el Desarrollo Sostenible. Por encima de todo, esta materia contribuye a favorecer el desarrollo integral de las personas, puesto que contiene en su esencia las bases del conocimiento: el pensamiento, la acción y el sentimiento, estando presentes a lo largo de toda la enseñanza obligatoria.

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

La materia Educación Física permite desarrollar en el alumnado las capacidades necesarias para alcanzar todos y cada uno de los objetivos de la etapa de educación secundaria obligatoria, contribuyendo en mayor grado a algunos de ellos, en los siguientes términos: Se contribuirá a que el alumnado sea respetuoso y tolerante, para conseguir una ciudadanía democrática, utilizando los recursos que la materia tiene a su alcance para lograr que la cooperación y la solidaridad se conviertan en su modo de vida, exponiendo sus puntos de vista y comprendiendo los del resto de sus compañeros, valorando la honestidad como un valor esencial, no solo en el ámbito deportivo, sino en cualquiera en el que tome partido. A fin de lograr el desarrollo personal del alumnado, se fomentarán la disciplina y el esfuerzo, tanto individual como de equipo, mediante la práctica de diferentes actividades y ejercicios físicos, teniendo siempre presente la importancia de ser perseverantes, afrontando los errores como grandes oportunidades de aprendizaje que contribuyen a aumentar la capacidad de resiliencia, adquiriendo con ello una necesaria tolerancia a la frustración. Valiéndonos de las características de la materia, podremos contribuir al desarrollo emocional, crítico, empático y proactivo de la personalidad del alumnado, potenciando que aprenda comportamientos igualitarios frente a cualquier causa de exclusión o inequidad, rechazando los prejuicios y la violencia, así como aprendiendo a resolver pacíficamente los conflictos ineludibles a la propia convivencia. A lo largo de la etapa se potenciará que el alumnado conozca el funcionamiento de su propio cuerpo y el de los demás, aceptándolo tal como es, con las características individuales que lo hacen único; se abordará especialmente el respeto por la singularidad y la diferencia de todos los individuos. A través de la práctica de diferentes actividades físicas y deportivas, esta materia tiene la posibilidad de que el alumnado aprenda a promover y proteger su propia salud y la de su entorno, físico y social. A través de Educación Física podemos ayudar a crear y fomentar un espíritu crítico respecto a las prácticas perjudiciales para la salud individual y colectiva, incluyendo a todos los seres vivos

y prestando especial atención al cuidado del medio ambiente. La evolución del conocimiento científico que rodea la materia hace imprescindible que el alumnado aprenda a utilizar con sentido crítico las fuentes de información a las que tiene acceso y que le ayudarán en su proceso de formación integral. Contribuirá, mediante la diversidad de actividades físicas que comprende la materia, a dotarles de una visión global del mundo que los lleve a cuidarlo y respetarlo empezando por sí mismos, abarcando también las conductas sociales respecto a salud y consumo que incidan en la conservación y mejora del medio ambiente. No se puede olvidar la capacidad expresiva y artística del ser humano, debiéndose potenciar desde diferentes niveles para contribuir de forma notoria a generar en el alumnado una riqueza de recursos y una sensibilidad ajustada a las nuevas demandas del siglo XXI.

## Contribución de la materia al desarrollo de las competencias clave.

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

### **Competencia en comunicación lingüística.**

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

### **Competencia plurilingüe**

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

### **Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería**

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

### **Competencia digital.**

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

### **Competencia personal, social y aprender a aprender**

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

### **Competencia ciudadana**

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

### **Competencia emprendedora**

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

### **Competencia en conciencia y expresión culturales**

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

### **3.1.2 Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos de la etapa. Mapa de relaciones competenciales.**

Los descriptores operativos de las competencias clave son el marco de referencia a partir del cual se concretan las competencias específicas, convirtiéndose así éstas en un segundo nivel de concreción de las primeras, ahora sí, específicas para cada materia.

En el caso de la materia Educación Física, se organizan en cinco ejes nucleares que se relacionan entre sí:

La promoción y desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, conducente a mejorar la calidad de vida del alumnado basándose en la evidencia científica.

Para ello, ayudará la realización de actividades físicas de diversa índole (deportivas, expresivas y recreativas) con diferentes lógicas internas, que le haga progresivamente más autónomo y que aumente su capacidad de superación, crecimiento y resiliencia frente a retos motores.

En este marco es indispensable el trabajo del respeto hacia las emociones propias y colectivas que se ponen en juego durante la práctica de actividad física y deportiva, incorporando la diferencia como un valor añadido y aprendiendo a gestionar el éxito y el fracaso, además de rechazar las conductas antideportivas y contrarias a la convivencia.

Íntimamente relacionado con la práctica física se encuentra el desarrollo de la cultura motriz y de la expresividad ligada al cuerpo y el movimiento a través de la práctica de actividades de variada naturaleza, valorando la diversidad cultural presente en las diferentes manifestaciones motrices.

Para finalizar, la materia busca el desarrollo de un estilo de vida sostenible y responsable en la práctica físico-deportiva que contribuya a la conservación del medio ambiente.

### 3.1.3 Criterios de evaluación e indicadores de logro. junto a los contenidos con los que se asocian.

La adquisición de las competencias específicas constituye la base para la evaluación competencial del alumnado. El nivel de desarrollo de cada competencia específica vendrá determinado por el grado de consecución de los criterios de evaluación con los que se vincula, por lo que estos han de entenderse como herramientas de diagnóstico en relación con el desarrollo de las propias competencias específicas. Estos criterios se han formulado vinculados a los descriptores del perfil de la etapa, a través de las competencias específicas, de tal forma que no se produzca una evaluación de la materia independiente de las competencias clave. Este enfoque competencial implica la necesidad de que los criterios de evaluación midan tanto los productos finales esperados (resultados) como los procesos y actitudes que acompañan su elaboración. Para ello, y dado que los aprendizajes propios de Educación Física se han desarrollado habitualmente a partir de situaciones de aprendizaje contextualizadas, bien reales o bien simuladas, los criterios de evaluación se deberán ahora comprobar mediante la puesta en práctica de técnicas y procedimientos también contextualizados a la realidad del alumnado.

## Contenidos

Los contenidos se han formulado integrando conocimientos, destrezas y actitudes cuyo aprendizaje resulta necesario para la adquisición de las competencias específicas.

Por ello, a la hora de su determinación se han tenido en cuenta los criterios de evaluación, puesto que estos últimos determinan los aprendizajes necesarios para adquirir cada una de las competencias específicas.

A pesar de ello, en el currículo establecido en este decreto no se presentan los contenidos vinculados directamente a cada criterio de evaluación, ya que las competencias específicas se evaluarán a través de la puesta en acción de diferentes contenidos.

De esta manera se otorga al profesorado la flexibilidad suficiente para que pueda establecer en su programación docente las conexiones que demanden los criterios de evaluación en función de las situaciones de aprendizaje que al efecto diseñe.

Los contenidos de Educación Física se estructuran en seis bloques, a saber:

**A. Vida activa y saludable:** La salud física, mental y social, el desarrollo de relaciones positivas y el rechazo de comportamientos antisociales. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

**B. Organización y gestión de la actividad física:**

La elección y la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores, medidas de seguridad y actuaciones de primeros auxilios relacionadas con la actividad física.

### **C. Resolución de problemas en situaciones motrices:**

La toma de decisiones, aprendizaje y mejora de la técnica deportiva, los procesos de creatividad motriz y el desarrollo de las capacidades condicionales. Utilización de contextos variados según la lógica interna de la acción motriz: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.

### **D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices:**

El control de las propias emociones, el desarrollo de las habilidades sociales, el fomento de las relaciones inclusivas, el respeto a las reglas y el rechazo de las conductas contrarias a la convivencia.

**E. Manifestaciones de la cultura motriz:** Tradicional y contemporánea, los usos comunicativos y expresivos de la corporalidad, y las actividades rítmicas y musicales, así como los aspectos relativos a la perspectiva de género dentro del deporte y a la influencia de este en la sociedad actual.

### **F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno:**

Consumo responsable y sostenible, uso y cuidado del entorno natural y urbano, recuperación de espacios, entre otros.

### 3.1.4. Contenidos de carácter transversal que se trabajaran desde la materia.

Desde la materia de Educación Física se trabajará:

- La comprensión lectora.
- La expresión oral y escrita.
- La comunicación audiovisual.
- La competencia digital.
- El emprendimiento social y empresarial.
- El fomento del espíritu crítico y científico.
- La educación emocional y en valores.
- La igualdad de género.
- La creatividad.
- Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.
- Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.

Y se fomentarán:

- La educación para la salud.
- La formación estética.
- La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable.
- El respeto mutuo y la cooperación entre iguales.

En nuestra materia deberemos trabajar los contenidos de carácter transversal a través de los procesos de enseñanza-aprendizaje.

En todo caso, tanto los docentes como los centros en su conjunto, deberían prestar una especial atención a los contenidos transversales relacionados con el bienestar emocional de su alumnado y con la mejora de la convivencia escolar.

Por tanto, los docentes, a partir de las orientaciones para la incorporación de los contenidos transversales que establecen los centros en la propuesta curricular, deberán incorporar y planificar el trabajo de estos contenidos transversales en las respectivas programaciones didácticas.

La manera de plasmarlo en las programaciones didácticas dependerá de la manera en la que los centros lo dispongan en su propuesta curricular. Es decir, dependerá de si los centros han establecido unas pautas generales sobre cómo incorporar los contenidos transversales; si han redactado todo el listado de los contenidos transversales y han dado indicaciones sobre cada uno de ellos específicamente; si han definido, desglosado y desarrollado cada uno de los contenidos transversales, concretando aspectos a trabajar sobre cada uno de ellos; o si han secuenciado y temporalizado el trabajo de estos contenidos para cada uno de los cursos de la etapa. En todo caso, en este apartado los docentes deberán temporalizar cada uno de los contenidos transversales en las diferentes situaciones de aprendizaje del curso.

En principio, los docentes deberán trabajar todos los contenidos transversales durante todos los cursos, a no ser que el centro, en su propuesta curricular, establezca una temporalización o secuenciación de los mismos y determine qué contenidos transversales trabajar en cada curso o en cada materia, o qué ámbito de cada contenido transversal trabajar en cada curso o materia, desglosándolos a su vez en unidades concretas de trabajo.

Además, deberán incorporar los contenidos transversales en los criterios de evaluación al desglosarlos en indicadores de logro, al igual que los contenidos de materia. A este respecto, cabe mencionar que en el Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, podríamos diferenciar entre aquellos contenidos transversales que se trabajarán y aquellos que se fomentarán.

Por ello, se vincularán, sobre todo, los contenidos transversales que deben trabajarse desde las materias, no obligatoriamente aquellos que se fomentarán. Por último, se deberá otorgar un especial tratamiento relacionados con el bienestar

emocional de su alumnado y con la mejora de la convivencia escolar. Por tanto, se podría decidir trabajar este contenido transversal en todas las situaciones de aprendizaje, junto a los diferentes aspectos que integra.

También a través de la asignatura de Educación Física fomentaremos el **Aprendizaje interdisciplinar** desde la materia.

**La interdisciplinariedad** puede entenderse como una estrategia pedagógica que implica la interacción de varias disciplinas. El aprendizaje interdisciplinar proporciona al alumnado oportunidades para utilizar conocimientos y destrezas relacionadas con dos o más materias. A su vez, le permite aplicar capacidades en un contexto significativo, desarrollando su habilidad para pensar, razonar y transferir conocimientos, procedimientos y actitudes de una materia a otra. La Educación Física está relacionada con todas las materias que componen el currículo, pero guarda especial relación, entre otras, con las materias de Biología y Geología, Música, Tecnología y Digitalización y Educación Plástica, Visual y Audiovisual. Algunos de los contenidos proclives al trabajo interdisciplinar pueden ser la construcción de elementos deportivos con material reciclado, el estudio de la naturaleza, el funcionamiento del propio cuerpo, el uso de mapas cartográficos y de orientación, el diseño de logos deportivos, las composiciones coreográficas con una base musical, creación y grabación de vídeos, el uso del lenguaje deportivo, el cálculo de distancias, los tiempos de paso en carreras y porcentajes de carga de trabajo, el estudio y la recreación de eventos deportivos históricos de ámbito local y comunitario, la lectura y trabajo sobre variados formatos textuales relacionados con el saber disciplinar, entre otros muchos.

### 3.1.5 Metodología didáctica.

#### 3.1.5.1. Principios metodológicos.

Se partirá de los centros de interés del alumnado, para que construyan su conocimiento con autonomía, creatividad, desde sus propios aprendizajes y experiencias, garantizando la personalización del aprendizaje y la igualdad de oportunidades y la inclusión educativa. Teniendo en cuenta las características particulares donde tenga lugar cada proceso de aprendizaje, se deberá otorgar progresivamente al alumnado un papel activo, participativo y reflexivo que le permita crear y comunicar su propio conocimiento en el ámbito de la materia. Algunas de las metodologías activas que en Educación Física ayudarán a diseñar situaciones de aprendizaje adecuadas son los centros de interés, el aprendizaje basado en problemas y el trabajo por proyectos entre otros, teniendo en cuenta la diversidad de ritmos de aprendizaje que nos encontraremos en el aula. El alumnado en esta materia deberá irse familiarizando con técnicas variadas como la expositiva, la demostración, la investigación, diálogo, la discusión y debate, el descubrimiento, el estudio dirigido, la representación de roles, la experimentación, la colaboración y cooperación, entre otras. Además, no conviene olvidar que en Educación Física el trabajo en equipo es fundamental para adquirir las competencias clave recogidas en el Perfil de salida de la enseñanza básica.

### 3.1.5.2. Métodos pedagógicos, estilos, estrategias y técnicas de enseñanza.

La educación secundaria obligatoria es una etapa esencial en la formación de la persona, ya que en ella se afianzan las bases para el aprendizaje adquiridas en la etapa anterior, se refuerzan para etapas educativas posteriores y se consolidan hábitos de trabajo, habilidades y valores que se mantendrán toda la vida; en definitiva, se busca que el alumnado se encuentre preparado para afrontar con una prospectiva de adecuación, proacción y sostenibilidad, su realidad y los retos del siglo XXI como personas, ciudadanos y futuros profesionales, en un mundo interconectado, global y cambiante. Al término de la educación básica todo el alumnado, sin excepción, debe haber adquirido y desarrollado las competencias clave identificadas en el Perfil de salida. Dicho Perfil de salida, que se concreta y desarrolla a través de las competencias específicas de cada materia y los criterios de evaluación, constituye el marco de referencia que permite dar respuesta a qué debe saber o conocer el alumnado, qué debe saber hacer, además de cómo y para qué, elementos que deben servir para fundamentar las decisiones en torno a las estrategias y orientaciones metodológicas que, partiendo de temas de interés del alumnado, les permitan construir el conocimiento con autonomía y creatividad desde sus propios aprendizajes y experiencias. La práctica docente garantizará la personalización del aprendizaje, la igualdad de oportunidades y la inclusión educativa a través de la puesta en práctica de los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA). En cuanto al desarrollo de las competencias clave, el alumnado será competente en la medida en que sea capaz de seleccionar y movilizar, entre los aprendizajes adquiridos, aquellos que le permitan dar respuestas apropiadas en situaciones diversas. Por ese motivo, se hace necesario que se planteen en el aula estrategias metodológicas que, tomando como punto de partida tanto el nivel competencia inicial del alumnado como su la realidad y contemplando una amplia diversidad de contextos de aprendizaje, aseguren que serán capaces de transferir los aprendizajes a contextos diferentes, a lo largo del tiempo, para resolver problemas en entornos reales. Entre los fundamentos

teóricos del modelo de educación por competencias desarrollados durante las últimas décadas por DeSeCo (el proyecto de estudio encargado por la OCDE, que se encuentra en el origen de todas las Recomendaciones de la Unión Europea en torno a la formulación del modelo de educación por competencias), destaca que las competencias clave se asientan sobre tres pilares:

- la actuación autónoma (en situaciones personales y sociales, simples y complejas).
- la interacción con grupos heterogéneos (para relacionarse, cooperar y resolver situaciones)
- el uso interactivo de herramientas (desde el lenguaje hablado y escrito y otros lenguajes formales hasta las más variadas tecnologías de la información y de la comunicación).

Esos tres pilares explican las consecuencias que se proyectan sobre el estilo de enseñanza, las estrategias metodológicas y el resto de elementos curriculares. Por ejemplo, un planteamiento del aprendizaje de este tipo implica una metodología específica y una selección y uso de materiales y recursos didácticos determinada, entre los cuales las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) constituyen un recurso metodológico indispensable en las aulas, puesto que en su uso convergen aspectos relacionados con la facilitación, la integración, la asociación y la motivación de los aprendizajes.

### **Estilos de enseñanza.**

Los principios metodológicos adecuados para estos objetivos deben reservar para el alumnado un desempeño activo y participativo que potencie la capacidad reflexiva y de aprender por sí mismos y la capacidad de búsqueda selectiva y el tratamiento de la información a través de diferentes soportes, de forma que sean capaces de crear, organizar y comunicar su propio conocimiento. Como complemento, el docente desempeñará la función de mediador o facilitador, acompañante o guía del alumno, en especial a través del diseño de situaciones de aprendizaje en las que se propondrán tareas que permitan al alumnado resolver

problemas aplicando los conocimientos o saberes de manera interdisciplinar. De esa manera se potenciará la autonomía progresiva de los alumnos en el desarrollo de su aprendizaje. Así mismo, el papel del docente será determinante a la hora de presentar los contenidos con una estructuración clara en sus relaciones, de diseñar secuencias de aprendizaje integradas que planteen la interrelación entre distintos saberes de una materia o de diferentes materias y de planificar tareas y actividades que estimulen el interés y el hábito de la expresión oral y la comunicación. También será el mediador que facilite la comunicación entre todos los integrantes de la comunidad educativa tanto para el desarrollo de actividades interdisciplinares como en la incorporación de la transversalidad temática requerida por normativa en el aprendizaje competencial. Para abordar estos objetivos y enfoque del aprendizaje es imprescindible el trabajo en equipo del profesorado, ya que esta metodología conlleva necesariamente la coordinación de todos los miembros del equipo docente de cada grupo, que, a través de la reflexión común y compartida, deben diseñar, planificar y aplicar con eficacia las propuestas metodológicas con criterios comunes y consensuados.

### **Estrategias metodológicas y técnicas.**

En la selección de metodologías adecuadas al estilo de enseñanza primarán, como consecuencia, los principios de individualización del aprendizaje, de progresiva promoción de la autonomía del alumno y de aprovechamiento del trabajo en equipo. Principios Los ritmos individuales de aprendizaje del alumnado se respetarán por medio del diseño de situaciones de aprendizaje, en cuya selección y planificación se considerará la importancia que deben tener procedimientos como el trabajo por proyectos, los centros de interés, el estudio de casos o el aprendizaje basado en problemas o retos, que son excelentes vías para potenciar la adquisición de las competencias clave por parte del alumnado. Dicho diseño tendrá en cuenta que en su desarrollo puedan adaptarse, además de a los distintos ritmos de aprendizaje del alumnado, a las posibles necesidades educativas especiales, altas capacidades intelectuales, casos de integración tardía o dificultades específicas de aprendizaje. El trabajo autónomo del alumnado y el trabajo en equipo se aúnan en el uso de las metodologías activas, con las que el alumnado se familiarizará, monitorizado por su profesorado, con técnicas muy variadas, como la expositiva, la argumentación, el estudio biográfico, el diálogo, la discusión o el debate, el seminario, el estudio de casos, la resolución de problemas, la demostración, la experimentación, la investigación, la interacción o el descubrimiento para realizar las tareas encomendadas de manera creativa y colaborativa. Ambos elementos, la autonomía del alumno y el trabajo en equipo, constituyen constantes que marcarán la gradación en el proceso de adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil de salida de la enseñanza básica. Además, ambos deben promover la reflexión sobre el aprendizaje, que de este modo se hará visible por medio de la metacognición a través de diferentes técnicas y procedimientos.

## Situaciones de aprendizaje.

1. A efectos de este decreto y de las normas que lo desarrollen, se entiende por situación de aprendizaje el conjunto de momentos, circunstancias, disposiciones y escenarios alineados con las competencias clave y con las competencias específicas a ellas vinculadas, que requieren por parte del alumnado la resolución de actividades y tareas secuenciadas a través de la movilización de contenidos, y que contribuyen a la adquisición y desarrollo de las competencias.

En todo caso, estas deberán:

- a) Ser globalizadas; es decir, deberán incluir contenidos pertenecientes a varios bloques.
- b) Ser estimulantes; es decir, deberán tener interés para el alumnado.
- c) Ser significativas; es decir, deberán partir de los conocimientos previos del alumnado en relación con contextos cotidianos de los ámbitos personal, social, educativo y/o profesional.
- d) Ser inclusivas; es decir, deberán garantizar el acceso a las mismas de todo el alumnado, adecuándolas a sus características evolutivas y a sus ritmos y estilos de aprendizaje.

### 3.1.5.3. Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios.

Agrupamientos y organización del espacio y el tiempo. El enfoque multidisciplinar del proceso educativo que exige la implantación de este modelo de enseñanza a través de metodologías activas requiere la flexibilidad en el uso de los espacios y los tiempos e incorporar el trabajo colaborativo desde múltiples ópticas. Dicha metodología debe orientarse a fomentar la construcción compartida del aprendizaje entre el alumnado, por lo cual, la organización del aula debe favorecer procesos dialógicos, la alternancia de actividades individuales con otras de trabajo en grupos heterogéneos, organizaciones de trabajo cooperativo y colaborativo, en las que, a través de la resolución conjunta de las tareas, la realización de proyectos o el afrontamiento de retos, los miembros del grupo conozcan las estrategias utilizadas por sus iguales y puedan aplicarlas a situaciones similares, con lo que se facilitarán los procesos de generalización y de transferencia de los aprendizajes. La distribución variable y movable de los espacios y la diversidad de agrupamientos aportan un flujo de comunicación real entre alumnado y profesorado. El enfoque competencial precisa de ambientes no jerarquizados y de espacios flexibles para que, después de procesos de entrenamiento en el trabajo colaborativo en etapas y niveles anteriores, los distintos agrupamientos lleguen a generarse y desarrollarse de manera natural. En cuanto a la gestión de la estructura de la sesión, debe partirse de la premisa ya citada de que el alumnado debe asumir un desempeño activo durante la mayor parte del tiempo. Para ello las estructuras de la sesión podrán ser muy variadas: desde el sistema clásico de inicio de clase para al abordaje de los aspectos teóricos que da paso al resto de la sesión de trabajo, a la generalización de la fase final de la sesión con carácter conclusivo en la que se presenta el resultado o producto de la sesión de trabajo, o la conocida como clase invertida, en la que el trabajo individual o algunos procesos de aprendizaje se transfieren fuera del aula y se reserva el tiempo en el aula para dinamizar el intercambio y trabajo de aplicación y colaborativo.

### 3.1.6. Materiales y recursos de desarrollo curricular.

#### MATERIALES DEL DEPARTAMENTO.

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

#### MATERIALES CURRICULARES

En el departamento existe numerosa bibliografía para consulta de los profesores. Además, se dispone de toda la legislación relativa a nuestra área de conocimiento, actualmente en vigor en nuestra comunidad.

## **RECURSOS MATERIALES**

En nuestra asignatura no se utiliza ningún libro de texto. Por lo que respecta al material:

- 2 Redes de voley y 3 badminton
- 15 vallas de atletismo
- 4 canastas de baloncesto
- 2 porterías de futbol sala
- 2 postes de voley
- 30 Sticks floorball
- porterías de floorball
- indiacas
- cuerdas de tres metros
- 10 bancos suecos
- 2 colchoneta quita-miedos
- 18 colchonetas 2x1 mt
- 20 cuencos de señalización
- balones de baloncesto, balonmano, voleybol y futbol-sala
- 10 balones medicinales
- 2 balones rugby
- 10 conos
- 20 petos
- 4 saltómetros
- 20 esterillas
- diversos pesos de atletismo
- 2 discos
- 2 porterías de shutte-bal
- 2 potro, 1 plinto,
- saltómetros
- espalderas
- raquetas de badminton
- volantes de badminton
- 1 minitramp
- 20 picas
- 12aros
- pelotas pequeñas
- compresor eléctrico para inflar
- 3 cinta métrica
- sacos portabalones
- Balones de espuma
- 1 cadena música
- 5 botes volantes badminton
- 18 palas de madera
- 1 paracaídas
- 10 juegos de mazas
- 10 cintas de rítmica
- 2 jabalinas
- 15 testigos de atletismo

Como consecuencia de la implicación en actividades formativas del centro, el departamento hace una apuesta decidida por integrar en la asignatura el desarrollo de las TIC y las TAC (Tecnologías para el aprendizaje y la comunicación) en la línea de las actuaciones llevadas a cabo a nivel general en el centro.

### . LIBROS DEL DEPARTAMENTO

Ver inventario de los mismos disponible en la Secretaría del Centro.

### VIDEOS DEL DEPARTAMENTO

Ver inventario de los mismos disponible en la Secretaría del Centro.

### INSTALACIONES DEL CENTRO.

El IES “MERINDADES DE CASTILLA “ cuenta con las siguientes instalaciones para la práctica de la materia de Educación Física:

- a) ***Gimnasio cubierto***. Dotado de una superficie sintética en un estado cada vez peor ya que con la humedad, se produce un efecto de condensación lo que convierte el suelo en muy resbaladizo pudiendo provocar alguna caída del alumnado. El centro es conocedor de la situación, pero aún no ha podido solucionarse. La iluminación es buena, pero no así la calefacción (pasando frío en algunas horas de clase, ya que no funciona correctamente). En general, permite la práctica de las sesiones, aunque con dificultades para los grupos más numerosos por su pequeño tamaño.
- b) ***Una pista polideportiva al aire libre***, que engloba 1 campo de fútbol-sala con porterías a lo largo del mismo y una cancha de baloncesto con canastas y un campo de voleibol en los laterales.
- c) El ***entorno rural que rodea al centro*** con unos campos de hierba ,facilita el uso de estos espacios para el posible desarrollo de actividades de esta programación en caso de considerarse oportuno.
- d) Como no podría ser de otra manera, el departamento hará uso de las ***instalaciones generales del centro*** para actividades puntuales en relación al trabajo determinado sobre algunos contenidos (aula de informática, aula

de audiovisuales, pizarra digital, video y cañón proyector, sala de usos múltiples, etc.). Para dicho uso, será necesaria la reserva previa de dicha aula, según los términos establecidos por parte del centro.

En general, la construcción del edificio y sus instalaciones es muy deficiente y eso hace que continuamente aparezcan desperfectos y roturas que podrían llegar a condicionar la marcha de las actividades del departamento en diferente medida.

**Las deficiencia mas GRAVE** que presenta el centro es la **ausencia de vestuarios y almacén** , lo que condiciona gravemente el desarrollo de las clases, con el consiguiente peligro al tener todo el material diseminado por el gimnasio e impide la adquisición completa de algunos de los objetivos de nuestra asignatura, como la adopción de hábitos saludables de higiene personal, al carecer de vestuarios.

### 3.1.7. Concreción de planes, programas y proyectos de centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia..

Durante el curso escolar 23/24 el departamento de Educación Física participa en el proyecto de centro destinado a utilizar los recreos como parte integrante del ámbito escolar, tratando de darles un contenido a los mismos ,así el departamento de Educación Física participa realizando diferentes competiciones en los recreos.

Durante el **primer trimestre**

- **Campeonato de fútbol-sala de los recreos:**

Con los alumnos de 1º y 2 de ESO .

Durante el **segundo trimestre** .

- **Campeonato de baloncesto de los recreos:**

Con los alumnos de 1º y 2 de ESO .

Durante el **tercer trimestre**

- **Campeonato de voleibol de los recreos:**

Con los alumnos de 1º y 2 de ESO

### 3.1.8..Actividades complementarias y extraescolares

#### Durante el **primer trimestre**

- Jornada de puertas abiertas en el polideportivo municipal de Villarcayo para los alumnos de 1º,2º,3º 4ºESO y 1º de Bachiller

Durante los recreos:

- **Campeonato de futbol-sala de los recreos:**

Con los alumnos de 1º y 2 de ESO .

#### Durante el **segundo trimestre** .

-Charla con visionado de un audiovisual "La conquista del Everest", para los alumnos de 1º,2º,3º, 4º de la ESO y primero de Bachiller, impartida por Unai LLantada ,expedicionario vasco que ha subido al Everest.

- **Campeonato de baloncesto de los recreos:**

Con los alumnos de 1º y 2 de ESO .

#### Durante el **tercer trimestre**

- **Campeonato de voleibol de los recreos:**

Con los alumnos de 1º y 2 de ESO

**Excursión de fin de curso con los alumnos de primero de la Eso** al parque de **multiaventura de Valterria** situado a 25 km de Villarcayo en la localidad de Pedrosa de Valdeporres.

**Excursión en bicicleta con los alumnos de segundo de la Eso** para visitar el monasterio de Rioseco, localidad que se encuentra a 8 kilómetros de Villarcayo

**Excursión con los alumnos de tercero de la Eso** para visitar y realizar la via ferrata de Ciguenza, localidad que se encuentra a 2,5 kilómetros de Villarcayo.

**Excursión de senderismo con los alumnos de cuarto de la Eso** la ruta a realizar será la sierra de la Tesla, para ascender su punto más alto que es la peña Corba, con 1333 mt .

**Excursión de senderismo con los alumnos de primero de Bachiller** la ruta a realizar será los cañones del río Ebro, siendo el punto de partida la localidad de Pesquera de Ebro.

### 3.1.9..Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

. En virtud de lo dispuesto en el artículo 15.1 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, la evaluación en esta etapa será **continua, formativa e integradora**. Además, en la Comunidad de Castilla y León será  **criterial y orientadora**.

Según lo establecido en el artículo 15.3 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, la evaluación de los aprendizajes del alumnado tendrá como referente último la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y el grado de adquisición de las competencias previstas en el Perfil de salida.

No obstante, en virtud de las vinculaciones entre las competencias clave y los criterios de evaluación de cada competencia específica establecidas en los mapas de relaciones criterios, el referente fundamental a fin de valorar el grado de adquisición de las competencias específicas de cada materia o ámbito, serán los criterios de evaluación

Las técnicas a emplear permitirán la valoración objetiva de los aprendizajes del alumnado. Para ello se emplearán instrumentos variados, diversos, accesibles y adaptados a las distintas situaciones de aprendizaje que se planteen. En todas las materias y ámbitos se incluirán pruebas orales de evaluación. Estas técnicas e instrumentos deberán aplicarse de forma sistemática y continua a lo largo de todo el proceso educativo.

En los procedimientos de evaluación, el docente buscará la participación del alumnado a través de su propia evaluación y de la evaluación entre iguales.

Las calificaciones de cada materia y ámbito serán decididas por el profesor correspondiente, a partir de la valoración y calificación de los criterios de evaluación establecidos en la respectiva programación didáctica, teniendo presente, en su caso, las medidas adoptadas en materia de atención a la diversidad.

Las calificaciones de las competencias clave serán decididas por el equipo docente, igualmente a partir de la valoración y calificación de los criterios de

evaluación establecidos en las programaciones didácticas de las materias y ámbitos que cursa cada alumno en un nivel determinado.

El proceso de valoración y calificación de los criterios de evaluación será único, y permitirá obtener de forma simultánea la calificación de cada materia o, en su caso, ámbito y de cada competencia clave.

Se determinan orientaciones para la evaluación de los aprendizajes del alumnado. En todo caso, las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adaptarán a las necesidades del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.

Cuando el progreso del alumnado no sea el adecuado se establecerán medidas de refuerzo educativo. Estas medidas, que estarán dirigidas a garantizar la adquisición del nivel competencial necesario para continuar el proceso educativo, podrán incluir aspectos relacionados con la orientación educativa y con la adaptación del proceso de enseñanza, y deberán adoptarse en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades.

El equipo docente, coordinado por el tutor de cada grupo y actuando de forma colegiada, realizará el seguimiento del alumnado, valorará su progreso y, en su caso, adoptará las decisiones oportunas, en los términos que a tal efecto determine la consejería competente en materia de educación.

El profesorado que imparte educación secundaria obligatoria evaluará su propia práctica docente como punto de partida para su mejora.

### 3.1.9.1. Técnicas e instrumentos de Evaluación asociados a los criterios de evaluación y a los indicadores de logro.

Los elementos que forman parte del proceso de evaluación del alumnado son los criterios de evaluación, las técnicas e instrumentos de evaluación, los momentos de la evaluación y los agentes evaluadores. Dichos elementos responden a lo que tradicionalmente se ha venido formulando por medio de las cuestiones qué se evalúa, cómo se evalúa, cuándo se evalúa y quién evalúa.

#### **Qué se evalúa.**

El referente principal para valorar los aprendizajes serán los criterios de evaluación.

Estos criterios permitirán diseñar las situaciones de evaluación, la selección de los instrumentos y procedimientos de evaluación y la definición de los indicadores de logro con los que realizar una mejor observación y medición de los niveles de desempeño que se espera que el alumnado alcance.

En estos indicadores de logro el docente podrá integrar, además del criterio de evaluación, otros aspectos de su elección, como contenidos específicos propios o transversales, u otros aprendizajes competenciales. Los criterios de evaluación y los indicadores servirán de punto de partida para el diseño de situaciones de aprendizaje con las que se procurará la adquisición de las competencias definidas en el Perfil de salida y deben ser conocidos necesariamente por el alumnado en el inicio del proceso de aprendizaje.

#### **Cómo se evalúa.**

Los procedimientos o técnicas de evaluación con los que se recogerá y se analizará la información relativa a las producciones y propuestas del alumnado, estarán directamente ligados a uno o varios instrumentos de evaluación, entendidos como las herramientas o registros que emplea el docente para comparar los objetivos o competencias esperadas o pretendidas con la consecución lograda por el alumnado.

Las técnicas de evaluación deberán reunir una serie de características: serán variadas para facilitar y asegurar la evaluación integral del alumnado y permitir una valoración objetiva de todo el alumnado; admitirán su adaptación a la diversidad de alumnado, en especial al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo; y serán conocidos por el alumnado desde el inicio del proceso de aprendizaje.

En cada técnica o procedimiento de evaluación se hará uso de una serie de instrumentos de evaluación característicos.

Su planificación y selección se realizará considerando, además, su capacidad diagnóstica, su adecuación a las situaciones de aprendizaje programadas, su idoneidad para realizar una evaluación competencial y el grado de fiabilidad para asegurar la objetividad en el proceso de evaluación.

Por supuesto, los docentes podrán enriquecer dicho proceso con la construcción o elaboración de sus propios instrumentos de evaluación, bien específicos de unas técnicas bien como resultado de la combinación de varias de ellas. Atendiendo a su tipología, se diferencia entre **procedimientos o técnicas de observación, técnicas de análisis del desempeño y técnicas de análisis del rendimiento.**

Las primeras permiten obtener información y tomar registro de cómo se desarrolla el aprendizaje y atienden más al proceso del mismo que a su resultado.

Las segundas se centran en la propuesta de realización de actividades y tareas al alumnado y permiten valorar tanto el proceso como el producto o resultado del aprendizaje.

Finalmente, las técnicas de rendimiento (también denominadas de experimentación) se dirigen a la valoración específica y exclusiva del resultado de aprendizaje final.

### **Para el procedimiento de observación y seguimiento sistemáticos del trabajo y desempeño del alumnado**

Se valorará el uso de instrumentos de evaluación estandarizados como el registro anecdótico, la guía de observación, la escala de actitudes, la escala de observación, el diario de clase del profesor o el registro de anotaciones tabuladas por parte del docente.

### **Para el análisis del desempeño.**

Se recurrirá a instrumentos como el portfolio, proyectos, trabajos de investigación, el cuaderno del alumno, el diario de aprendizaje o el diario de equipo.

### **Para las técnicas dirigidas al análisis del rendimiento.**

Se podrán utilizar instrumentos como las pruebas orales (examen oral, exposición oral, debate, puesta en común, intervención en clase, entrevista), escritas (de respuesta cerrada, abierta o mixta, o de ejercicio práctico, como análisis de casos, resolución de problemas o interpretación o comentario valorativo) o pruebas prácticas.

En coherencia con el modelo de aprendizaje competencial, debería ponderarse y fomentarse la utilización de instrumentos relativos a la observación y análisis del desempeño del alumnado, sobre los que tradicionalmente han tenido el protagonismo exclusivo de la evaluación: los instrumentos vinculados al análisis del rendimiento.

Por otro lado, para calificar de forma objetiva el aprendizaje, una vez aplicados los instrumentos de evaluación de las diferentes técnicas, se puede recurrir a determinadas herramientas de calificación como rúbricas, escalas o dianas, que incorporen los criterios de corrección de cada uno de ellos.

### **Cuándo se evalúa.**

Debe atenderse a tres tipos de evaluación de acuerdo con el momento temporal en que se realiza: **inicial o diagnóstica, continua y final.**

### **La evaluación inicial y diagnóstica**

permite conocer el punto de partida del alumnado en cuanto a conocimientos, expectativas, experiencias previas y competencias ya adquiridas; además, aporta información para diseñar la intervención a lo largo del proceso, ajustarlo a la zona de desarrollo individual del alumnado y contextualizarlo. Dicha evaluación es el paso inicial necesario para personalizar el entorno de aprendizaje para cada alumno o alumna.

### **La evaluación continua y formativa**

Ofrecerá información acerca de los logros y limitaciones que se presentan durante el proceso de aprendizaje. Los resultados de la evaluación continua deben servir para replantear los diferentes elementos del proceso con el fin de adaptarlo a las características del alumnado y potenciar y mejorar sus aprendizajes. Téngase en cuenta que la finalidad de la evaluación continua no es calificar.

### **La evaluación final**

Será la que permita al terminar el curso escolar que el equipo docente, de manera colegiada, establezca el grado de consecución de los objetivos y el grado de adquisición de competencias clave descritas en el Perfil de salida de la etapa.

### **Quién evalúa.**

La evaluación por competencias impone un cambio notable en la ponderación diferente entre los métodos de evaluación que atienden al agente evaluador: **heteroevaluación, coevaluación y autoevaluación.**

De acuerdo con dicho enfoque la heteroevaluación, método tradicional que prioriza la evaluación por parte del docente, cede en importancia ante el resto de métodos,

pues se impone la necesidad de incorporar estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros (autoevaluación) y la evaluación entre iguales (coevaluación). En este modelo competencial toma especial relevancia la evaluación en la que el alumnado es el principal implicado y protagonista, puesto que genera un fuerte estímulo para el aprendizaje, y favorece el aprendizaje desde la reflexión y valoración sobre las propias dificultades y fortalezas y la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Por último, será fundamental que los elementos que forman parte del proceso de evaluación (qué evaluar, cómo evaluar, cuándo evaluar y quién evalúa) sean coherentes y estén interrelacionados, de modo que en función del momento de la evaluación y del agente evaluador, se seleccionará una técnica concreta de evaluación y unos instrumentos específicos para la misma.

### 3.1.9.2.Momento de la evaluación.

Las fechas fijadas para realizar las diferentes evaluaciones de los cursos de la ESO y Bachillerato son las siguientes:

-Evaluacion inicial 26 y 27de Octubre.

-1ª Evaluación 19 y 20 de Diciembre.

-2ªEvaluacion 26 y 27 de Marzo

-3ª Evaluacion 6 y 7 de Junio.

-Evaluacion Final 25 de Junio.

### 3.1.9.3. Agentes evaluadores.

La evaluación por competencias impone un cambio notable en la ponderación diferente entre los métodos de evaluación que atienden al agente evaluador: **heteroevaluación, coevaluación y autoevaluación.**

De acuerdo con dicho enfoque la heteroevaluación, método tradicional que prioriza la evaluación por parte del docente, cede en importancia ante el resto de métodos, pues se impone la necesidad de incorporar estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros (autoevaluación) y la evaluación entre iguales (coevaluación). En este modelo competencial toma especial relevancia la evaluación en la que el alumnado es el principal implicado y protagonista, puesto que genera un fuerte estímulo para el aprendizaje, y favorece el aprendizaje desde la reflexión y valoración sobre las propias dificultades y fortalezas y la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Por último, será fundamental que los elementos que forman parte del proceso de evaluación (qué evaluar, cómo evaluar, cuándo evaluar y quién evalúa) sean coherentes y estén interrelacionados, de modo que en función del momento de la

evaluación y del agente evaluador, se seleccionará una técnica concreta de evaluación y unos instrumentos específicos para la misma.

#### 3.1.9.4. Criterios de calificación..

En la ESO:

- las técnicas de observación al menos tendrán un peso del 20 %
- las técnicas de desempeño y elaboración del proceso al menos un 30%
- las pruebas físicas, exámenes teóricos y test al menos un 50%

En Bachillerato:

- las técnicas de observación al menos tendrán un peso del 20 %
- las técnicas de desempeño y elaboración del proceso al menos un 20%
- las pruebas físicas, exámenes teóricos y test al menos un 60%

### 3.1.10. Atención a las diferencias individuales del alumnado.

Es perfectamente constatable que en el aula no todos los alumnos aprenden igual. Los aprendizajes previos, el nivel de maduración, la situación personal y familiar, los factores genéticos y de desarrollo son algunos de los aspectos que pueden marcar diferencias entre nuestros alumnos a la hora de aprender.

La tradicional concepción de la enseñanza, cuyo objeto se centraba en la consecución de unos objetivos marcados, ha incidido poco en la forma de aprender que tiene cada alumno, de forma que el fracaso se ha identificado con la no consecución de dichos objetivos sin prestar tanta atención a las características que condicionan el aprendizaje de cada uno.

Integrar ambos factores, consecución de unos objetivos en consonancia con las características individuales del alumno, debe aumentar el éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje al tener en cuenta más elementos de los que lo constituyen.

A los factores que inciden de forma más o menos homogénea en la mayor parte de las disciplinas de carácter teórico: desarrollo intelectual, pensamiento abstracto, capacidad de síntesis, razonamiento lógico, se suman en nuestra área aquellos que vienen condicionados por el carácter eminentemente práctico de los contenidos impartidos

. El caso típico del alumno que, teniendo brillantes éxitos en el resto de las áreas, fracasa en la nuestra por limitaciones de carácter físico (obesidad principalmente) o motor es un ejemplo con el que a menudo hemos de enfrentarnos.

Y no sólo en el caso anterior. La riqueza y variedad del carácter de los contenidos (condición física y salud, deportes individuales y colectivos, expresión corporal...) unidas a la gran importancia de los factores actitudinales y de relación dentro del trabajo en clase implican una gran variedad de respuestas en nuestros alumnos que muchas veces no vienen condicionadas simplemente por la no realización de una tarea o la consecución de un objetivo. Como valoración inicial y punto de partida, la tendencia hacia una individualización del proceso de enseñanza se nos

plantea como la clave para superar la gran diversidad en el aprendizaje que podemos observar en el alumnado, acercando los contenidos a sus capacidades y posibilidades.

### FACTORES CONDICIONANTES DEL APRENDIZAJE EN EF.

Para poder reflejar en nuestra programación medidas que acerquen la enseñanza a las características de cada alumno debemos definir cuáles son los factores que van a condicionar el aprendizaje. El ritmo de dicho aprendizaje viene marcado por:

a) **Grado de desarrollo motor.** Además del desarrollo intelectual, que afecta al aprendizaje en la mayor parte de las áreas, el grado de maduración motriz de nuestros alumnos a estas edades es un factor de gran importancia.

Este período, caracterizado por el inicio de la adolescencia, está marcado por la aparición de notables diferencias de desarrollo evolutivo entre nuestros alumnos. Si en los años anteriores existía un nivel de desarrollo más o menos homogéneo, es en estas edades cuando empiezan a aparecer diferencias individuales, fruto de la variedad en la rapidez de crecimiento entre unos y otros. En estas edades, las chicas experimentan un mayor desarrollo, especialmente de las capacidades coordinativas, siendo más tardío el de los chicos.

Además de los rasgos propios del sexo, el desarrollo se manifiesta de forma distinta entre nuestros alumnos, dando origen a notables diferencias individuales. Aunque todos los alumnos tengan la misma edad biológica, podemos encontrar casos en los que ya se haya dado el estirón y se produzca un rendimiento motor de gran eficacia, junto a otros en los que apenas se noten diferencias respecto al año anterior, por darse un desarrollo más lento. Es frecuente encontrar dos alumnos con la misma edad y con niveles de desarrollo diferenciados: uno alto, con los rasgos puberales característicos ya definidos (cambio en las proporciones corporales, aumento de estatura, mayor rendimiento en cuanto a capacidades físicas, desarrollo de los rasgos sexuales) y otro en los que todavía no se hayan producido.

No podemos, por tanto, establecer un mismo nivel de exigencia para todos los casos, ya que irá en perjuicio de aquellos alumnos con un nivel de desarrollo más lento.

b) **Características individuales.** El factor genético no sólo afecta a la velocidad en el desarrollo. Hay alumnos mejor dotados de forma innata para la actividad física que otros. Debemos tener en cuenta que no es culpa del alumno ser «menos hábil» o tener sobrepeso, y no poder llegar a donde otros llegan no por decisión personal, sino por imperativos de su constitución o eficacia motriz innata. Cada día son más frecuentes los casos de asma y alergias entre nuestros alumnos; esto condiciona su rendimiento - especialmente en cuanto a la eficacia cardiorrespiratoria -por causas ajenas a su voluntad. La adaptación de la tarea a sus posibilidades evita aumentar la sensación de fracaso que el alumno encuentra al estar limitado.

c) **Experiencias previas.** La eficacia en las tareas puede venir también motivada por el bagaje motor que cada alumno tenga tras de sí. Algunos alumnos han recibido una Educación Física correctamente adaptada a sus posibilidades evolutivas en etapas anteriores, o vienen practicando aprendizajes de habilidades específicas especialmente a través de la práctica deportiva en clubes mientras que otros están condicionados porque su aprendizaje no ha sido tan notable al no haber realizado actividades aparte de la Educación Física escolar o haber sido ésta limitada o no adecuada a su nivel de desarrollo. Hemos de resaltar en este último caso la incidencia que en nuestros alumnos pueden tener las experiencias negativas anteriores, generando un temor o recelo ante la actividad que puede ser superado con una adecuada orientación de la enseñanza. El entorno que rodea al alumno tanto social como familiar, también condiciona su disposición y motivación hacia la práctica de actividades físicas.

Un ejemplo bastante frecuente con el que nos tenemos que enfrentar especialmente en la práctica de deportes colectivos es la diferencia entre aquellos

alumnos que vienen practicándolo en el ámbito competitivo desde hace años y los que tienen en nuestras clases el primer contacto con dicha actividad.

Los factores indicados determinan las características y posibilidades de cada uno de nuestros alumnos frente al área. Por supuesto, no podemos analizarlos o pretender aislarlos entre sí, ya que suelen darse relaciones entre los mismos. Debemos tenerlos en cuenta para evitar un sesgo no determinado por la voluntad del chaval, sino por factores que condicionan su actividad. El planteamiento del proceso de enseñanza debe atender a las posibilidades de aprendizaje del alumno. Hemos de destacar que en la atención a la diversidad no debemos centrarnos solamente en aquellos casos que supongan un retraso en el aprendizaje respecto a la media de los alumnos, sino también en todos aquellos que, por todos los factores anteriores, presenten una mayor facilidad para la asimilación y ejecución de tareas. La tendencia hacia la individualización de la enseñanza debe incidir sobre todos los alumnos, favoreciendo el refuerzo de los aprendizajes en aquellos casos con dificultades y evitando el estancamiento en los alumnos más favorecidos.

### MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES EN EF.

Los aspectos tratados en el punto anterior reflejan los condicionantes que presentan nuestros alumnos a la hora de trabajar en clase. A continuación abordaremos los puntos que podemos considerar en nuestra programación para disminuir las diferencias no atribuibles directamente al trabajo que el alumno realiza en el aula. Todos ellos pasan por acercar el currículo a las características individuales de cada uno de ellos, favoreciendo la individualización de la enseñanza. Hemos de destacar que no se pretende disminuir el grado de exigencia, sino flexibilizarlo y dar al alumno distintos caminos u opciones para la consecución de los objetivos marcados.

Dentro de las posibilidades que tenemos de atención a la diversidad podemos distinguir:

**a) Adaptación curricular (significativa o no significativa).** El modelo abierto y flexible de elaboración del currículo permite realizar adaptaciones que, a

través de modificaciones en el currículo de cada área, flexibilicen las condiciones del proceso de enseñanza para posibilitar el aprendizaje de cada alumno. Es la labor del profesor en el aula la que va a concretar dicha adaptación, reflejada en la presente programación.

**b) Organización de los recursos personales y materiales** dirigidos a los alumnos con necesidades educativas especiales. En aquellos centros acogidos a un Programa de Integración deberá reflejarse en el PEC una serie de medidas destinadas a posibilitar y facilitar el acceso de dichos alumnos a una vida escolar adaptada a sus características. Si bien esto corresponde a la organización general del centro, en nuestra área debido al carácter específico que la distingue del resto pueden realizarse determinadas adaptaciones que favorezcan el proceso de integración.

En cualquier caso, consideramos que la atención a la diversidad no debe ser un planteamiento genérico que se plasme circunstancialmente en algunos aspectos de la enseñanza, sino un proceso reflexivo y sistematizado que impregne toda la labor docente. Algunas características que debe reunir son:

- Debe plantearse de forma anticipada.
- Debe adaptarse a las características específicas de los alumnos del centro.
- No debe afectar a los componentes prescriptivos del currículo.

De las medidas expuestas, vamos a abordar la adaptación curricular y la organización de recursos dirigidos a alumnos con necesidad específica de apoyo educativo. Trataremos también un caso específico de nuestra área y que desde siempre ha supuesto un problema en la enseñanza: aquellos alumnos con limitaciones físicas de carácter transitorio o permanente, los tradicionalmente llamados “exentos”<sup>3</sup>.

---

<sup>3</sup>ORDEN de 10 de julio de 1995 por la que se regula la adaptación del currículo de la Educación Física para los alumnos con necesidades educativas especiales en el Bachillerato Unificado y Polivalente,... en la educación secundaria, así como la dispensa de la misma para los mayores de veinticinco años.

## LA ADAPTACIÓN CURRICULAR

La adaptación curricular dentro de la programación debe tender a posibilitar a todos los alumnos la consecución de un aprendizaje constructivo y significativo a través de modificaciones que flexibilicen las condiciones de desarrollo y permitan, a alumnos con distintos niveles de aprendizaje, motivaciones e intereses, posibilidades para desarrollar con éxito su actividad. Esta adaptación debe prever posibles soluciones a los problemas más frecuentes con los que nos vamos a encontrar. Por supuesto que con estas medidas no se va a conseguir una adecuada progresión en todos los casos, pero sí se van a disminuir las diferencias.

Debemos distinguir entre dos tipos de adaptación curricular:

**a) Adaptación curricular no significativa:** Son aquellos ajustes en la metodología, actividades, materiales, agrupamientos flexibles, o en la adecuación o eliminación de algunos objetivos y contenidos parciales, que den respuesta a las necesidades de los alumnos. No afectan a los componentes «prescriptivos» del currículum y suelen ser de carácter transitorio o puntual (Rodríguez, 1996, p. 273). Por lo tanto, son aquellas que introduce el profesor en su práctica cotidiana y que responden a modificaciones no relevantes del currículum (Piñar, 2000, p. 119).

En ocasiones puede realizarse la adaptación en los objetivos, dando prioridad a aquellos que se relacionan con capacidades básicas o instrumentales, ante la imposibilidad de trabajar con todos los alumnos al mismo nivel.

En otros casos se plantea la necesidad de actuar sobre los contenidos, suprimiendo aquellos que tengan un carácter más accesorio y complementario, para centrarse en los nucleares o fundamentales.

Otras veces será suficiente con realizar un cambio metodológico, proponiendo a los alumnos con dificultades tareas menos complejas que al resto de sus compañeros, o prestándoles mayor atención en su trabajo individual o de grupo.

**b) Adaptación curricular significativa:** Es aquella que supone la modificación de uno o más elementos del currículum y/o de los elementos de acceso para los alumnos con necesidades educativas especiales (recursos espaciales, materiales y de comunicación), las cuales se deben a una discapacidad de tipo físico, psíquico o sensorial, si bien, es posible que determinados alumnos y grupos, provenientes de entornos sociales y culturalmente desfavorecidos, puedan necesitar de adaptaciones individuales del currículum (Piñar, 2000, p. 120).

Serán necesarias cuando las dificultades sean más globales y permanentes. Las modificaciones sí afectarán al currículo básico, porque se sustituyen o eliminan tanto contenidos esenciales o nucleares como objetivos generales que se consideran relevantes en las diferentes áreas curriculares. Consecuentemente se modifican, respectivamente, los criterios de evaluación (Rodríguez, 1996, p. 237).

El departamento ,en principio, no realizará ninguna adaptación curricular significativa durante este curso .Aunque debido al carácter abierto de las mismas y al desconocimiento de muchos alumnos que son nuevos ,esta decisión esta abierta a la evolución del alumnado durante del curso, por lo que no es descartable que a lo largo del mismo se pudieran producir algunas adaptaciones.

La atención a la diversidad a través de adaptaciones curriculares ha de seguir un orden progresivo desde la menos significativa a la más significativa, como se expone a continuación:

### 1. Adaptación en la evaluación:

- Selección de criterios y estándares específicos de evaluación.
- Modificación de los instrumentos y procedimientos de evaluación y/o calificación.

### 2. Adaptaciones metodológicas.

- Utilización de métodos y procedimientos alternativos.
- Selección de actividades alternativas.

- Selección de actividades complementarias.
- Utilización de materiales didácticos específicos.
- Modificación de los agrupamientos previstos.

### 3. Adaptaciones en los contenidos.

- Priorización de los contenidos.
- Introducción de contenidos complementarios.
- Introducción de contenidos alternativos.
- Eliminación de contenidos.
- Secuenciación específica de contenidos.
- Organización específica de contenidos.

### 4. Adaptaciones de los objetivos.

- Priorización de los objetivos.
- Introducción de objetivos complementarios.
- Introducción de objetivos alternativos.
- Eliminación de objetivos.
- Secuenciación específica de objetivos.

### 5. Modificación de la temporalización

- Modificación de la temporalización prevista en un ciclo y/o etapa.
- Modificación de la temporalización de determinados contenidos u objetivos.

Algunas medidas que se pueden incluir en la adaptación curricular son las siguientes:

**a) Valoración inicial.** Un estudio inicial de los alumnos debe acercarnos a su realidad en cuanto a diversos factores:

- Características constitucionales y de desarrollo motor. A través de un estudio de los datos antropométricos (peso, talla, envergadura...) y de eficacia en la conducta motriz (valoración de la condición física y del nivel de desarrollo de las cualidades motrices y habilidades básicas y específicas, así como de las

habilidades expresivas). Para ello podremos establecer una serie de pruebas de sencilla ejecución que nos permitan valorar el nivel de cada alumno.

- Experiencias previas. A través de encuestas combinadas con las pruebas del apartado anterior, podemos llegar a hacer una aproximación de las distintas actividades realizadas por nuestros alumnos, tanto en la EF escolar como en la práctica de actividades físicas y deportes fuera de la escuela, y del nivel de progresión alcanzado en ellas. En este apartado, sería conveniente considerar aquellos casos en los que experiencias previas puedan haber supuesto un fracaso y hayan provocado en el alumno un miedo o un rechazo a la actividad fruto de la falta de éxito. Un ejemplo muy frecuente de esto último son aquellos alumnos que al haber tenido experiencias traumáticas en actividades físicas (golpes, lesiones) no progresan por el miedo generado por dichas experiencias.

Distinguiremos dos niveles de aplicación. La valoración inicial a principio de curso, especialmente en el primer curso, que nos servirá para el establecimiento de objetivos terminales, metodología, organización y evaluación, y la valoración a principio de cada unidad didáctica, que nos posibilitará adecuar el nivel de los contenidos y el grado de exigencia.

**b) Adaptación de los objetivos.** El establecimiento de una serie de objetivos cerrados de obligado cumplimiento puede llevarnos a una selección inicial que imposibilite, de partida, el éxito a determinados alumnos. Por el contrario, la flexibilización de los mismos dentro de unos márgenes favorece que el alumno encuentre mayores posibilidades para su consecución.

Esto lo podemos lograr estableciendo objetivos principales centrados en los aspectos más fundamentales que contemplen unos mínimos de referencia y objetivos secundarios que completen a los anteriores pero que no sean todos de obligado cumplimiento por parte de los alumnos.

**c) Selección y priorización de contenidos.** Es este uno de los aspectos de mayor importancia dentro de la adaptación curricular. Para la consecución de un mismo

objetivo deben existir distintos caminos, distintos contenidos. La selección de los mismos tiene que plantearse en función de las posibilidades de cada centro.

Para posibilitar la consecución de los objetivos por parte de alumnos con distintos niveles debemos priorizar contenidos, de forma que haya unos mínimos y, a partir de ellos, otros de mayor grado de complejidad.

Otro camino para la atención a la diversidad es establecer un abanico de contenidos referidos a un mismo objetivo, dentro de los cuales el alumno deba escoger algunos de ellos en función de sus características, estableciendo suficiente variedad de contenidos dentro de unos límites como para permitir a cada alumno la consecución del objetivo planteado a través de los que más se adapten a sus posibilidades.

**d) Utilizar metodologías y estrategias didácticas más centradas en el proceso y en el alumno.** Los modelos instructivos, representados principalmente por el mando directo, tienden a centrarse más en el producto, fijando el éxito del proceso en unos resultados. El papel del alumno es menor, ya que el profesor determina de antemano cuál debe ser el resultado para todos sus alumnos. Si bien es necesario el establecimiento de unos patrones de actuación, los modelos de enseñanza guiados mediante la búsqueda permiten al alumno una mayor toma de conciencia e intervención, al tiempo que desarrollan su motivación.

En cualquier caso, el estilo de enseñanza escogido estará condicionado por las características de los contenidos que se van a desarrollar y por el nivel de dominio que sobre ellos tengan nuestros alumnos. La presentación de modelos de ejecución será más adecuada para aquellos tipos de contenidos que, por su carácter, requieran de una eficacia mínima para su desarrollo. También será adecuada para aquellos alumnos con mayores dificultades de aprendizaje. Cuando los alumnos presentan ya cierto dominio sobre las tareas, tienen a su alcance los recursos necesarios como para resolver problemas motores utilizando el bagaje adquirido. En la medida de lo posible, debemos emplear estrategias didácticas que depositen inicialmente en el alumno la responsabilidad de encontrar «su

respuesta» al problema. Esto refuerza el interés y la motivación hacia la actividad y permite al alumno un aprendizaje adaptado a sus posibilidades. A aquellos alumnos con mayores dificultades o retrasos en el aprendizaje les reforzaremos y haremos correcciones a través de la propuesta de modelos de ejecución adaptados a sus características que les permitan una mínima eficacia en la tarea.

**e) Proponer actividades diferenciadas.** Está directamente relacionado con lo expuesto en el párrafo anterior. Las tareas que dispongamos deben permitir una graduación, de forma que cada alumno ejecute unas variables en función del momento de aprendizaje en que se encuentre. Esto es importante tanto para los alumnos con dificultades en el aprendizaje como para los que tengan un nivel avanzado, ya que les permite no «descolgarse» de la clase.

Dentro de este aspecto debemos considerar la posibilidad de proponer actividades de refuerzo para aquellos alumnos con más dificultades. Lo ideal sería que pudiesen realizarlas con el profesor fuera de clase. En el caso de no poder hacerse, se pueden realizar programas específicos de mejora fuera del aula, cuya ejecución fuese parte de los contenidos previstos para dicho grupo de alumnos.

**f) Emplear materiales didácticos variados.** El grado de complejidad de la tarea viene también definido por los materiales que empleemos. Utilizar distintas cargas en trabajos de condición física, distintos tamaños de balón en los deportes colectivos (en función de las características antropométricas de los alumnos) son algunos ejemplos sencillos de realizar. Muchas veces buscamos aumentar la dificultad de la tarea proponiendo ejercicios nuevos que quizás un cambio brusco por la variación de circunstancias que el alumno puede no controlar y que son ajenas al objeto de la enseñanza. Esto podemos evitarlo manteniendo las características generales de la actividad y alterando los materiales didácticos.

La visualización de vídeos es también un elemento de gran ayuda para reforzar el aprendizaje.

***g) Aspectos de la evaluación.***

- Establecer criterios de evaluación graduados.
- No establecer criterios normativos cerrados de evaluación.
- Establecer criterios que valoren el nivel inicial del alumno y su grado de evolución en el aprendizaje.
- Proponer criterios complementarios de evaluación que permitan a los alumnos con más dificultades completar su evaluación a través de trabajos de carácter voluntario.
- Establecer distintas tareas para un mismo criterio entre las que los alumnos deben elegir. Estos criterios deben ser confeccionados de los contenidos establecidos, intentando fijar distintos caminos para verificar su cumplimiento, de forma que el alumno seleccione aquel que más se adecue a sus características. En este caso no se proponen distintos niveles de dificultad, sino posibilidades con una variación de carácter cualitativo en función de los intereses y capacidades de los alumnos.

Las medidas propuestas deben ayudar a reducir las dificultades para un aprendizaje significativo y constructivo en alumnos con niveles, experiencias previas e intereses distintos. Hemos de recordar, sin embargo, que es sobre todo a través de la función docente, de la intervención pedagógica del profesor en el aula, como se manifiesta y lleva a cabo la atención a la diversidad de los alumnos en el aula.

## ASPECTOS QUE SE DEBEN TENER EN CUENTA EN LOS DISTINTOS TIPOS DE CONTENIDOS

A continuación vamos a tratar de forma breve algunos aspectos referidos a las características específicas de ciertos contenidos del área que deben tenerse en cuenta al plantearnos una enseñanza adaptada a las distintas características de nuestros alumnos.

a) **Acciones motrices individuales en entornos estables.** Tender a homogeneizar la enseñanza de estos contenidos supone condenar irremediablemente al fracaso a aquellos alumnos con dificultades por su constitución o por un desarrollo evolutivo más lento, y a que no exista una progresión significativa en aquellos con más posibilidades. Teniendo esto presente proponemos:

- Programar contenidos y actividades adaptados a distintos niveles, dentro de unos márgenes.
- Evitar, en la medida de lo posible las pruebas de ejecución con carácter normativo. No utilizarlas como elemento discriminador (y calificador), sino orientador.
- Establecer pruebas con un carácter criterial que valoren el nivel de progresión del alumno en función de la práctica y del esfuerzo realizado.
- Utilizar las cargas en el trabajo como un factor diferenciador.
- Valorar el grado de autonomía en el trabajo de los alumnos.

b) **Acciones motrices en situaciones de cooperación y/u oposición.** Dentro de este apartado se englobará la mayor parte de los contenidos que se van a desarrollar en esta etapa. Hemos de recordar que, si bien los mecanismos de percepción y decisión son los que más intervienen en las tareas que se desarrollan dentro de estos contenidos, el mecanismo de ejecución es determinante en estas edades para el correcto aprendizaje (fuerza en los lanzamientos, velocidad en los desplazamientos...).

En los aprendizajes de habilidades con cierto nivel de riesgo (habilidades gimnásticas), se deben establecer ayudas a la progresión para disminuir el nivel de

incertidumbre en los alumnos con más problemas, no forzando nunca a la realización de un ejercicio.

En la enseñanza de la técnica deportiva hay que plantear problemas motores con múltiples soluciones, intentando evitar situaciones con una sola respuesta, de forma que el alumno pueda adaptar las respuestas a sus características. Son muchas las razones que nos aconsejan no buscar una aproximación fiel a los modelos técnicos teóricos.

Por sus características, los deportes individuales pueden lograr determinados objetivos que no pueden ser alcanzados tan fácilmente por otros contenidos, como:

- Conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones de los alumnos.
- Mejora del autocontrol.
- Aceptación del propio cuerpo y mejora del autoconcepto.
- Facilita el desarrollo multilateral.
- Adecua la carga de trabajo físico a las características y necesidades individuales.

En los deportes colectivos debemos valorar el nivel de participación en las tareas e iniciar la enseñanza de la táctica colectiva con el planteamiento de problemas que tengan distintos niveles de resolución, procurando que el mecanismo de ejecución no sea un factor determinante (la búsqueda de respuestas o soluciones por encima del dominio de la técnica)

Es muy importante puntualizar una serie de características que debe reunir el deporte escolar para que tenga un verdadero carácter educativo (Moreno, 2000, p. 14):

- El deporte escolar tiene un valor en sí mismo.
- Tiene unas peculiaridades diferentes al deporte adulto y al deporte de élite.
- La enseñanza deportiva, debe caracterizarse por: asegurar un componente lúdico, despertar el gusto por el ejercicio, el respeto a las normas y el placer del trabajo en grupo.
  - Debe marcarse como objetivo la creación de hábitos deportivos duraderos.
  - Debe desmitificar y desmontar todo lo que de la violencia existe en el deporte profesional.
    - Debe cultivar valores considerados como positivos desde el punto de vista social: espíritu de lucha, cooperación, esfuerzo, sentimiento de pertenencia a un grupo, etc.
  - Debe estar más centrado en el proceso educativo que en el resultado o rendimiento.
  - No debe ser triunfalista y sí participativo.
  - Debe colaborar en la formación integral del alumno, tanto en su perfil individual como en el social.
  - Debe evitar la especialización prematura.
  - Sus metas y objetivos deben ser coincidentes y complementarios de la EF .
  - El deporte será educativo cuando la referencia sea la persona, no el resultado.

Hay que intentar evitar los agrupamientos naturales por niveles en el desarrollo de los juegos y deportes colectivos, variando las normas para favorecer la inclusión de todos en el juego.

Es importante delimitar el número de estímulos perceptivos a través de la simplificación de las normas.

Hay que valorar la cooperación y el trabajo colectivo como un elemento importante, así como el respeto a los otros.

c) **Situaciones de índole artística o de expresión.** En estas edades vamos a encontrar resistencia a estos contenidos en parte del alumnado, debido a los conflictos de imagen propios de la adolescencia. Puede resultar, entonces, adecuado:

- Proponer actividades motivantes al inicio.
- Asentar el respeto al otro como base de trabajo, creando un clima de espontaneidad y distensión.
- Mantenerse distante, dejando libertad a los alumnos y respetando cualquier idea que pongan de manifiesto, aceptándolas todas pues se parte de la premisa que cualquiera de ellas es válida.
- Desarrollar los contenidos fundamentalmente a través de trabajos grupales, no forzando los agrupamientos.
- Valorar la originalidad y la creatividad por encima del rendimiento.
- Posibilitar a los alumnos distintos caminos para responder a una misma propuesta.
- Evitar el direccionismo y la imposición en la propuesta y el desarrollo de las tareas.

c) **Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno.** En las actividades vinculadas a este tipo de contenidos, veremos en todo momento la enorme motivación que genera en los alumnos del centro. En ocasiones puede provocar incluso rechazo por el miedo al riesgo percibido de estas actividades. Intentaremos una práctica de iniciación en el propio centro como forma de familiarización del alumnado con el contenido para pasar posteriormente a una práctica mucho más contextualizada y real, teniendo en cuenta que las actividades

complementarias y extraescolares serán la gran baza para complementar los contenidos incluidos en este bloque.

### ORGANIZACIÓN DE LOS RECURSOS HUMANOS Y MATERIALES DIRIGIDOS A LOS ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES.

Consideramos fundamental la adaptación de los recursos disponibles, tanto humanos como materiales, para favorecer la integración y el adecuado progreso en el aprendizaje de aquellos alumnos con necesidades educativas especiales. Pero la integración debe ser un proceso de ida y vuelta: por un lado, adecuar las posibilidades a los alumnos para su integración; por otro lado, incluir en el proceso de aprendizaje del resto de los alumnos, contenidos referidos a la especificidad de sus compañeros.

¿Cómo llevarlo a cabo? Consideramos necesario en los centros de integración establecer contenidos referidos a las actividades físico-deportivas que practican los alumnos discapacitados. Tan importante es que éstos se integren en la marcha del centro como que sus compañeros vivencien las circunstancias y limitaciones de su actividad y aprendan a valorar el esfuerzo que supone la adaptación. A este respecto hay experiencias llevadas a cabo con éxito en algunos centros de programación de unidades didácticas dedicadas a deportes adaptados: baloncesto en sillas de ruedas, fútbol-sala o prácticas con supresión de la vista, etc.

El planteamiento de este tipo de contenidos tiene una doble finalidad:

- Conocer y vivenciar las posibilidades que tienen las personas discapacitadas.
- Aumentar el bagaje motor de los alumnos con experiencias prácticas en las que la actividad se realiza en condiciones limitadas (los deportes con los ojos vendados desarrollan otras posibilidades perceptivas al no contar con la vista, los que se realizan con la silla de ruedas obligan a coordinar los desplazamientos y habilidades específicas en el tren superior).

Como hemos explicado con anterioridad, ésta es una situación específica de nuestra área. Distinguiremos aquellos alumnos que están limitados para realizar

unas determinadas actividades, de aquellos que no pueden practicar actividad física. Hemos de recordar que no existen los alumnos exentos ya que la Educación Física es una materia obligatoria.

Creemos que con un poco de imaginación y mucho trabajo y profesionalidad, podemos integrar en mayor o menor medida a este grupo de alumnos dentro de la marcha general del curso, haciéndoles sentirse más útiles y consiguiendo una mayor motivación y nivel de aprendizaje.

Consideramos de gran importancia evitar que estos alumnos se descuelguen de la marcha normal del área, lo que traerá consecuencias negativas para ellos (falta de motivación hacia el área, dificultades para integrarse con sus compañeros o para realizar nuevos aprendizajes) y para el profesor (falta de criterios para determinar la evolución de los alumnos, necesidad de proponer soluciones momentáneas y poco válidas para poder evaluarles).

Debemos considerar estos casos dentro de la programación, estableciendo programas específicos para ellos a través de un desarrollo curricular de posible realización.

## ALUMNOS CON DISCAPACIDAD FÍSICA GRAVE Y/O PERMANENTE

Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Como ejemplos, podemos tener alumnos con escoliosis de gran curvatura que precisan del uso de un corsé, casos de patologías cardíacas serias o de hipertiroidismo. Éstas son algunas de las posibilidades. Sus afecciones les permiten desarrollar una actividad normal en el resto de las áreas, pero les impiden realizar las actividades específicas de la nuestra, salvo en algunas prácticas de expresión corporal.

El establecimiento de los programas específicos para estos alumnos debe centrarse tanto en los contenidos adaptados (especialmente orientados hacia los conceptos y actitudes) como en los recursos didácticos que se van a emplear para

integrar a los alumnos en la marcha de la clase. Proponemos a continuación algunas posibilidades para llevarlos a cabo:

- Realización de trabajos relacionados con los contenidos que se están trabajando, para posteriormente exponerlos ante sus compañeros (lo cual otorga un carácter práctico y de utilidad a la tarea).
- Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.
- Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación...
- Existe la posibilidad de que los alumnos con desviación de columna, o con otro tipo de trastorno funcional, realicen los ejercicios prescritos por el médico durante las clases de Educación Física (cuando el contenido trabajado así lo permita).
- Recogida de marcas y datos.
- Colaboración con el profesor, observador de la práctica.
- Lectura y reseñas de libros<sup>4</sup>: En este caso se trata más bien de ocupar de una manera activa el tiempo que se debería dedicar a la práctica. Consideramos que bien podría tratarse de una fuente de animación a la lectura, relacionada con el plan de fomento de la misma que tiene el centro.

#### **ALUMNOS CON DISCAPACIDADES TRANSITORIAS Y/O CONTRAINDICADAS PARA UN DETERMINADO TIPO DE CONTENIDO.**

Dentro de este grupo incluimos a aquellos alumnos que sufren una afectación que les impide realizar determinadas actividades. Esta afectación puede ser crónica o de larga recuperación (enfermedad de Osgood-Schlater, soplo fisiológico, escoliosis, asma) o temporal (esguince de tobillo, fractura de brazo).

Para el primer caso proponemos, además de los puntos citados en el apartado anterior, contenidos alternativos que tengan relación, en la medida de lo

---

<sup>4</sup> Ver el apartado correspondiente en la etapa de Bachillerato

posible, con los planteados en la programación para el resto del alumnado. Vamos a poner dos ejemplos.

Imaginemos un alumno con enfermedad de Osgood-Schlater que le impide realizar carreras de larga duración y, por tanto, no puede participar en los trabajos de resistencia aeróbica a través de carrera continua. La opción podría ser un programa específico de desarrollo de resistencia muscular a través de una serie de ejercicios de intensidad media-baja con un número alto de repeticiones. Este programa lo llevaría a cabo en el aula o gimnasio al mismo tiempo que sus compañeros realizan el suyo correspondiente.

Otro ejemplo puede ser el de alumnos con escoliosis que les impide realizar ejercicios dentro de alguna unidad didáctica relacionada con cualidades motrices y/o condición física. Una alternativa podría ser la elaboración de coordinaciones con distintos equilibrios sobre una pierna, con un compañero, en altura, reequilibraciones, giros sobre el eje longitudinal, etc., o la elaboración de una coreografía sobre una base musical.

Para los alumnos que padezcan una discapacidad transitoria (lesionados temporales), proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que realicen las actividades que sean compatibles con la lesión durante el tiempo que ésta permanezca, así como la amplia gama de actividades y tareas recogidas en la página anterior.

## MEDIDAS DE REFUERZO EDUCATIVO DIRIGIDAS A LOS ALUMNOS DE LA ESO QUE PRESENTEN DIFICULTADES DE APRENDIZAJE

Respecto a esta situación, podemos encontrarnos 2 casos claramente diferenciados: en primer lugar, aquellos alumnos que necesitan dichas medidas de refuerzo por no haber superado 1 o varios trimestres a lo largo del propio curso; en segundo, aquellos alumnos que aun habiendo promocionado, lo han hecho por imperativo legal y/o con informes académicos que aseguran pudieran tener dificultades de aprendizaje<sup>5</sup>.

a) **Medidas de refuerzo para alumnos dentro del propio curso de la ESO.** Cada profesor determinará si el alumno ha alcanzado los objetivos del curso en base al tipo y grado de las capacidades desarrolladas. Debemos comprender que los criterios de evaluación se refieren a un curso y no a un trimestre o UD concreta. Es por esto que un alumno puede tener suspensa alguna UD o trimestre y considerarse que ha alcanzado los objetivos. En caso de no ser así, el profesor establecerá los procedimientos de evaluación adecuados en función de los aspectos a recuperar.

b) **Medidas de refuerzo para alumnos con informe académico sobre posibles dificultades de aprendizaje.** En este caso, el profesor, previa evaluación inicial y tras recabar información procedente del departamento de orientación y el profesor que impartió clase al alumno el curso anterior, determinará las medidas de refuerzo educativo adecuadas en función de la situación particular de cada uno de los alumnos que puedan precisarlas.

En todo caso, estas actuaciones estarán dirigidas (principalmente) a uno o varios de los siguientes puntos:

- Aspectos relacionados con la comprensión y expresión oral y escrita (especialmente en el caso de alumnos extranjeros).

---

<sup>5</sup> Dentro de este último grupo podríamos incluir a aquellos alumnos catalogados como con necesidades educativas especiales. No obstante, el proceso llevado a cabo para estos alumnos estará determinado por la evaluación inicial realizada y las informaciones recibidas por el departamento de orientación

- Aspectos relacionados con las relaciones interpersonales dentro del grupo-aula y/o del centro.
- Aspectos relacionados con la autonomía y el equilibrio personal (problemas relacionados con la autoestima, por ejemplo).
- Aspectos relacionados con el estilo y ritmo de aprendizaje personal.
- Aspectos relacionados con la motivación, actitud y predisposición hacia el estudio.

En cualquier caso, estas medidas de refuerzo y apoyo educativo, podrán conllevar la realización de modificaciones en diferentes aspectos relacionados con la metodología (actividades, recursos, tiempos y espacios, entre otros) y la evaluación (procedimientos e instrumentos, actividades y/o criterios de evaluación) y calificación.

3.1.11. Secuencia ordenada de las unidades temporales de programación.

<b>1ºESO- 1ªEvaluación</b>	<b>SESIONES</b>
Presentación y evaluación inicial	2
Juegos de locomoción y cooperación	2
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FUERZA	5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FLEXIBILIDAD	5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA VELOCIDAD	5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA RESISTENCIA	5
Total	24
<b>1ºESO- 2ªEvaluación</b>	
HABILIDADES Y DESTREZAS BASICAS (LANZAMIENTOS-RECEPCIONES –SALTOS-GIROS)	14
INICIACION AL RITMO Y EXPRESION(MOVIMIENTO CORPORAL- ESPACIO-TIEMPO-RITMO)	4
PREPARACION DE UNA COREOGRAFIA	4
REALIZACION EXAMEN PRACTICO	1
Total	23
<b>1ºESO- 3ªEvaluación</b>	
DEPORTE COLECTIVO: INICIACION AL BALONCESTO	10
COMPETICION BALONCESTO	5
ACTIVIDADES Y DEPORTES AL AIRE LIBRE: -CARRERA DE ORIENTACION,JUEGOS Y DEPORTES	5
Total	20

2ºESO- 1ªEvaluación		SESIONES
Presentación y evaluación inicial	2	
Juegos de locomoción y cooperación	2	
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FUERZA	5	
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FLEXIBILIDAD	5	
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA VELOCIDAD	5	
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA RESISTENCIA	5	
Total	24	
2ºESO- 2ªEvaluación		
CUALIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES (COORDINACION Y EQUILIBRIO)	4	
UNIDAD DIDACTICA (SALTOS CON COMBAS)	12	
PREPARACION DE UNA COREOGRAFIA	6	
REALIZACION EXAMEN PRACTICO	1	
Total	23	
2ºESO- 3ªEvaluación		
DEPORTE COLECTIVO: INICIACION AL FUTBOL SALA	10	
COMPETICION FUTBOL SALA	5	
ACTIVIDADES Y DEPORTES AL AIRE LIBRE: -CARRERA DE ORIENTACION,JUEGOS Y DEPORTES	5	
Total	20	

3ºESO- 1ªEvaluación	SESIONES
Presentación y evaluación inicial	2
Juegos de locomoción y cooperación	2
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FUERZA	5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FLEXIBILIDAD	5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA VELOCIDAD	5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA RESISTENCIA	5
Total	24
3ºESO- 2ªEvaluación	
CAPACIDAD RESULTANTE (AGILIDAD)	4
UNIDAD DIDACTICA ACROSPORT	8
PREPARACION DE UNA COREOGRAFIA	4
REALIZACION EXAMEN PRACTICO	1
INICIACION AL BADMINTON	6
Total	23
1ºESO- 3ªEvaluación	
DEPORTE COLECTIVO: INICIACION AL VOLEIBOL	10
COMPETICION VOLEIBOL	5
ACTIVIDADES Y DEPORTES AL AIRE LIBRE: -CARRERA DE ORIENTACION,JUEGOS Y DEPORTES	5
Total	20

4ºESO- 1ªEvaluación	SESIONES
Presentación y evaluación inicial	2
Juegos de locomoción y cooperación	2
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FUERZA	5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FLEXIBILIDAD	5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA VELOCIDAD	5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA RESISTENCIA	5
Total	24
4ºESO- 2ªEvaluación	
INICIACION AL ATLETISMO SALTO ALTURA, LONGITUD, VALLAS Y LANZAMIENTO PESO	16
REALIZACION EXAMENES PRACTICOS	7
Total	23
1ºESO- 3ªEvaluación	
DEPORTE COLECTIVO: INICIACION AL BALONMANO	10
COMPETICION BALONMANO	5
ACTIVIDADES Y DEPORTES AL AIRE LIBRE: -CARRERA DE ORIENTACION,JUEGOS Y DEPORTES	5
Total	20

### 3.1.12.Orientaciones para la evaluación de la programación de aula y de la practica docente.

- Reuniones de departamento: al menos, tal y como establece la ley, una vez al mes se analizarán la idoneidad de los elementos incluidos en la programación didáctica.
- Autoevaluaciones del alumno y del profesor: a través de cuestionarios, cuaderno del profesor, seguimiento de la distribución temporal prevista para el desarrollo de los contenidos...
- Coevaluación del alumno y del profesor: entrevistas...
- Resultados académicos obtenidos.
- Comparación/análisis entre profesores que imparten clase en el mismo nivel educativo

### 3.1.13. Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

- Reuniones de departamento: al menos, tal y como establece la ley, una vez al mes se analizarán la idoneidad de los elementos incluidos en la programación didáctica.
- Autoevaluaciones del alumno y del profesor: a través de cuestionarios, cuaderno del profesor, seguimiento de la distribución temporal prevista para el desarrollo de los contenidos...
- Coevaluación del alumno y del profesor: entrevistas...
- Resultados académicos obtenidos.
- Comparación/análisis entre profesores que imparten clase en el mismo nivel educativo

# 1º ESO

## Competencias Específicas

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

La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas, que proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas.

El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar, y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud, y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la movilidad activa, los procesos de activación, los mecanismos de relajación, la educación postural, el cuidado e higiene del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios, y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros.

Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz, la intencionalidad de mejora de sus capacidades o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la

prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana.

El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas, sin dejar de lado la necesidad de su utilización para buscar, seleccionar y comunicar información relevante para su aprendizaje motriz. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado. El alumnado debe adquirir progresivamente una actitud de superación, tomando el error como parte del aprendizaje. Es tan fundamental el análisis individual que haga de sus acciones como la ayuda recibida por sus compañeros en la toma de decisiones en las diferentes actividades planteadas. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en contextos de

certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motores y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, ultimate, lacrosse, baloncesto, tchoukball, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (rounders, softball, etc.), de blanco y diana (boccia, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (skate, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros).

Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado habrá participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM1, STEM3, CPSAA1, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

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

compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades.

Dentro del plano personal, también conlleva la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que generan, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal.

El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, participar en las actividades con actitud colaborativa, respetar las normas, expresar propuestas, pensamientos y emociones, aprender de los demás, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen.

También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, respetar las diferencias individuales, incluidas otras formas de pensar y comunicarse, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales, culturales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica

frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC1, CC2, CC3, CCEC3.

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace, ponderando el trabajo colaborativo e incorporando las experiencias de los demás a su aprendizaje; contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos

tradicionales y populares, danzas propias del folclore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos contenidos podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones.

Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconden intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la competición sana. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

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

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en

distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo.

Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio, analizando los problemas surgidos y buscando posibles soluciones desde el trabajo colaborativo. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el crossfit, el patinaje, el skate, el parkour o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro.

En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3

## PRIMER CURSO Criterios de evaluación

### Competencia específica 1

1.1 Establecer y ejecutar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)

1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos subjetivos sencillos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)

1.3 Empezar a reconocer en sus rutinas diarias errores de aplicación de una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)

1.4 Empezar a incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)

1.5 Comenzar a adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)

1.6 Conocer los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)

1.7 Analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)

1.8 Explorar diferentes recursos digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)

1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, analizando, seleccionando y comunicando información relevante y elaborando documentos propios. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)

## Competencia específica 2

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)

2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, con una limitada incertidumbre, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3) CV: BOCYL-D-30092022-3 Boletín Oficial de Castilla y León Núm. 190 Viernes, 30 de septiembre de 2022 Pág. 49063

2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución de estas. (CPSAA1, CE2, CE3)

### Competencia específica 3

3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)

3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)

3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)

### Competencia específica 4

4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.2 Participar en diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de

expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)

### Competencia específica 5

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3) 5.2 Iniciar la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)

## PERFIL DE SALIDA 1º ESO

### VINCULACIÓN DE LOS OBJETIVOS DE ETAPA CON EL PERFIL DE SALIDA

	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE			CCEE				
	CCL 1	CCL 2	CCL 3	CCL 4	CCL 5	CP 1	CP 2	CP 3	STEM 1	STEM 2	STEM 3	STEM 4	STEM 5	CD 1	CD 2	CD 3	CD 4	CD 5	CPSAA 1	CPSAA 2	CPSAA 3	CPSAA 4	CPSAA 5	CC 1	CC 2	CC 3	CC 4	CE 1	CE 2	CE 3	CCEC 1	CCEC 2	CCEC 3	CCEC 4	
<i>Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, 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.</i>					✓			✓									✓			✓						✓									
<i>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.</i>													✓					✓		✓								✓		✓					
<i>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.</i>					✓														✓	✓					✓	✓								✓	
<i>Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</i>								✓										✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓						✓		

	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE			CCEE					
	CCL 1	CCL 2	CCL 3	CCL 4	CCL 5	CP 1	CP 2	CP 3	STEM 1	STEM 2	STEM 3	STEM 4	STEM 5	CD 1	CD 2	CD 3	CD 4	CD 5	CPSAA 1	CPSAA 2	CPSAA 3	CPSAA 4	CPSAA 5	CC 1	CC 2	CC 3	CC 4	CE 1	CE 2	CE 3	CCEC 1	CCEC 2	CCEC 3	CCEC 4		
<i>Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.</i>		✓	✓						✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					✓													
<i>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.</i>			✓		✓					✓	✓	✓									✓	✓	✓													
<i>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.</i>	✓	✓			✓						✓		✓		✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓							
<i>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>	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓		✓		✓									✓		✓								✓	✓	✓			
<i>Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.</i>						✓	✓	✓																												
<i>Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.</i>	✓				✓			✓															✓	✓	✓	✓				✓	✓	✓	✓	✓		





## MAPA CRITERIAL 1º ESO



## Contenidos 1º ESO

### A. Vida activa y saludable.

- Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.

- Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. Desarrollo de actitudes preventivas.

- Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.

### B. Organización y gestión de la actividad física.

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

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

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

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

- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

#### C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico deportivas y su aplicación práctica.
- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.

#### D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

#### E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.
- Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

- Deporte y perspectiva de género: Presencia y relevancia de figuras del deporte masculinas y femeninas.

#### F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).
- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.
- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos

**TEMPORALIZACIÓN DE CONTENIDOS: 1º ESO.**

<b>1ºESO- 1ªEvaluación</b>		<b>SESIONES</b>
Presentación y evaluación inicial		2
Juegos de locomoción y cooperación		2
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FUERZA		5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FLEXIBILIDAD		5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA VELOCIDAD		5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA RESISTENCIA		5
	Total	24
<b>1ºESO- 2ªEvaluación</b>		
HABILIDADES Y DESTREZAS BASICAS (LANZAMIENTOS-RECEPCIONES –SALTOS-GIROS)		14
INICIACION AL RITMO Y EXPRESION(MOVIMIENTO CORPORAL-ESPACIO-TIEMPO-RITMO)		4
PREPARACION DE UNA COREOGRAFIA		4
REALIZACION EXAMEN PRACTICO		1
	Total	23

1ºESO- 3ªEvaluación	
DEPORTE COLECTIVO: INICIACION AL BALONCESTO	10
COMPETICION BALONCESTO	5
ACTIVIDADES Y DEPORTES AL AIRE LIBRE: -CARRERA DE ORIENTACION -JUEGOS AL AIRE LIBRE(DISCOS VOLADORES) -DEPORTES AL AIRE LIBRE(BEISBOL,,ULTIMATE)	5
Total	20

<b>Unidades Didácticas</b>	<b>Competencias específicas</b>	<b>Descriptoros operativos</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Contenidos</b>
<b>1ª Evaluación</b>				
<b>U.D. 1. El calentamiento</b>	1	1: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.	1.6, 1.7, 1.8, 1.9	B.4, B.5, B.6 D.1, D.2, D.5, D.6 F.4
<b>U.D. 2. Cualidades Físicas básicas</b>	2, 3	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 3: CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2, CC3	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 3.1, 3.2, 3.3	B.4 C.1, C.2, C.4, C.5 D.1, D.2, D.5, D.6 E.1 F.4
<b>U.D. 3. Capacidades física básicas: evaluación</b>	1	1: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.	1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 1.7, 1.8, 1.9	A.1, A.2, A.3 B. 1, B.2, B.3, B.4 C.3 D.4, D.5, D.6 F.1, F.4
<b>2ª Evaluación</b>				
<b>U.D. 4. Habilidades básicas</b>	2, 4	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 4: STEM5, CD2, CPSAA1.2, CC1, CCEC1, CCEC3.2, CCEC4.1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 4.1, 4.2	B.4 D.5, D.6 F.4
<b>U.D. 5. Expresión Corporal: composición coreográfica</b>	2, 4	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 4: STEM5, CD2, CPSAA1.2, CC1, CCEC1, CCEC3.2, CCEC4.1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 4.1, 4.2	A.2 B.4 C.5 D.2, D.5, D.6 E.2, E.3 F.4

<b>3ªEvaluación</b>	<b>Competencias específicas</b>	<b>Descriptorios operativos</b>	<b>Cr iterios de evaluación</b>	<b>Contenidos</b>
<b>U.D.6. Deportes colectivo El baloncesto.</b>	2, 3	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 3: CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2, CC3	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 3.1, 3.2, 3.3	B.4 C.2, C.4, C.5 D.3, D.5, D.6 E.1 F.4
<b>U.D. 7. Deportes y actividades medio natural.</b>	2, 5	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 5: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 5.1, 5.2	B.4. C.5 D.1, D.5, D.6 F.2, F.3, F.4, F.5, F.6
<b>U.D. 8. Orientación.</b>	2, 5	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 5: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 5.1, 5.2	B.4 C.2, C.5 D.5, D.6 F.2, F.3, F.4, F.5, F.6

Unidades Didácticas	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Criterio de calificación	Instrumento de evaluación	Peso (&)	Agente evaluador		
						H.	Coe.	Auto.
<b>1ªEvaluación</b>								
<b>Evaluación Inicial</b>	-	-	-	Test condición física	-	X		
<b>U.D. 1. El calentamiento</b>	1	1.6	25%	Diario del profesor	20%	X	x	X
		1.7	25%	Prueba teórico	35%			
		1.8	25%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	35%			
		1.9	25%	Puesta en común alumnos	10%			
<b>U.D. 2. Capacidades físicas básicas</b>	2, 3	2.1	14%	Diario del profesor	30%	X	x	x
		2.2	14%					
		2.3	14%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	50%			
		2.4	14%					
		3.1	14%	Puesta en común alumnos	10%			
		3.2	14%					
3.3	14%	Competición	10%					
<b>U.D. 3. Capacidades básicas: evaluación</b>	1	1.1	11%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		1.2	11%					
		1.3	11%					
		1.4	11%					
		1.5	11%	Test condición física	50%			
		1.6	11%					
		1.7	11%					
		1.8	11%					
		1.9	11%					
<b>Situación de aprendizaje 1</b>	1	1.1	11%	Realización proyecto de investigación	50%	X	X	x
		1.2	11%					
		1.3	11%					

		1.4	11%	individual del estudiante			
		1.5	11%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	40%		
		1.6	11%				
		1.7	11%				
		1.8	11%	Puesta en común alumnos	10%		
		1.9	11%				

2ªEvaluación	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Criterio de calificación	Instrumento de evaluación	Peso (&)	Agente evaluador		
						H.	Coe.	Auto.
<b>U.D. 4. Habilidades basicas</b>	2, 4	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	X	X
		2.2	16%					
		2.3	16%					
		2.4	16%	Prueba práctica: rúbrica mixta	60%			
		4.1	16%					
		4.2	16%	Puesta en común alumnos	10%			
<b>U.D. 5. Expresión Corporal: composición coreográfica</b>	2, 4	2.1	16%	Diario del profesor	30%			
		2.2	16%					
		2.3	16%					
		2.4	16%	Prueba práctica-exposición-oral: rúbrica mixta	60%			
		4.1	16%					
		4.2	16%	Puesta en común alumnos	10%			

<b>Situación de aprendizaje 2</b>	2, 4	2.1	16%	Aprendizaje cooperativo	50%	X	X	X
		2.2	16%					
		2.3	16%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	40%			
		2.4	16%					
		4.1	16%	Puesta en común alumnos	10%			
		4.2	16%					

3ªEvaluación	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Criterio de calificación	Instrumento de evaluación	Peso (&)	Agente evaluador		
						H.	Coe.	Auto.
<b>U.D. 6. Deportes colectivos BALONCESTO.</b>	2, 3	2.1	14%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		2.2	14%					
		2.3	14%					
		2.4	14%	Prueba práctica-exposición-oral: rúbrica mixta	60%			
		3.1	14%					
		3.2	14%	Puesta en común alumnos	10%			
3.3	14%							
<b>U.D.7. DEPORTES AL AIRE LIBRE</b>	2, 5	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		2.2	16%					
		2.3	16%					

		2.4	16%	Prueba práctica-exposición-oral: rúbrica mixta	60%			
		5.1	16%	Puesta en común alumnos	10%			
		5.2	16%					
<b>U.D. 8 Orientación.</b>	2, 5	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		2.2	16%					
		2.3	16%					
		2.4	16%	Prueba práctica: rúbrica mixta	60%			
		5.1	16%	Puesta en común alumnos	10%			
		5.2	16%					
<b>Situación de aprendizaje 3</b>	4, 5	4.1	25%	Realización proyecto de investigación individual del estudiante	50%	X	x	X
		4.2	25%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	40%			
		5.1	25%					
		5.2	25%	Puesta en común alumnos	10%			

## CRITERIOS DE CALIFICACION 1º ESO.

En 1º de la ESO:

**- Las técnicas de observación al menos tendrán un peso del 20 %.**

Dentro de ellas valoraremos:

- a) Asistencia a clase. Es obligatoria y en caso de ausencia debe ser justificada.
- b) Higiene y salud. Se debe traer la ropa y el calzado adecuado para la práctica.
- c) Participación activa y positiva en todas las sesiones, realizando las actividades y ejercicios que el profesor indique y la sesión demande.
- d) Respeto profesor/compañeros/material e instalaciones.

**-Las técnicas de desempeño y elaboración del proceso al menos un 30%**

Dentro de ellas valoraremos:

- a) Progresión y mejora en el desarrollo de las cualidades físicas básicas (fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia).
- b) Trabajo en equipo en la realización de las coreografías musicales
- c) Adquisición de nuevas destrezas y habilidades básicas ( saltos, giros, volteos, lanzamientos y recepciones)
- d) Adquisición de nuevos fundamentos técnicos, tácticos y de reglamento del deporte del BALONCESTO
- e) Realización de proyectos para evaluar diferentes aprendizajes significativos:

-Primera evaluación

Participar como equipo en las competiciones deportivas que se realizan en los recreos .(futbol-baloncesto y Voleibol).

<b>Situación de aprendizaje (2ª y 3ª EVALUACIÓN) 1º ESO A y B</b>
Las Olimpiadas griegas Situación interdisciplinar con el Departamento de Historia, Educación Física y con implicaciones con el grupo de Trabajo de Convivencia
<b>Evaluación</b>
2ª y 3ª Evaluación.
<b>Relación con las Unidades didácticas</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Elementos básicos de la expresión plástica.</li> <li>2. El color y las texturas.</li> <li>3. La forma y la composición.</li> <li>4. La forma en el espacio.</li> <li>5. El Patrimonio artístico y cultural.</li> <li>6. El lenguaje visual.</li> <li>7. Los trazados geométricos.</li> <li>9. La simetría</li> </ol>
<b>Contenidos</b>
A, B, C, D
<b>Agrupamientos</b>
En esta situación de aprendizaje se realizarán agrupamientos. Cuatro equipos que representarán a cuatro polis griegas en las Olimpiadas. La mitad de los miembros de los cuatro equipos estará en 1ºA y otra mitad en 1ºB
<b>Descripción de la situación de aprendizaje</b>

El marco teórico lo aportará la asignatura de Historia ya que la ambientación para el trabajo de la actividad será la antigua Grecia y las relaciones deportivas entre las Polis.

Se trabajarán conceptos iconográficos, artísticos e histórico- culturales, además de la pervivencia del simbolismo clásico en la sociedad actual y especialmente en el mundo del deporte.

En junio se realizarán unas olimpiadas de inspiración griega, en las que participarán todos los alumnos de 1º de ESO. Para desarrollar la actividad deportiva y especialmente una de las pruebas, el jugger, se diseñarán y fabricarán en Plástica varios objetos que los alumnos portarán a modo de “armas” defensivas para la competición: escudos, strikes... todos los equipos fabricarán los suyos propios basándose en la iconografía clásica de la Polis escogida.

Además, una de las líneas del grupo de convivencia se basará en la implantación de juegos alternativos en los recreos, que podrán incorporarse a la competición.

Todas las polis tendrán una puntuación de salida que todos los profesores del nivel podrán incrementar o mermar en función de aspectos basados en el comportamiento de los alumnos en clase, el rendimiento, la atención...

-Las pruebas físicas, exámenes teóricos , trabajos teóricos y exámenes prácticos,

al menos un **50%**.

Dentro de ellas valoraremos:

- a) Test y baremos de condición física.
- b) Realización de una coreografía musical.
- c) Examen práctico de fundamentos técnicos de baloncesto
- d) Resultados de la competición de baloncesto.

**Los mínimos exigibles** para obtener una valoración positiva del área serán los siguientes:

1-Haber presentado, de manera aceptable en tiempo y forma, el cuaderno y los trabajos (teóricos o prácticos) encargados a lo largo del curso.
2-Haberse presentado a la realización de los exámenes o pruebas escritas, si las hubiera.
3-Mantener una actitud y un comportamiento adecuado en el desarrollo de las sesiones, tanto con el profesor como con los compañeros.,como con el material y las instalaciones
4-Participar activamente y de una forma positiva en las sesiones realizando los ejercicios y actividades que se demanden..
5-Haber asistido a todas las sesiones de clase, aunque no pueda hacer la práctica, en cuyo caso habrá de elaborar alguna tarea alternativa. Las faltas de asistencia deberán ser justificadas.. Aquellos alumnos que no realicen la clase por supuestos motivos médicos pero que no justifiquen dicha imposibilidad, tendrán que asumir la consideración de falta de clase (no a efectos organizativos de centro, pero sí de cara a la calificación de la asignatura).
6-Realizar todas las pruebas físicas, trabajos y las diferentes prácticas físico-deportivas que se planteen a lo largo del curso <sup>6</sup> ,
7-En caso de tener que presentarse a la prueba extraordinaria de junio: Realizar correctamente cada una de las actividades que le hayan sido encomendadas en el informe individual de materia suspensa y/o consejo orientador.

# 2º ESO

## Competencias Específicas

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

La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas, que proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas.

El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar, y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud, y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la movilidad activa, los procesos de activación, los mecanismos de relajación, la educación postural, el cuidado e higiene del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios, y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros.

Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz, la intencionalidad de mejora de sus capacidades o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la

prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana.

El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas, sin dejar de lado la necesidad de su utilización para buscar, seleccionar y comunicar información relevante para su aprendizaje motriz. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado. El alumnado debe adquirir progresivamente una actitud de superación, tomando el error como parte del aprendizaje. Es tan fundamental el análisis individual que haga de sus acciones como la ayuda recibida por sus compañeros en la toma de decisiones en las diferentes actividades planteadas. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en contextos de

certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motores y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, ultimate, lacrosse, baloncesto, tchoukball, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (rounders, softball, etc.), de blanco y diana (boccia, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (skate, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros).

Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado habrá participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM1, STEM3, CPSAA1, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

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

compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades.

Dentro del plano personal, también conlleva la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que generan, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal.

El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, participar en las actividades con actitud colaborativa, respetar las normas, expresar propuestas, pensamientos y emociones, aprender de los demás, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen.

También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, respetar las diferencias individuales, incluidas otras formas de pensar y comunicarse, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales, culturales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica

frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC1, CC2, CC3, CCEC3.

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace, ponderando el trabajo colaborativo e incorporando las experiencias de los demás a su aprendizaje; contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos

tradicionales y populares, danzas propias del folclore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos contenidos podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones.

Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconden intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la competición sana. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

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

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en

distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo.

Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio, analizando los problemas surgidos y buscando posibles soluciones desde el trabajo colaborativo. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el crossfit, el patinaje, el skate, el parkour o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro.

En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3

## SEGUNDO CURSO Criterios de evaluación

### Competencia específica 1

1.1 Establecer y ejecutar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)

1.2 Incorporar con autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos variados de control de la intensidad de las actividades. (STEM1, STEM5)

1.3 Empezar a introducir en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)

1.4 Incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)

1.5 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)

1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)

1.7 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)

1.8 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)

1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando, seleccionando y comunicando información relevante, elaborando documentos propios y haciendo exposiciones y argumentaciones de estos. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)

1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos subjetivos sencillos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)

#### Competencia específica 2

2.1 Desarrollar de manera progresivamente autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)

2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)

2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades. (CPSAA1, CE2, CE3)

#### Competencia específica 3

3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)

3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)

3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)

#### Competencia específica 4

4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.2 Participar en diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)

#### Competencia específica 5

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3) 5.2 Iniciar la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4).



## PERFIL DE SALIDA 2º ESO

### VINCULACIÓN DE LOS OBJETIVOS DE ETAPA CON EL PERFIL DE SALIDA

	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE				CCEE			
	CCL 1	CCL 2	CCL 3	CCL 4	CCL 5	CP 1	CP 2	CP 3	STEM 1	STEM 2	STEM 3	STEM 4	STEM 5	CD 1	CD 2	CD 3	CD 4	CD 5	CPSAA 1	CPSAA 2	CPSAA 3	CPSAA 4	CPSAA 5	CC 1	CC 2	CC 3	CC 4	CE 1	CE 2	CE 3	CCEC 1	CCEC 2	CCEC 3	CCEC 4	
<i>Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, 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.</i>					✓			✓									✓				✓									✓					
<i>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.</i>											✓		✓					✓			✓								✓		✓				
<i>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.</i>					✓															✓	✓							✓	✓						✓
<i>Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</i>								✓												✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					✓

	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE			CCEE					
	CCL 1	CCL 2	CCL 3	CCL 4	CCL 5	CP 1	CP 2	CP 3	STEM 1	STEM 2	STEM 3	STEM 4	STEM 5	CD 1	CD 2	CD 3	CD 4	CD 5	CPSAA 1	CPSAA 2	CPSAA 3	CPSAA 4	CPSAA 5	CC 1	CC 2	CC 3	CC 4	CE 1	CE 2	CE 3	CCEC 1	CCEC 2	CCEC 3	CCEC 4		
<i>Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.</i>		✓	✓						✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					✓													
<i>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.</i>			✓		✓					✓	✓	✓									✓	✓	✓													
<i>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.</i>	✓	✓			✓						✓		✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓							
<i>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>	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓		✓		✓									✓		✓									✓	✓	✓		
<i>Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.</i>						✓	✓	✓																												
<i>Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.</i>	✓				✓			✓															✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓	✓		





## MAPA CRITERIAL 2º ESO



## Contenidos 2º ESO

### A. Vida activa y saludable.

- Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.

- Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. Desarrollo de actitudes preventivas.

- Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.

### B. Organización y gestión de la actividad física.

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

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

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

- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

#### C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico deportivas y su aplicación práctica.
- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.

#### D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

#### E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.

- Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- Deporte y perspectiva de género: Presencia y relevancia de figuras del deporte masculinas y femeninas.

#### F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).
- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.
- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos

**TEMPORALIZACIÓN DE CONTENIDOS: 2º ESO.**

<b>2ºESO- 1ªEvaluación</b>		<b>SESIONES</b>
Presentación y evaluación inicial		2
Juegos de locomoción y cooperación		2
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FUERZA		5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FLEXIBILIDAD		5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA VELOCIDAD		5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA RESISTENCIA		5
	Total	24
<b>2ºESO- 2ªEvaluación</b>		
CAPACIDADES PERCEPTIVO-.MOTRICES (EQUILIBRIO Y COORDINACION)		4
UNIDAD DIDACTICA COMBAS Y SALTOS		8
PREPARACION DE UNA COREOGRAFIA DE SALTOS CON COMBAS		6
REALIZACION EXAMEN PRACTICO		1
INICIACION A LOS DEPORTES DE RAQUETA (BADMINTON)		5
	Total	24

<b>2ºESO- 3ªEvaluación</b>	
DEPORTE COLECTIVO: INICIACION AL FUTBOL-SALA	10
COMPETICION FUTBOL-SALA	5
ACTIVIDADES Y DEPORTES AL AIRE LIBRE: -CARRERA DE ORIENTACION -JUEGOS AL AIRE LIBRE(DISCOS VOLADORES) -DEPORTES AL AIRE LIBRE(BEISBOL,,ULTIMATE)	5
Total	20

<b>Unidades Didácticas</b>	<b>Competencias específicas</b>	<b>Descriptoros operativos</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Contenidos</b>
<b>1ª Evaluación</b>				
<b>U.D. 1. El calentamiento</b>	1	1: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.	1.6, 1.7, 1.8, 1.9	B.4, B.5, B.6 D.1, D.2, D.5, D.6 F.4
<b>U.D. 2. Cualidades Físicas básicas</b>	2, 3	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 3: CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2, CC3	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 3.1, 3.2, 3.3	B.4 C.1, C.2, C.4, C.5 D.1, D.2, D.5, D.6 E.1 F.4
<b>U.D. 3. Capacidades física básicas: evaluación</b>	1	1: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.	1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 1.7, 1.8, 1.9	A.1, A.2, A.3 B. 1, B.2, B.3, B.4 C.3 D.4, D.5, D.6 F.1, F.4
<b>2ª Evaluación</b>				
<b>U.D. 4. CUALIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES (EQUILIBRIO Y COORDINACION)</b>	2, 4	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 4: STEM5, CD2, CPSAA1.2, CC1, CCEC1, CCEC3.2, CCEC4.1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 4.1, 4.2	B.4 D.5, D.6 F.4
<b>U.D. 5. Unidad Didáctica de saltos con combas</b>	2, 4	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 4: STEM5, CD2, CPSAA1.2, CC1, CCEC1, CCEC3.2, CCEC4.1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 4.1, 4.2	A.2 B.4 C.5 D.2, D.5, D.6 E.2, E.3 F.4

<b>U.D. 6. Unidad Didáctica de iniciación al Badminton</b>	2, 3	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 3: CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2, CC3	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 3.1, 3.2, 3.3	B.4 C.2, C.4, C.5 D.3, D.5, D.6 E.1 F.4
<b>3ªEvaluación</b>	<b>Competencias específicas</b>	<b>Descriptorios operativos</b>	<b>Cr iterios de evaluación</b>	<b>Contenidos</b>
<b>U.D.7. Deportes colectivo Fútbol-sala</b>	2, 3	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 3: CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2, CC3	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 3.1, 3.2, 3.3	B.4 C.2, C.4, C.5 D.3, D.5, D.6 E.1 F.4
<b>U.D. 8. Deportes y actividades medio natural.</b>	2, 5	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 5: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 5.1, 5.2	B.4. C.5 D.1, D.5, D.6 F.2, F.3, F.4, F.5, F.6
<b>U.D. 9. Orientación.</b>	2, 5	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 5: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 5.1, 5.2	B.4 C.2, C.5 D.5, D.6 F.2, F.3, F.4, F.5, F.6

Unidades Didácticas	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Criterio de calificación	Instrumento de evaluación	Peso (&)	Agente evaluador		
						H.	Coe.	Auto.
<b>1ªEvaluación</b>								
<b>Evaluación Inicial</b>	-	-	-	Test condición física	-	X		
<b>U.D. 1. El calentamiento</b>	1	1.6	25%	Diario del profesor	20%	X	x	X
		1.7	25%	Prueba teórico	35%			
		1.8	25%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	35%			
		1.9	25%	Puesta en común alumnos	10%			
<b>U.D. 2. Capacidades físicas básicas</b>	2, 3	2.1	14%	Diario del profesor	30%	X	x	x
		2.2	14%					
		2.3	14%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	50%			
		2.4	14%					
		3.1	14%	Puesta en común alumnos	10%			
		3.2	14%					
3.3	14%	Competición	10%					
<b>U.D. 3. Capacidades básicas: evaluación</b>	1	1.1	11%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		1.2	11%					
		1.3	11%					
		1.4	11%					
		1.5	11%	Test condición física	50%			
		1.6	11%					
		1.7	11%					
		1.8	11%					
				Puesta en común alumnos: rúbrica	20%			

		1.9	11%	mixta				
Situación de aprendizaje competición equipos recreos	1	1.1	11%	Realización proyecto de investigación individual del estudiante	50%	X	X	x
		1.2	11%					
		1.3	11%					
		1.4	11%					
		1.5	11%	Prueba práctica- oral: rúbrica mixta	40%			
		1.6	11%					
		1.7	11%					
		1.8	11%					
1.9	11%	Puesta en común alumnos	10%					

2ªEvaluación	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Criterio de calificación	Instrumento de evaluación	Peso (&)	Agente evaluador		
						H.	Coe.	Auto.
U.D. 4. Cualidades perceptivo-motrices (coordinación y equilibrio)	2, 4	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	X	X
		2.2	16%					
		2.3	16%					
		2.4	16%	Prueba práctica: rúbrica mixta	60%			
		4.1	16%					
4.2	16%	Puesta en común alumnos	10%					
U.D. 5. Unidad didáctica Saltos con combas	2, 4	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	X	X
		2.2	16%					
		2.3	16%	Prueba práctica-	60%			

		2.4	16%	exposición-oral: rúbrica mixta				
		4.1	16%	Puesta en común alumnos	10%			
		4.2	16%					
<b>U.D.6. Introducción a los deportes de raqueta (Badminton)</b>	2, 3	2.1	14%	Diario del profesor	30%	X	X	X
		2.2	14%					
		2.3	14%					
		2.4	14%	Prueba práctica- EXAMEN PRACTICO	60%			
<b>Situación de aprendizaje REALIZAR UNA COREOGRAFIA GRUPAL DE SALTOS CON COMBAS</b>		3.1	14%	COMPETICION	10%	X	X	X
		3.2	14%					
		2.3	16%	Prueba práctica- oral: rúbrica mixta	40%			
		2.4	16%					
		4.1	16%	Puesta en común alumnos	10%			
		4.2	16%					

3ªEvaluación	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Criterio de calificación	Instrumento de evaluación	Peso (&)	Agente evaluador		
						H.	Coe.	Auto.
<b>U.D. 7. Deportes colectivos FUTBOL-SALA.</b>	2, 3	2.1	14%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		2.2	14%					
		2.3	14%					
		2.4	14%					

		3.1	14%	EXAMEN PRACTICO				
		3.2	14%	COMPETICION	10%			
		3.3	14%					
<b>U.D.8. DEPORTES AL AIRE LIBRE</b>	2, 5	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		2.2	16%					
		2.3	16%					
		2.4	16%	Prueba práctica- exposición-oral: rúbrica mixta	60%			
		5.1	16%	Puesta en común alumnos	10%			
		5.2	16%					
				2.1	16%			
<b>U.D. 8 Orientación.</b>	2, 5	2.2	16%					
		2.3	16%					
		2.4	16%	Prueba práctica: rúbrica mixta	60%			
		5.1	16%	Puesta en común alumnos	10%			
		5.2	16%					
		<b>Situación de aprendizaje COMPETICION DE FUTBOL-SALA</b>	4, 5	4.1	25%	Realización COMPETICION	50%	
4.2	25%			PARTIDOS	40%			
5.1	25%							

				Puesta en común alumnos	10%			
		5.2	25%					

## CRITERIOS DE CALIFICACION 2º ESO.

En 2º de la ESO:

**- Las técnicas de observación al menos tendrán un peso del 20 %.**

Dentro de ellas valoraremos:

- e) Asistencia a clase. Es obligatoria y en caso de ausencia debe ser justificada.
- f) Higiene y salud. Se debe traer la ropa y el calzado adecuado para la práctica.
- g) Participación activa y positiva en todas las sesiones, realizando las actividades y ejercicios que el profesor indique y la sesión demande.
- h) Respeto profesor/compañeros/material e instalaciones.

**-Las técnicas de desempeño y elaboración del proceso al menos un 30%**

Dentro de ellas valoraremos:

- f) Progresión y mejora en el desarrollo de las cualidades físicas básicas (fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia).
- g) Progresión y mejora en el desarrollo de las cualidades PERCEPTIVO-MOTRICES (COORDINACION Y EQUILIBRIO)
- h) Trabajo en equipo en la realización de las coreografías musicales DE SALTOS CON COMBAS
- i) Adquisición de nuevos fundamentos técnicos, tácticos y de reglamento del deporte del FUTBOL-SALA
- j) Realización de proyectos para evaluar diferentes aprendizajes significativos:

### -Primera evaluación

Participar como equipo en las competiciones deportivas que se realizan en los recreos .(futbol-baloncesto y Voleibol).

### -Segunda evaluación

En colaboración con el departamento de **Tecnología**,, preparación de una coreografía musical, realizando SALTOS CON COMBAS utilizando las nuevas técnicas de la información para la realización y composición de la misma.

### -Tercera Evaluación

Realización de una competición deportiva de fútbol sala, en sistema de liga todos contra todos.

**-Las pruebas físicas, exámenes teóricos , trabajos teóricos y exámenes prácticos, al menos un **50%**.**

Dentro de ellas valoraremos:

- e) Test y baremos de condición física.
- f) Realización de una coreografía musical. de saltos con combas
- g) Examen práctico de fundamentos técnicos de Fútbol sala
- h) Resultados de la competición de. Fútbol sala

**Los mínimos exigibles** para obtener una valoración positiva del área serán los siguientes:

1-Haber presentado, de manera aceptable en tiempo y forma, el cuaderno y los trabajos (teóricos o prácticos) encargados a lo largo del curso.
2-Haberse presentado a la realización de los exámenes o pruebas escritas, si las hubiera.
3-Mantener una actitud y un comportamiento adecuado en el desarrollo de las sesiones, tanto con el profesor como con los compañeros.,como con el material y las instalaciones
4-Participar activamente y de una forma positiva en las sesiones realizando los ejercicios y actividades que se demanden..
5-Haber asistido a todas las sesiones de clase, aunque no pueda hacer la práctica, en cuyo caso habrá de elaborar alguna tarea alternativa. Las faltas de asistencia deberán ser justificadas.. Aquellos alumnos que no realicen la clase por supuestos motivos médicos pero que no justifiquen dicha imposibilidad, tendrán que asumir la consideración de falta de clase (no a efectos organizativos de centro, pero sí de cara a la calificación de la asignatura).
6-Realizar todas las pruebas físicas, trabajos y las diferentes prácticas físico-deportivas que se planteen a lo largo del curso <sup>7</sup> ,
7-En caso de tener que presentarse a la prueba extraordinaria de junio: Realizar correctamente cada una de las actividades que le hayan sido encomendadas en el informe individual de materia suspensa y/o consejo orientador.

## 3º ESO

### Competencias Específicas

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

La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas, que proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas.

El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar, y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud, y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la movilidad activa, los procesos de activación, los mecanismos de relajación, la educación postural, el cuidado e higiene del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios, y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros.

Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz, la intencionalidad de mejora de sus capacidades o el análisis de diferentes aspectos

para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana.

El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas, sin dejar de lado la necesidad de su utilización para buscar, seleccionar y comunicar información relevante para su aprendizaje motriz. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado. El alumnado debe adquirir progresivamente una actitud de superación, tomando el error como parte del aprendizaje. Es tan fundamental el análisis individual que haga de sus acciones como la ayuda recibida por sus compañeros en la toma de decisiones en las diferentes actividades planteadas. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de

prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motores y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, ultimate, lacrosse, baloncesto, tchoukball, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (rounders, softball, etc.), de blanco y diana (boccia, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (skate, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros).

Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado habrá participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM1, STEM3, CPSAA1, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando

procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades.

Dentro del plano personal, también conlleva la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que generan, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal.

El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, participar en las actividades con actitud colaborativa, respetar las normas, expresar propuestas, pensamientos y emociones, aprender de los demás, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen.

También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, respetar las diferencias individuales, incluidas otras formas de pensar y comunicarse, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos

sociales, culturales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC1, CC2, CC3, CCEC3.

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace, ponderando el trabajo colaborativo e incorporando las experiencias de los demás a su aprendizaje; contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales y populares, danzas propias del folclore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos contenidos podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones.

Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconden intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la competición sana. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

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

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa

le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo.

Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio, analizando los problemas surgidos y buscando posibles soluciones desde el trabajo colaborativo. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el crossfit, el patinaje, el skate, el parkour o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro.

En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3

## TERCER CURSO Criterios de evaluación

### Competencia específica 1

1.1 Autorregular la práctica organizada de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)

1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)

1.3 Introducir en sus rutinas diarias el desarrollo de una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)

1.4 Comenzar a adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)

1.5 Empezar a adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)

1.6 Conocer los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)

1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando

cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)

1.8 Desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)

1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)

## Competencia específica 2

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)

2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3) 2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas

actividades y valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)

### Competencia específica 3

3.1 Practicar y colaborar en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)

3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con progresiva autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)

3.3 Relacionarse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)

### Competencia específica 4

4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades

actuales y valorando sus orígenes y evolución. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)

Competencia específica 5

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)

5.2 Organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)

## PERFIL DE SALIDA 3º ESO

### VINCULACIÓN DE LOS OBJETIVOS DE ETAPA CON EL PERFIL DE SALIDA

	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE			CCEE				
	CCL 1	CCL 2	CCL 3	CCL 4	CCL 5	CP 1	CP 2	CP 3	STEM 1	STEM 2	STEM 3	STEM 4	STEM 5	CD 1	CD 2	CD 3	CD 4	CD 5	CPSAA 1	CPSAA 2	CPSAA 3	CPSAA 4	CPSAA 5	CC 1	CC 2	CC 3	CC 4	CE 1	CE 2	CE 3	CCEC 1	CCEC 2	CCEC 3	CCEC 4	
<i>Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, 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.</i>					✓			✓									✓			✓						✓									
<i>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.</i>													✓					✓		✓								✓		✓					
<i>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.</i>					✓														✓	✓					✓	✓									✓
<i>Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</i>								✓										✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓						✓		

	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE			CCEE					
	CCL 1	CCL 2	CCL 3	CCL 4	CCL 5	CP 1	CP 2	CP 3	STEM 1	STEM 2	STEM 3	STEM 4	STEM 5	CD 1	CD 2	CD 3	CD 4	CD 5	CPSAA 1	CPSAA 2	CPSAA 3	CPSAA 4	CPSAA 5	CC 1	CC 2	CC 3	CC 4	CE 1	CE 2	CE 3	CCEC 1	CCEC 2	CCEC 3	CCEC 4		
<i>Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.</i>		✓	✓						✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					✓													
<i>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.</i>			✓		✓					✓	✓	✓									✓	✓	✓													
<i>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.</i>	✓	✓			✓						✓		✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓							
<i>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>	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓		✓		✓									✓		✓								✓	✓	✓			
<i>Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.</i>						✓	✓	✓																												
<i>Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.</i>	✓				✓			✓															✓	✓	✓	✓				✓	✓	✓	✓	✓		



**MAPA CRITERIAL 3º ESO**

Mapas de Relaciones Criteriales		3º ESO	Competencia en Comunicación Lingüística					Competencia Plurilingüe			Competencia Matemática y Competencia en Ciencia, Tecnología e Ingeniería					Competencia Digital					Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender					Competencia Ciudadana				Competencia Emprendedora			Competencia en Conciencia y Expresión Culturales				Vinculaciones Criterios - Descriptores		
			CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CP1	CP2	CP3	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CPSAA1	CPSAA2	CPSAA3	CPSAA4	CPSAA5	CC1	CC2	CC3	CC4	CE1	CE2	CE3	CCEC1	CCEC2	CCEC3	CCEC4			
Educación Física	Comp. Esp. 1	Criterio Evaluación 1.1									1			1																								3	
		Criterio Evaluación 1.2									1				1																							2	
		Criterio Evaluación 1.3										1										1	1															3	
		Criterio Evaluación 1.4													1							1																2	
		Criterio Evaluación 1.5													1							1																2	
		Criterio Evaluación 1.6		1								1																											2
		Criterio Evaluación 1.7			1								1		1								1	1														5	
		Criterio Evaluación 1.8														1	1	1																				2	
		Criterio Evaluación 1.9		1	1											1		1					1															5	
	Comp. Esp. 2	Criterio Evaluación 2.1									1	1										1	1					1	1								6		
		Criterio Evaluación 2.2									1	1											1	1					1									5	
		Criterio Evaluación 2.3									1												1					1	1									4	
		Criterio Evaluación 2.4																				1			1			1	1									4	
	Comp. Esp. 3	Criterio Evaluación 3.1	1																		1	1		1	1	1											6		
		Criterio Evaluación 3.2	1			1															1	1		1								1					6		
		Criterio Evaluación 3.3	1			1		1													1	1		1	1	1					1	1	1	1			9		
	Comp. Esp. 4	Criterio Evaluación 4.1																							1	1					1	1	1					5	
		Criterio Evaluación 4.2																					1			1	1				1	1	1					6	
		Criterio Evaluación 4.3	1																				1			1				1	1	1	1					7	
	Comp. Esp. 5	Criterio Evaluación 5.1										1			1												1	1	1									5	
Criterio Evaluación 5.2													1													1	1	1									4		

3º E.S.O. bilingüe: mapa de relaciones competenciales

	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE				CCEC				
	CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CP1	CP2	CP3	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CPSAA1	CPSAA2	CPSAA3	CPSAA4	CPSAA5	CC1	CC2	CC3	CC4	CE1	CE2	CE3	CCEC1	CCEC2	CCEC3	CCEC4		
Competencia Específica1		✓	✓			✓	✓	✓						✓	✓	✓	✓			✓		✓														
Competencia Específica2						✓	✓	✓			✓								✓			✓						✓	✓							
Competencia Específica3	✓					✓	✓	✓											✓		✓		✓	✓	✓										✓	
Competencia Específica4	✓					✓	✓	✓												✓				✓	✓						✓	✓	✓	✓	✓	
Competencia Específica5						✓	✓	✓			✓															✓	✓		✓							

Educación Física

		CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE			CCEC			
		CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CP1	CP2	CP3	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CPSAA1	CPSAA2	CPSAA3	CPSAA4	CPSAA5	CC1	CC2	CC3	CC4	CE1	CE2	CE3	CCEC1	CCEC2	CCEC3	CCEC4
CE1	CriteriodeEvaluación1.1						✓	✓		✓				✓									✓												
	CriteriodeEvaluación1.2									✓				✓																					
	CriteriodeEvaluación1.3										✓										✓		✓												
	CriteriodeEvaluación1.4													✓							✓														
	CriteriodeEvaluación1.5						✓	✓	✓					✓							✓														
	CriteriodeEvaluación1.6		✓								✓																								
	CriteriodeEvaluación1.7										✓			✓							✓														
	CriteriodeEvaluación1.8															✓		✓																	
	CriteriodeEvaluación1.9		✓	✓											✓		✓	✓					✓												
CE2	CriteriodeEvaluación2.1						✓	✓		✓		✓											✓	✓						✓	✓				
	CriteriodeEvaluación2.2									✓		✓											✓	✓						✓	✓				
	CriteriodeEvaluación2.3									✓													✓							✓	✓				
	CriteriodeEvaluación2.4																			✓										✓	✓				
CE3	CriteriodeEvaluación3.1	✓					✓	✓												✓		✓			✓	✓	✓								
	CriteriodeEvaluación3.2	✓				✓														✓		✓												✓	
	CriteriodeEvaluación3.3	✓				✓	✓	✓	✓											✓		✓			✓	✓	✓								✓
CE4	CriteriodeEvaluación4.1						✓	✓																		✓	✓					✓	✓	✓	✓
	CriteriodeEvaluación4.2																					✓				✓	✓					✓	✓	✓	✓
	CriteriodeEvaluación4.3	✓					✓	✓	✓												✓					✓						✓	✓	✓	✓
CE5	CriteriodeEvaluación5.1						✓				✓			✓														✓	✓		✓				
	CriteriodeEvaluación5.2													✓														✓							

Unidades Didácticas	Competencias específicas	Descriptorios operativos	Criterios de evaluación	Contenidos
<b>1ªEvaluación</b>				
<b>U.D. 1. CONDICION FISICA</b>	1	1: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.	1.6, 1.7, 1.8, 1.9	B.4, B.5, B.6 D.1, D.2, D.5, D.6 F.4
<b>U.D. 2. Capacidades físicas básicas</b>	2, 3	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 3: CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2, CC3	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 3.1, 3.2, 3.3	B.4 C.1, C.2, C.4, C.5 D.1, D.2, D.5, D.6 E.1 F.4
<b>U.D. 3. Capacidades física básicas: entrenador personal</b>	1	1: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.	1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 1.7, 1.8, 1.9	A.1, A.2, A.3 B. 1, B.2, B.3, B.4 C.3 D.4, D.5, D.6 F.1, F.4
<b>2ªEvaluación</b>				
<b>U.D. 4. Acrosport</b>	2, 4	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 4: STEM5, CD2, CPSAA1.2, CC1, CCEC1, CCEC3.2, CCEC4.1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 4.1, 4.2	B.4 D.5, D.6 F.4
<b>U.D. 5. Expresión Corporal y ritmo. composición coreográfica</b>	2, 4	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 4: STEM5, CD2, CPSAA1.2, CC1, CCEC1, CCEC3.2, CCEC4.1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 4.1, 4.2	A.2 B.4 C.5 D.2, D.5, D.6 E.2, E.3 F.4

<b>U.D. 6. Deportes de red:</b>	2	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.	2.1, 2.2, 2.3, 2.4	B.4 C.2, C.4 D.1, D.5, D.6 F.4
<b>3ªEvaluación</b>	<b>Competencias específicas</b>	<b>Descriptorios operativos</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Contenidos</b>
<b>U.D. 7. Deportes colectivos VOLEIBOL.</b>	2, 3	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 3: CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2, CC3	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 3.1, 3.2, 3.3	B.4 C.2, C.4, C.5 D.3, D.5, D.6 E.1 F.4
<b>U.D. 8. ACTIVIDADES MEDIO NATURAL</b>	2, 5	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 5: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 5.1, 5.2	B.4. C.5 D.1, D.5, D.6 F.2, F.3, F.4, F.5, F.6
<b>U.D. 9. Orientación.</b>	2, 5	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 5: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 5.1, 5.2	B.4 C.2, C.5 D.5, D.6 F.2, F.3, F.4, F.5, F.6

Unidades Didácticas	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Criterio de calificación	Instrumento de evaluación	Peso (&)	Agente evaluador		
						H.	Coe.	Auto.
<b>1ªEvaluación</b>								
<b>Evaluación Inicial</b>	-	-	-	Test condición física	-	X		
<b>U.D. 1. CONDICION FISICA</b>	1	1.6	25%	Diario del profesor	20%	X	x	X
		1.7	25%	Prueba teórico	35%			
		1.8	25%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	35%			
		1.9	25%	Puesta en común alumnos	10%			
<b>U.D. 2. CAPACIDADES FISICAS BASICAS</b>	2, 3	2.1	14%	Diario del profesor	30%	X	x	x
		2.2	14%					
		2.3	14%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	50%			
		2.4	14%					
		3.1	14%	Puesta en común alumnos	10%			
		3.2	14%					
3.3	14%	Competición	10%					
<b>U.D. 3. Capacidades física básicas: EVALUACION</b>	1	1.1	11%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		1.2	11%					
		1.3	11%					
		1.4	11%					
		1.5	11%	Test condición física	40%			
		1.6	11%					
		1.7	11%					
		1.8	11%					
				Puesta en común alumnos: rúbrica	30%			

		1.9	11%	mixta				
<b>Situación de aprendizaje</b> <b>Realizar un plan de entrenamiento individual</b>	1	1.1	11%	Realización proyecto de investigación individual del estudiante	50%	X	X	x
		1.2	11%					
		1.3	11%					
		1.4	11%					
		1.5	11%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	40%			
		1.6	11%					
		1.7	11%					
		1.8	11%	Puesta en común alumnos	10%			
1.9	11%							

2ªEvaluación	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Criterio de calificación	Instrumento de evaluación	Peso (&)	Agente evaluador		
						H.	Coe.	Auto.
<b>U.D. 4. ACROSPORT</b>	2, 4	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	X	X
		2.2	16%					
		2.3	16%	Prueba práctica: rúbrica mixta	60%			
		2.4	16%					
		4.1	16%	Puesta en común alumnos	10%			
4.2	16%							
<b>U.D. 5. Expresión Corporal: composición coreográfica de figuras</b>	2, 4	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	X	X
		2.2	16%					
		2.3	16%	Prueba práctica-	60%			

<b>de Acrosport</b>		2.4	16%	exposición-oral: rúbrica mixta				
		4.1	16%	Puesta en común alumnos	10%			
		4.2	16%					
<b>U.D. 6. Deportes de RED (tenis)</b>	2	2.1	25%	Diario del profesor	30%	X	X	X
		2.2	25%	EXAMEN PRACTICO : rúbrica mixta	40%			
		2.3	25%	Puesta en común alumnos	10%			
		2.4	25%	Competición	20%			
<b>Situación de aprendizaje REALIZACION DE UNA COREOGRAFIA GRUPAL DE ACROSPORT</b>	2, 4	2.1	16%	Aprendizaje cooperativo	50%	X	X	X
		2.2	16%					
		2.3	16%	Prueba práctica- oral: rúbrica mixta	40%			
		2.4	16%					
		4.1	16%	Puesta en común alumnos	10%			
		4.2	16%					

3ªEvaluación	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Criterio de calificación	Instrumento de evaluación	Peso (&)	Agente evaluador		
						H.	Coe.	Auto.
<b>U.D. 7. Deportes Colectivo VOLEIBOL.</b>	2, 3	2.1	14%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		2.2	14%					
		2.3	14%					
		2.4	14%	EXAMEN PRACTICO	60%			
		3.1	14%					
		3.2	14%					
		3.3	14%	Puesta en común alumnos	10%			
<b>U.D. 8. Actividades en el medio natural</b>	2, 5	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		2.2	16%					
		2.3	16%					
		2.4	16%	Prueba práctica-exposición-oral: rúbrica mixta	60%			
		5.1	16%					
		5.2	16%	Puesta en común alumnos	10%			
		<b>U.D. 9. Orientación.</b>	2, 5	2.1	16%			
2.2	16%							
2.3	16%							
2.4	16%			Prueba práctica: rúbrica mixta	60%			
5.1	16%							
5.2	16%			Puesta en común alumnos	10%			

<b>Situación de aprendizaje COMPETICION DE VOLEIBOL</b>	4, 5	4.1	25%	Realización LIGA VOLEIBOL	50%	X	x	X
		4.2	25%	PARTIDOS COMPETICION	40%			
		5.1	25%		Puesta en común alumnos			

## Contenidos Tercero ESO

### A. Vida activa y saludable.

- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación del entrenamiento. Alimentación saludable. Balance energético y actividad física. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.
- Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte.
- Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

### B. Organización y gestión de la actividad física.

- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.
- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo convencional y autoconstruido.
- Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física

- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

#### C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad

motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico deportivas: identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles.
- Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo.
- Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

#### E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- Deporte y perspectiva de género: Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

#### F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares).
- Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

**7.3.2 TEMPORALIZACIÓN DE CONTENIDOS: 3º ESO.**

<b>3ºESO- 1ªEvaluación</b>	<b>SESIONES</b>
Presentación y evaluación inicial	2
Juegos de locomoción y cooperación	2
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FUERZA	5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA FLEXIBILIDAD	5
CUALIDADES FISICAS BASICAS: LA VELOCIDAD	5
CUALIDADES FISICAS BASICAS:LA RESISTENCIA	5
Total	24
<b>3ºESO- 2ªEvaluación</b>	
CUALIDADES RESULTANTES: AGILIDAD	2
CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES (COORDINACION-EQUILIBRIO)	4
U.D. DE ACROSPORT (PREPARACION DE UN MONTAJE DE ACROSPORT)	8
INICIACION AL DEPORTE INDIVIDUAL DE RAQUETA (TENIS)	4
COMPETICION DE TENIS	5
Total	23

<b>3ºESO- 3ªEvaluación</b>	
DEPORTE COLECTIVO: INICIACION AL VOLEIBOL	10
COMPETICION VOLEIBOL	5
ACTIVIDADES Y DEPORTES AL AIRE LIBRE: -CARRERA DE ORIENTACION,JUEGOS ALTERNATIVOS y ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE	5
Total	20

## **CRITERIOS DE CALIFICACION 3º ESO.**

En 3º de la ESO:

**- Las técnicas de observación al menos tendrán un peso del 20 %.**

Dentro de ellas valoraremos:

- i) Asistencia a clase. Es obligatoria y en caso de ausencia debe ser justificada.
- j) Higiene y salud. Se debe traer la ropa y el calzado adecuado para la práctica.
- k) Participación activa y positiva en todas las sesiones, realizando las actividades y ejercicios que el profesor indique y la sesión demande.
- l) Respeto profesor/compañeros/material e instalaciones.

**-Las técnicas de desempeño y elaboración del proceso al menos un 30%**

Dentro de ellas valoraremos:

- k) Progresión y mejora en el desarrollo de las cualidades físicas básicas (fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia).
- l) Trabajo en equipo en la realización de las coreografías de Acrosport
- m) Adquisición de nuevas destrezas y capacidades perceptivo-motrices (coordinación, equilibrio y agilidad).
- n) Adquisición de nuevos fundamentos técnicos, tácticos y de reglamento del deporte del Voleibol
- o) Realización de proyectos para evaluar diferentes aprendizajes significativos:

### -Primera evaluación

Utilizar LOS CONOCIMIENTOS ADQUIRIDOS en las clases de EF. Para realizar un PLAN DE ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO.

### -Segunda evaluación

En colaboración con el departamento de **Tecnología**,, preparación de una coreografía de acrosport, utilizando las nuevas técnicas de la información para la realización y composición de la misma.

### -Tercera Evaluación

Realización de una competición deportiva de Voleibol, en sistema de liga todos contra todos.

**-Las pruebas físicas, exámenes teóricos ,trabajos teóricos y exámenes prácticos, al menos un **50%**.**

Dentro de ellas valoraremos:

- i) Test y baremos de condición física.
- j) Realización de una coreografía de acrosport
- k) Examen práctico de fundamentos técnicos de voleibol
- l) Competición de voleibol

MINIMOS EXIGIBLES (PERFIL DE SALIDA)

1-Haber presentado, de manera aceptable en tiempo y forma, el cuaderno y los trabajos (teóricos o prácticos) encargados a lo largo del curso.

2-Haberse presentado a la realización de los exámenes o pruebas escritas, si las hubiera.

3-Mantener una actitud y un comportamiento adecuado en el desarrollo de las sesiones, tanto con el profesor como con los compañeros.,como con el material y las instalaciones

4-participar activamente y de una forma positiva en las sesiones realizando los ejercicios y actividades que se demanden..

5-Haber asistido a todas las sesiones de clase, aunque no pueda hacer la práctica, en cuyo caso habrá de elaborar alguna tarea alternativa. Las faltas de asistencia deberán ser justificadas.. Aquellos alumnos que no realicen la clase por supuestos motivos médicos pero que no justifiquen dicha imposibilidad, tendrán que asumir la consideración de falta de clase (no a efectos organizativos de centro, pero sí de cara a la calificación de la asignatura).

6-Realizar todas las pruebas físicas, trabajos y las diferentes prácticas físico-deportivas que se planteen a lo largo del curso<sup>8</sup>,

7-En caso de tener que presentarse a la prueba extraordinaria de junio: Realizar correctamente cada una de las actividades que le hayan sido encomendadas en el informe individual de materia suspensa y/o consejo orientador.

# 4º ESO

## Competencias Específicas

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

La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas, que proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas.

El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar, y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud, y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la movilidad activa, los procesos de activación, los mecanismos de relajación, la educación postural, el cuidado e higiene del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios, y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros.

Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz, la intencionalidad de mejora de sus capacidades o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de

situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana.

El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas, sin dejar de lado la necesidad de su utilización para buscar, seleccionar y comunicar información relevante para su aprendizaje motriz. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado. El alumnado debe adquirir progresivamente una actitud de superación, tomando el error como parte del aprendizaje. Es tan fundamental el análisis individual que haga de sus acciones como la ayuda recibida por sus compañeros en la toma de decisiones en las diferentes actividades planteadas. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de

oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motores y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, ultimate, lacrosse, baloncesto, tchoukball, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (rounders, softball, etc.), de blanco y diana (boccia, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (skate, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros).

Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado habrá participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM1, STEM3, CPSAA1, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas

situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades.

Dentro del plano personal, también conlleva la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que generan, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal.

El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, participar en las actividades con actitud colaborativa, respetar las normas, expresar propuestas, pensamientos y emociones, aprender de los demás, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen.

También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, respetar las diferencias individuales, incluidas otras formas de pensar y comunicarse, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales, culturales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones

deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC1, CC2, CC3, CCEC3.

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace, ponderando el trabajo colaborativo e incorporando las experiencias de los demás a su aprendizaje; contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales y populares, danzas propias del folclore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos contenidos podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones.

Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconden intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la competición sana. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

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

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa

le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo.

Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio, analizando los problemas surgidos y buscando posibles soluciones desde el trabajo colaborativo. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el crossfit, el patinaje, el skate, el parkour o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro.

En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3

## CUARTO CURSO Criterios de evaluación

### Competencia específica 1

1.1 Planificar y Autorregular la práctica organizada de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)

1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)

1.3 Introducir en sus rutinas diarias el desarrollo de una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)

1.4 Comenzar a adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)

1.5 Empezar a adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)

1.6 Conocer los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)

1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando

cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)

1.8 Desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)

1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)

## Competencia específica 2

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)

2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)

2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas

actividades y valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)

### Competencia específica 3

3.1 Practicar y colaborar en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)

3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con progresiva autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)

3.3 Relacionarse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)

### Competencia específica 4

4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades

actuales y valorando sus orígenes y evolución. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)

Competencia específica 5

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)

5.2 Organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)

## 2.1. Perfil de salida 4º ESO

### VINCULACIÓN DE LOS OBJETIVOS DE ETAPA CON EL PERFIL DE SALIDA

	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE				CCEE			
	CCL 1	CCL 2	CCL 3	CCL 4	CCL 5	CP 1	CP 2	CP 3	STEM 1	STEM 2	STEM 3	STEM 4	STEM 5	CD 1	CD 2	CD 3	CD 4	CD 5	CPSAA 1	CPSAA 2	CPSAA 3	CPSAA 4	CPSAA 5	CC 1	CC 2	CC 3	CC 4	CE 1	CE 2	CE 3	CCEC 1	CCEC 2	CCEC 3	CCEC 4	
<i>Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, 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.</i>					✓			✓									✓			✓						✓									
<i>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.</i>											✓		✓							✓		✓							✓		✓				
<i>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.</i>					✓															✓	✓				✓	✓								✓	
<i>Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</i>								✓											✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					✓	

	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE				CCEE			
	CCL 1	CCL 2	CCL 3	CCL 4	CCL 5	CP 1	CP 2	CP 3	STEM 1	STEM 2	STEM 3	STEM 4	STEM 5	CD 1	CD 2	CD 3	CD 4	CD 5	CPSAA 1	CPSAA 2	CPSAA 3	CPSAA 4	CPSAA 5	CC 1	CC 2	CC 3	CC 4	CE 1	CE 2	CE 3	CCEC 1	CCEC 2	CCEC 3	CCEC 4	
<i>Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.</i>		✓	✓						✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓				✓							✓						
<i>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.</i>			✓		✓					✓	✓	✓								✓	✓	✓													
<i>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.</i>	✓	✓			✓						✓		✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓						
<i>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>	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓		✓		✓								✓		✓	✓									✓	✓	✓	
<i>Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.</i>							✓	✓																											
<i>Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.</i>	✓				✓			✓															✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓	✓	

2.2. Mapa criterial 4º ESO

Mapas de Relaciones Criteriales		CCL					CP			STEM				CD					CPSAA					CC				CE			CCEC						
		CCL 1	CCL 2	CCL 3	CCL 4	CCL 5	CP 1	CP 2	CP 3	STEM 1	STEM 2	STEM 3	STEM 4	STEM 5	CD 1	CD 2	CD 3	CD 4	CD 5	CPSAA 1	CPSAA 2	CPSAA 3	CPSAA 4	CPSAA 5	CC 1	CC 2	CC 3	CC 4	CE 1	CE 2	CE 3	CCEC 1	CCEC 2	CCEC 3	CCEC 4		
Educación Física	Comp. Esp. 1	1.1								1			1									1															
		1.2								1			1																								
		1.3									1											1	1														
		1.4											1									1															
		1.5												1								1															
		1.6	1								1			1								1															
		1.7		1							1			1								1	1														
		1.8			1											1	1		1																		
	Comp. Esp. 2	2.1	1	1								1			1		1						1	1						1	1						
		2.2									1	1											1	1							1	1					
		2.3									1												1	1						1	1						
		2.4																			1			1						1	1						
	Comp. Esp. 3	3.1	1																		1	1	1		1	1	1										
		3.2	1				1														1	1	1		1	1	1								1		
		3.3	1				1		1												1	1	1		1	1	1								1		
	Comp. Esp. 4	4.1																							1	1	1						1	1	1	1	
		4.2																					1			1	1							1	1	1	
		4.3	1																				1			1							1	1	1	1	
	Comp. Esp. 5	5.1									1		1															1	1		1						
		5.2											1																1	1		1					

Mapa relaciones criterial 4º ESO bilingüe

	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE			CCEC					
	CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CP1	CP2	CP3	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CPSAA1	CPSAA2	CPSAA3	CPSAA4	CPSAA5	CC1	CC2	CC3	CC4	CE1	CE2	CE3	CCEC1	CCEC2	CCEC3	CCEC4		
Competencia Específica1		✓	✓			✓	✓	✓	✓				✓	✓	✓	✓	✓			✓		✓														
Competencia Específica2						✓	✓	✓	✓										✓			✓						✓	✓							
Competencia Específica3	✓					✓	✓	✓											✓		✓		✓	✓	✓										✓	
Competencia Específica4	✓					✓	✓	✓												✓				✓	✓						✓	✓	✓	✓		
Competencia Específica5						✓	✓	✓		✓			✓													✓	✓		✓							

### **2.3. Contenidos 4ºESO**

#### **A. Vida activa y saludable.**

- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento, zona de actividad. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Balance energético y actividad física. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Reconocimiento y corrección de posturas incorrectas en otros. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

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

- Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

#### **B. Organización y gestión de la actividad física.**

- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.

- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo convencional y autoconstruido.

- Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física y reflexión crítica sobre su importancia.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

#### C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil.

- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles.
- Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

#### D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo.
- Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones sexistas). Asertividad y autocuidado.

#### E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.

- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.
- Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.
- Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

#### F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (*crossfit*, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares).
- Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

2.4. Secuencia ordenada de las unidades temporales de programación.

1ª EVALUACIÓN	SESIONES
Presentación y evaluación inicial	2
Juegos y dinámicas de cooperación grupal	2
Cualidades Físicas Básicas: La fuerza	5
Cualidades Físicas Básicas: La flexibilidad	5
Cualidades Físicas Básicas: La velocidad	5
Cualidades Físicas Básicas: La resistencia	5
Total	24

2ª EVALUACIÓN	SESIONES
Juegos y dinámicas de cooperación grupal	2
Atletismo	9
Bádminton	12
Total	23

<b>3ª EVALUACIÓN</b>	<b>SESIONES</b>
Balonmano	10
Orientación	5
Deportes alternativos	5
Total	20

### 5.14. Relación UD-Descriptores operativos-Contenidos.

UD 1ªEVAL	C.ESP	DESCRIPTORES OPERATIVOS
UD.1. PRESENTACIÓN	1	CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA2, CPSAA4.
UD.2. CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS	4	CCL1, CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.
UD.3. EVALUACIÓN CFB	2	STEM1, STEM3, CPSAA1, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.
UD 2ªEVAL	C.ESP	DESCRIPTORES OPERATIVOS
UD. 4. ATLETISMO	1, 2,	CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA2, CPSAA4.
UD.5. BÁDMINTON	2	STEM1, STEM3, CPSAA1, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.
UD 3ªEVAL	C.ESP	DESCRIPTORES OPERATIVOS
UD.6. BALONMANO	3, 4	CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC1, CC2, CC3, CCEC3.
UD.7. ORIENTACIÓN	5	STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3.
UD.8. DEPORTES ALTERNATIVOS	5	STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3.

### 5.15. Relación UD-Criterios de evaluación y calificación.

UD 1ªEVAL	C.ESP	CRIT EVAL	CRIT CALIF	INSTRUMENTO EVAL	PESO	AGENTE EVALUADOR		
						HETEROEVAL	COEVAL	AUTOEVAL
UD.1. PRESENTACIÓN	1	-	-	-	-	-	-	-
UD.2. CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS	1, 4	4.1.1.	25%	Diario seguimiento	30%	X	X	X
		4.1.2.	25%	Prueba práctica	50%			
		4.1.3.	25%	Puesta en común	10%			
		4.4.3	25%	Competición	10%			
UD.3. EVALUACIÓN CFB	1, 2	4.1.4.	25%	Diario profesor	30%	X	X	X
		4.1.5.	25%	Test CF	40%			
		4.1.6	25%	Prueba teórica	30%			
SITUACIÓN APRENDIZAJE 1: Calentamiento para entrenar fuerza	1	4.1.1.	20%	Lista de control	10%	X		
		4.1.2.	20%					
		4.1.3.	20%					
		4.1.4.	20%					
		4.1.5.	20%					

UD 2ªEVAL	C.ESP	CRIT EVAL	CRIT CALIF	INSTRUMENTO EVAL	PESO	AGENTE EVALUADOR		
						HETEROEVAL	COEVAL	AUTOEVAL
UD. 4. ATLETISMO	1, 2,	4.1.7.	25%	Rúbrica	30%	X		
		4.1.8.	25%	Lista de control	20%	X		X
		4.1.9.	25%	Diario seguimiento	10%		X	
		4.2.1.	25%	Escala graduada	30%	X		
UD.5. BÁDMINTON	2	4.2.2.	40%	Escala graduada	40%	X		
		4.2.3.	30%	Lista de control	20%		X	
		4.2.4.	30%	Lista de control	20%	X		X
SITUACIÓN APRENDIZAJE 2: Atletismo Antes y ahora	1, 2,	4.1.8.	50%	Rúbrica	10%	X		
		4.1.9	50%					

UD3ªEVAL	C.ESP	CRIT EVAL	CRIT CALIF	INSTRUMENTO EVAL	PESO	AGENTE EVALUADOR		
						HETEROEVAL	COEVAL	AUTOEVAL
UD.6. BALONMANO	3, 4	4.3.1.	25%	Rúbrica	30%	X		
		4.3.2.	25%	Lista de control	20%	X		X
		4.3.3.	25%	Diario seguimiento	20%	X		
		4.4.2.	25%	Escala graduada	30%	X		
UD.7. ORIENTACIÓN	5	4.5.1.	50%	Lista de control	40%		X	
		4.5.2.	50%	Rúbrica	30%	X		
UD.8. DEPORTES ALTERNATIVOS	4, 5	4.4.1.	50%	Lista de control	50%	X		
		4.5.1	50%	Rúbrica	50%			X
SIT.APREND 3: Circuito de orientación	5	4.5.1.	100%	Lista de control	30%		X	

### 5.16. Criterios de calificación.

En 4º de la ESO:

- **Las técnicas de observación al menos tendrán un peso del 20 %.** Dentro de ellas valoraremos:

a) Asistencia a clase. Es obligatoria y en caso de ausencia debe ser justificada.

b) Higiene y salud. Se debe traer la ropa y el calzado adecuado para la practica.

c) Participación activa y positiva en todas las sesiones, realizando las actividades y ejercicios que el profesor indique y la sesión demande.

d) Respeto profesor/compañeros/material e instalaciones.

-**Las técnicas de desempeño y elaboración del proceso al menos un 30%.**

Dentro de ellas valoraremos:

a) Progresión y mejora en el desarrollo de las cualidades físicas básicas (fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia).

b) Trabajo en equipo.

c) Adquisición de nuevas destrezas y habilidades básicas ( saltos, giros, volteos, lanzamientos y recepciones)

d) Adquisición de nuevos fundamentos técnicos, tácticos y de reglamento del Balonmano y del Bádminton, de la Orientación y de diferentes deportes alternativos.

e) Realización de proyectos para evaluar diferentes aprendizajes significativos (ver tablas de las páginas 80 y 81).

**-Las pruebas físicas, exámenes teóricos , trabajos teóricos y exámenes prácticos, al menos un 50%.**

Dentro de ellas valoraremos:

- a) Test y baremos de condición física.
- b) Realización de un circuito de orientación.
- c) Examen práctico de fundamentos técnicos de atletismo y balonmano
- d) Competición de bádminton.

Los **mínimos exigibles** para obtener una valoración positiva del área serán los siguientes:

- 1-Haber presentado, de manera aceptable en tiempo y forma, el cuaderno y los trabajos (teóricos o prácticos) encargados a lo largo del curso.
- 2-Haberse presentado a la realización de los exámenes o pruebas escritas, si las hubiera.
- 3-Mantener una actitud y un comportamiento adecuado en el desarrollo de las sesiones, tanto con el profesor como con los compañeros, como con el material y las instalaciones
- 4-Participar activamente y de una forma positiva en las sesiones realizando los ejercicios y actividades que se demanden..
- 5-Haber asistido a todas las sesiones de clase, aunque no pueda hacer la práctica, en cuyo caso habrá de elaborar alguna tarea alternativa. Las faltas de asistencia deberán ser justificadas.. Aquellos alumnos que no realicen la clase por supuestos motivos médicos pero que no justifiquen dicha imposibilidad, tendrán que asumir la consideración de falta de clase (no a efectos organizativos de centro, pero sí de cara a la calificación de la asignatura).

6-Realizar todas las pruebas físicas, trabajos y las diferentes prácticas físico-deportivas que se planteen a lo largo del curso4,

7-En caso de tener que presentarse a la prueba extraordinaria de junio: Realizar correctamente cada una de las actividades que le hayan sido encomendadas en el informe individual de materia suspensa y/o consejo orientador.

### PROCEDIMIENTOS ESPECIALES.

- **Recuperaciones:** Los planes de recuperación se establecerán de forma individual, y serán los propios alumnos quienes los lleven a cabo, con la dirección y apoyo del Departamento de Educación Física, teniendo que presentar los trabajos o actividades encargados, así como realizar las pruebas que se le propongan previo conocimiento de ello, ideando un plan de mejora y desarrollo (actividades de refuerzo).

- **Alumnos con exceso de faltas por enfermedad y/o motivos justificados:** Estos alumnos que han perdido el proceso normal de evaluación por un exceso de faltas justificadas, estarán sujetos al siguiente proceso de evaluación (para cada trimestre o durante el período que dure la ausencia):

a) Entregar los trabajos que le falten.

b) Realizar, durante el período que dure la ausencia, la lectura, recensión o trabajo sobre alguno de los libros propuestos por el departamento.

c) Realizar las pruebas practicas propuestas en esa evaluación, si pudieran realizarlas con posterioridad, o si siguen convalecientes , sustitución de las mismas por la elaboración de un trabajo.

### 5.17. Orientaciones para la evaluación de la programación de aula y de la práctica docente.

La evaluación de la práctica docente hace referencia a la forma peculiar que tiene el docente de impartir la clase, es decir, la entiende como evaluación del desempeño profesional del profesorado (Blázquez, 2017). Además, el alumnado construye los aprendizajes a través de las acciones que realiza el profesorado con los recursos y posibilidades que tiene siendo cada profesor diferente en la forma de presentar llevar a cabo todo esto. Esta circunstancia recomienda realización de la evaluación de la práctica docente. Ésta no tiene otra finalidad que la de revisar las acciones particulares de cada profesor con el fin de mejorarlas, con la seguridad de que mejorando éstas se mejorará inevitablemente la calidad del progreso educativo del alumnado, que es el objetivo último y fundamental de la evaluación. La actuación del profesorado es uno de los factores que más influye en la calidad de la enseñanza. Ante el mismo proceso de enseñanza y con distinto profesor diferente resultado, por este motivo hay que evaluarlo también (Blázquez, 2017).

La evaluación del proceso de enseñanza, la programación didáctica, se llevará a cabo a través del instrumento:

NIVELES						
Nunca	Casi nunca	A veces	Generalmente	Casi siempre	Siempre	
1	2	3	4	5	6	
<b>EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE</b>						
<b>Cumplimiento del Programa</b>						
El docente aclara los objetivos y contenidos que se van a tratar	1	2	3	4	5	6
El trabajo diario responde a los objetivos y contenidos de la materia	1	2	3	4	5	6
Los objetivos establecidos son alcanzables por los alumnos	1	2	3	4	5	6
El grado de dificultad de los contenidos es adecuado	1	2	3	4	5	6
Puedo aplicar fuera del aula lo que he aprendido en clase	1	2	3	4	5	6
Los criterios de evaluación son bien explicados	1	2	3	4	5	6
El profesor pone la nota tal cual nos lo explicó	1	2	3	4	5	6
La evaluación esta relacionada con las actividades realizadas	1	2	3	4	5	6
Los contenidos más importantes se han visto durante el trimestre	1	2	3	4	5	6
<b>Forma de impartir clase</b>						
El profesor explica correctamente	1	2	3	4	5	6
La información inicial es suficiente y clara	1	2	3	4	5	6
Se explica el porqué de los errores cometidos	1	2	3	4	5	6
El profesor presenta la tarea con un lenguaje comprensible	1	2	3	4	5	6
Me proporciona información que me ayuda a mejorar el aprendizaje	1	2	3	4	5	6
El profesor explica de forma adecuada	1	2	3	4	5	6
Facilita la reflexión sobre lo que ha sucedido durante las tareas	1	2	3	4	5	6
Las fuentes de información propuestas son útiles	1	2	3	4	5	6
El profesor me ha evaluado con justicia y objetividad	1	2	3	4	5	6
La duración de las pruebas es adecuada	1	2	3	4	5	6
El profesor crea un clima de aula que me motiva para la practica	1	2	3	4	5	6
El contenido teórico permite una mejor comprensión de la práctica	1	2	3	4	5	6

La práctica diaria permite una mejor comprensión de la teoría	1	2	3	4	5	6
<b>Control y dominio sobre la clase</b>						
Alumnos y alumnas tienen la misma participación en clase	1	2	3	4	5	6
El profesor domina los contenidos de la materia	1	2	3	4	5	6
El docente minimiza los tiempos de espera improductivos	1	2	3	4	5	6
<b>Utilización de recursos didácticos</b>						
Las instalaciones se encuentran en buen estado	1	2	3	4	5	6
El profesor aprovecha los recursos materiales de forma adecuada	1	2	3	4	5	6
Los trabajos realizados me parecen interesantes	1	2	3	4	5	6
<b>Dedicación del profesor</b>						
Muestra disponibilidad para resolver dudas	1	2	3	4	5	6
Desde mi punto de vista, el profesor prepara las clases	1	2	3	4	5	6
En general, estoy satisfecho con la labor del profesor	1	2	3	4	5	6

### 5.18. Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

Además de la evaluación diaria que hará el docente del proceso de aprendizaje del alumnado, se realizará una evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje analizando la adecuación y cumplimiento de la Programación didáctica para conseguir los objetivos marcados. De este modo y tomando como referencia a Blázquez (2017) quien afirma que la evaluación del proceso de enseñanza debe ser realizada de forma pre-interactiva, interactiva y post-interactiva. Teniendo en cuenta todo esto tenemos varias posibilidades, realizando siempre antes, durante y después la evaluación desde una perspectiva real.

Es especialmente relevante destacar que los resultados de estas evaluaciones se deben reflejar en la memoria final del curso para tener presentes los resultados el próximo curso.

La evaluación del proceso de enseñanza, la programación didáctica, se llevará a cabo a través del instrumento:

NIVELES											
Nunca	Pocas Veces	En ocasiones	Generalmente	Casi Siempre	Siempre						
1	2	3	4	5	6						
<b>EVAUACIÓN PRE-INTERACTIVA DEL PROCESO DE ENSEÑANZA</b>											
<b>LISTA DE CONTROL</b>						<b>SI</b>	<b>NO</b>				
La programación docente obedece los criterios para su elaboración, establecidos por la Comisión de Coordinación Pedagógica											
La programación didáctica cumple todos los ítems descritos en el Decreto 40/2022, de 29 de septiembre											
Se contribuye a la adquisición de todas las competencias clave											
Se aplican todos los criterios de evaluación											
<b>ESCALA NUMÉRICA</b>											
Se han tenido presente las características de los alumnos, así como la ubicación y el contexto socioeconómico del centro						1	2	3	4	5	6
Los objetivos son susceptibles de ser alcanzados por los alumnos						1	2	3	4	5	6
Los contenidos han sido seleccionados de forma apropiada						1	2	3	4	5	6
Existe coherencia entre objetivos y contenidos						1	2	3	4	5	6
La temporalización y secuenciación de las unidades es adecuada						1	2	3	4	5	6
Se trabajará la educación transversal en valores a lo largo del curso						1	2	3	4	5	6
Las actividades planteadas son variadas y motivantes						1	2	3	4	5	6
La metodología elegida contribuye a la mejora del clima de aula						1	2	3	4	5	6
Se incluyen métodos y estilos de enseñanza apropiados para cada contenido						1	2	3	4	5	6
Se combinan de forma correcta modelos competenciales y modelos específicos para el desarrollo de las unidades didácticas						1	2	3	4	5	6
Hay posibilidad para realizar adaptaciones curriculares individuales						1	2	3	4	5	6
Los procedimientos e instrumentos de evaluación son adecuados						1	2	3	4	5	6

Existe equilibrio entre los estándares utilizados para calificar	1	2	3	4	5	6
Se evalúa correctamente por tareas (práctica social de referencia)	1	2	3	4	5	6
El número de sesiones en cada unidad es el adecuado	1	2	3	4	5	6
El plan de fomento de la lectura se ajusta a la realidad	1	2	3	4	5	6
Las actividades extraescolares son coherentes y motivantes	1	2	3	4	5	6
Se tienen en cuenta las premisas del plan de calidad	1	2	3	4	5	6
<b>CUESTIONARIO</b>						
Escribe los puntos fuertes y débiles en el diseño de la programación docente:						
Enumera 2 posibles propuestas de mejora:						

# BACHILLERATO

## 0. ACLARACIONES INICIALES SOBRE LA PRESENTE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.

La presente Programación Didáctica (PD) se enmarca en el contexto legislativo de la implantación de la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, ha introducido en la anterior redacción de la norma importantes cambios vinculados al currículo.

Estos cambios se han plasmado en la promulgación del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, por el que establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato, cuyo contenido se implantará, para primer curso de bachillerato en el curso escolar 2022-2023.

En este marco de norma básica, corresponde a la Comunidad de Castilla y León, en uso de las competencias atribuidas por el artículo 73 de la Ley Orgánica 14/2007, de 30 de noviembre, de reforma del Estatuto de Autonomía de Castilla y León, y al amparo de lo establecido en el artículo 6.5 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, establecer el currículo bachillerato.

Las referencias legislativas básicas serán (todas ellas recogidas en el apartado de bibliografía):

- **Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre**, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación
- **Real Decreto 243/2022, de 5 de abril**, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.
- **DECRETO 40/2022, de 29 de septiembre**, por el que se establece la ordenación y el currículo del bachillerato en la Comunidad de Castilla y León.

### 3- PROGRAMACIÓN DE LOS CURSOS DE LA LOMLOE: 1º BACHILLERATO.

#### 3.1. CURRÍCULO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.

##### 3.1.1. Introducción: conceptualización y características de la materia. Contribución de la materia a los objetivos de etapa y las competencias clave.

La Educación Física en bachillerato da continuidad al trabajo realizado en la etapa anterior, ayudando a construir, desarrollar y consolidar en el alumnado su competencia motriz, junto con el resto de las competencias clave, favoreciendo así su desarrollo personal y social. A ello contribuirá el fuerte carácter global e interdisciplinar que tiene la Educación Física con el resto de las materias que configuran el currículo de la etapa, con el movimiento como elemento esencial e indisoluble del aprendizaje.

La materia en esta etapa culminará los aprendizajes iniciados anteriormente para conseguir que el alumnado consolide un estilo de vida activo, asiente el conocimiento de la propia corporeidad, disfrute de las manifestaciones culturales de carácter motriz, integre actitudes eco-socialmente responsables y afiance el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices, contribuyendo a lograr los objetivos aprobados por la Asamblea General de las Naciones Unidas en su Agenda 2030 sobre el Desarrollo Sostenible.

Dado el carácter propedéutico de bachillerato, es necesario desde esta materia abordar la evolución de los estudios superiores y las profesiones relacionadas con la actividad físico-deportiva, dotando al alumnado de criterios de valoración de la oportunidad que suponen para su proyecto vital, sin olvidar la promoción del uso adecuado de su tiempo libre.



### **Contribución de la materia a los objetivos de etapa**

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

La materia contribuirá a que el alumnado adquiera los valores democráticos que permitan construir una sociedad más justa y equitativa, desarrollando su madurez personal, utilizando los recursos de los que dispone, resolviendo de forma dialogada los conflictos surgidos y fomentando la solidaridad, el compañerismo, la honestidad y la solidaridad, que tan necesarios son para construir una sociedad plural, justa y equitativa.

Desde el ámbito de la educación física se debe ayudar al alumnado a analizar y contrarrestar las desigualdades sociales existentes entre géneros, utilizando la oportunidad que brinda la actividad física, así como la información sobre referentes deportivos nacionales e internacionales a lo largo de la historia y actuales, impulsando la igualdad real entre las personas independientemente de sus condiciones personales, sociales o de cualquier otro tipo.

Las características de la materia promueven la valoración por parte del alumnado de los avances científicos y tecnológicos relacionados con el cuidado del cuerpo, la salud, la mejora del material deportivo, junto con el respeto y la búsqueda de la sostenibilidad del medio ambiente.

A lo largo de esta etapa se debe favorecer el desarrollo de proyectos y eventos deportivos, expresivos, solidarios y de cualquier índole educativa para potenciar la creatividad, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y en los demás. El desarrollo de todos estos proyectos contribuirá, además, a que el alumnado aprenda a usar de manera adecuada y responsable las tecnologías de información y comunicación, analizando críticamente las fuentes de información utilizadas.

Esta materia es clave para lograr la autonomía del alumnado, favoreciendo su desarrollo personal y social, la consolidación de unos hábitos deportivos, higiénicos, y saludables, que permitan mejorar y mantener el bienestar físico y mental.

Por otro lado, el Artículo 7 del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, establece que el bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades que les permitan:



- a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.
- c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en la historia e impulsar la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.
- d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su comunidad autónoma.
- f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
- g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
- h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
- i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.



- l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social.
- n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.
- o) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.

Asimismo, la Comunidad de Castilla y León, establece en el Artículo 6 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre, unos objetivos de etapa que suplementan los anteriormente mencionados:

- a) Investigar y valorar los aspectos de la cultura, tradiciones y valores de la sociedad de Castilla y León.
- b) Reconocer el patrimonio natural de la Comunidad de Castilla y León como fuente de riqueza y oportunidad de desarrollo para el medio rural, protegiéndolo y mejorándolo, y apreciando su valor y diversidad.
- c) Reconocer y valorar el desarrollo de la cultura científica en la Comunidad de Castilla y León indagando sobre los avances en matemáticas, ciencia, ingeniería y tecnología y su valor en la transformación, mejora y evolución de su sociedad, de manera que fomente la investigación, eficiencia, responsabilidad, cuidado y respeto por el entorno.



### **Los objetivos de Educación Física en Bachillerato**

Las capacidades que se pretende que desarrollen los alumnos tienen carácter de objetivos generales del curso, y terminales de etapa. Son los siguientes:

1. Conocer y valorar los efectos positivos de la práctica regular de la actividad física en el desarrollo personal y social, facilitando la mejora de la salud y la calidad de vida.
2. Planificar, elaborar, y poner en práctica programas de actividad física y salud, incrementando las cualidades físicas implicadas, a partir de la evaluación del estado inicial.
3. Diseñar, organizar y participar en actividades físicas como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas.
4. Incrementar su eficacia motriz en la resolución de situaciones motrices deportivas, perfeccionando la ejecución de los elementos técnicos aprendidos en la etapa anterior.
5. Diseñar y realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que constituyan una forma de disfrute del tiempo libre y una consolidación de hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
6. Adoptar una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva, así como ante los fenómenos socioculturales derivados de las manifestaciones físico-deportivas.
7. Identificar, valorar y practicar actividades físico-deportivas arraigadas en Castilla y León como medio de reconocimiento de los valores culturales propios de la Comunidad.
8. Diseñar y practicar, individualmente o en pequeños grupos, composiciones con o sin base musical, como medio de expresión y comunicación.
9. Emplear de forma autónoma la actividad física y las técnicas de relajación como medios de conocimiento personal y como recursos para aliviar tensiones y reducir desequilibrios producidos en la vida diaria.
- 10.



### **Contribución de la materia a las competencias clave**

La contribución de la materia a las competencias clave queda establecido en el **artículo 7 y el Anexo I del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**. Según su apartado 4, se definen cada una de las competencias clave, se identifican sus descriptores operativos y se determina la relación de estos con los objetivos de la etapa, descritos en el epígrafe anterior. De este modo, la materia Educación Física contribuye a la adquisición de las distintas competencias clave en el bachillerato en la siguiente medida:



### 1. Competencia en comunicación lingüística

Para desarrollar la competencia en comunicación lingüística el alumnado tendrá que ser capaz de expresarse correctamente y participar en interacciones comunicativas que le ayuden a construir su propio conocimiento de una manera cada vez más autónoma.

#### Descriptores operativos:

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna...
CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con fluidez, coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales y académicos, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y argumentar sus opiniones como para establecer y cuidar sus relaciones interpersonales.
CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los distintos ámbitos, con especial énfasis en los textos académicos y de los medios de comunicación, para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.
CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera clara y rigurosa adoptando un punto de vista creativo y crítico a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.
CCL4. Lee con autonomía obras relevantes de la literatura poniéndolas en relación con su contexto sociohistórico de producción, con la tradición literaria anterior y posterior y examinando la huella de su legado en la actualidad, para construir y compartir su propia interpretación argumentada de las obras, crear y recrear obras de intención literaria y conformar progresivamente un mapa cultura.
CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando y rechazando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.



## **2. Competencia plurilingüe**

La competencia plurilingüe será trabajada promoviendo el respeto y la interacción comunicativa entre el alumnado con diferentes lenguas de forma oral, escrita, signada o multimodal.

### **Descriptores operativos:**

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna...

CP1. Utiliza con fluidez, adecuación y aceptable corrección una o más lenguas, además de la lengua familiar o de las lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas con espontaneidad y autonomía en diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, desarrolla estrategias que le permitan ampliar y enriquecer de forma sistemática su repertorio lingüístico individual con el fin de comunicarse de manera eficaz.

CP3. Conoce y valora críticamente la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal y anteponiendo la comprensión mutua como característica central de la comunicación, para fomentar la cohesión social.



### **3. Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería**

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería se desarrolla ampliamente siguiendo los avances científicos en el ámbito del cuerpo humano, la actividad física y la salud, así como la experimentación con el propio cuerpo y el movimiento.

#### **Descriptores operativos:**

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna...
STEM1. Selecciona y utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones propias de la modalidad elegida y emplea estrategias variadas para la resolución de problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.
STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando y creando prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma colaborativa, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y evaluando el producto obtenido de acuerdo a los objetivos propuestos, la sostenibilidad y el impacto transformador en la sociedad.
STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de investigaciones de forma clara y precisa, en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos.) y aprovechando la cultura digital con ética y responsabilidad y valorando de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida para compartir y construir nuevos conocimientos.
STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.



#### **4. Competencia digital**

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

##### **Descriptorios operativos:**

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna...

CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla posteriormente.

CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales de forma individual o colectiva, aplicando medidas de seguridad y respetando, en todo momento, los derechos de autoría digital para ampliar sus recursos y generar nuevo conocimiento.

CD3. Selecciona, configura y utiliza dispositivos digitales, herramientas, aplicaciones y servicios en línea y los incorpora en su entorno personal de aprendizaje digital para comunicarse, trabajar colaborativamente y compartir información, gestionando de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red y ejerciendo una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla soluciones tecnológicas innovadoras y sostenibles para dar respuesta a necesidades concretas, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.



### 5. Competencia personal, social y aprender a aprender

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

#### Descriptores operativos:

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna...
<p>CPSAA1.1 Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CPSAA1.2 Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida.</p>
<p>CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.</p>
<p>CPSAA3.1 Muestra sensibilidad hacia las emociones y experiencias de los demás, siendo consciente de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia.</p> <p>CPSAA3.2 Distribuye en un grupo las tareas, recursos y responsabilidades de manera ecuánime, según sus objetivos, favoreciendo un enfoque sistémico para contribuir a la consecución de objetivos compartidos.</p>
<p>CPSAA4. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.</p>
<p>CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.</p>



## 6-Competencia ciudadana

La competencia ciudadana se desarrolla desde esta materia promoviendo la cohesión social, el respeto a las normas, la utilización del diálogo y la búsqueda de un estilo de vida sostenible, entre otros.

### Descriptorios operativos:

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna...

CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.

CC2. Reconoce, analiza y aplica en diversos contextos, de forma crítica y consecuente, los principios, ideales y valores relativos al proceso de integración europea, la Constitución Española, los derechos humanos, y la historia y el patrimonio cultural propios, a la vez que participa en todo tipo de actividades grupales con una actitud fundamentada en los principios y procedimientos democráticos, el compromiso ético con la igualdad, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad y corresponsabilidad efectiva entre mujeres y hombres.

CC4. Analiza las relaciones de interdependencia y ecoddependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.



## **7-Competencia emprendedora**

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

### **Descriptorios operativos:**

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna...

CE1. Evalúa necesidades y oportunidades y afronta retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico con proyección profesional emprendedora.

CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.

CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.



## 8-Competencia en conciencia y expresión culturales

La competencia en conciencia y expresión culturales será desarrollada incidiendo en la capacidad e intencionalidad expresiva del cuerpo y el movimiento, en la creación y ejecución de contenidos artísticos, el respeto a los demás, sus apreciaciones y el desarrollo de la convivencia, entre otros.

### Descriptorios operativos:

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna...

CCEC1. Reflexiona, promueve y valora críticamente el patrimonio cultural y artístico de cualquier época, contrastando sus singularidades y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.

CCEC2. Investiga las especificidades e intencionalidades de diversas manifestaciones artísticas y culturales del patrimonio, mediante una postura de recepción activa y deleite, diferenciando y analizando los distintos contextos, medios y soportes en que se materializan, así como los lenguajes y elementos técnicos y estéticos que las caracterizan.

CCEC3.1 Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones con creatividad y espíritu crítico, realizando con rigor sus propias producciones culturales y artísticas, para participar de forma activa en la promoción de los derechos humanos y los procesos de socialización y de construcción de la identidad personal que se derivan de la práctica artística.

CCEC3.2 Descubre la autoexpresión, a través de la interacción corporal y la experimentación con diferentes herramientas y lenguajes artísticos, enfrentándose a situaciones creativas con una actitud empática y colaborativa, y con autoestima, iniciativa e imaginación.

CCEC4.1 Selecciona e integra con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para diseñar y producir proyectos artísticos y culturales sostenibles, analizando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral que ofrecen sirviéndose de la interpretación, la ejecución, la improvisación o la composición.

CCEC4.2 Planifica, adapta y organiza sus conocimientos, destrezas y actitudes para responder con creatividad y eficacia a los desempeños derivados de una producción cultural o artística, individual o colectiva, utilizando diversos lenguajes, códigos, técnicas, herramientas y recursos plásticos, visuales, audiovisuales, musicales, corporales o escénicos, valorando tanto el proceso como el producto final y comprendiendo las oportunidades personales, sociales, inclusivas y económicas que ofrecen.





	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE			CCEC									
	CCL 1	CCL 2	CCL 3	CCL 4	CCL 5	CP 1	CP 2	CP 3	STEM 1	STEM 2	STEM 3	STEM 4	STEM 5	CD 1	CD 2	CD 3	CD 4	CD 5	CPSAA 1.1	CPSAA 1.2	CPSAA 2	CPSAA 3.1	CPSAA 3.2	CPSAA 4	CPSAA 5	CC 1	CC 2	CC 3	CC 4	CE 1	CE 2	CE 3	CCEC 1	CCEC 2	CCEC 3.1	CCEC 3.2	CCEC 4.1	CCEC 4.2		
Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.			✓								✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓						✓											✓		✓			
Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.		✓	✓					✓			✓		✓				✓			✓						✓	✓	✓	✓	✓			✓	✓						
Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.		✓	✓					✓	✓	✓	✓			✓		✓		✓							✓				✓											
Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.									✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓											✓	✓										
Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.										✓	✓		✓		✓		✓	✓							✓				✓	✓	✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓	
Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.	✓			✓				✓											✓									✓				✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social.										✓			✓						✓	✓	✓		✓													✓				





### 3.1.2. Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos de la etapa: mapa de relaciones competenciales.

Las **competencias específicas** aparecen definidas en el **artículo 17 del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril**, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato, como los desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los contenidos de cada materia. Las competencias específicas constituyen un elemento de conexión entre, por una parte, los descriptores operativos de la etapa, y por otra, los contenidos de las materias y los criterios de evaluación. Las competencias específicas toman como referencia el conjunto de la etapa y se fijan para cada una de las materias. La legislación autonómica de Castilla y León en su **artículo 8 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, establece los siguientes puntos:

1. Las competencias específicas plasman, para cada una de las materias, la concreción de los descriptores operativos de las competencias clave.
2. Los criterios de evaluación plasman la referencia de cada materia para valorar el aprendizaje del alumnado y el grado de adquisición de cada competencia específica.
3. Los contenidos plasman los aprendizajes que son necesarios trabajar con el alumnado en cada materia a fin de que adquieran las competencias específicas; e integran conocimientos, que constituyen la dimensión cognitiva de las competencias; destrezas, que constituyen la dimensión instrumental; y actitudes, que constituyen la dimensión actitudinal.

Asimismo, en el **Anexo III del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, se fijan las **competencias específicas** para la Educación Física en el primer curso de bachillerato y su relación con los **descriptores operativos**, tal y como establece el **artículo 8 y el Anexo I del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, que concretan y contextualizan la adquisición de cada una de las competencias clave al finalizar la etapa de bachillerato. Los descriptores operativos fundamentan el resto de decisiones curriculares, conectan las competencias clave con las competencias específicas, justifican las decisiones metodológicas de los docentes, fijan el diseño de situaciones de aprendizaje y referencian la evaluación de los aprendizajes del alumnado.

En la **materia Educación Física, se organizan en cinco ejes nucleares** que se relacionan entre sí:

1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.

2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.

3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2, CC3.



4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CD2, CPSAA1.2, CC1, CCEC1, CCEC3.2, CCEC4.1.

5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1

Por último, el mapa de relaciones competenciales aparece regulado en el **artículo 10 y el Anexo IV del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**. Según su apartado 1, dicho mapa representa la **vinculación de los descriptores operativos con las competencias específicas**. Permitirá determinar la contribución de cada materia al desarrollo competencial del alumnado.

A continuación, se describen **el mapa de relaciones entre las competencias específicas de la Educación Física, los descriptores operativos y las competencias clave**:





### 3.1.3. Criterios de evaluación e indicadores de logro, junto a los contenidos con los que se asocian.

Los **criterios de evaluación** aparecen definidos en el **artículo 17.1 y el Anexo II del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril**, como los referentes que indican los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia en un momento determinado de su proceso de aprendizaje. Los criterios de evaluación toman como referencia cada uno de los cursos de la etapa y se fijan para cada una de las materias.

Además, según el **artículo 8.2 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, los criterios de evaluación plasman la referencia de cada materia para valorar el aprendizaje del alumnado y el grado de adquisición de cada competencia específica.

Por otro lado, tal y como se indica en el **artículo 8.3 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, los contenidos plasman los aprendizajes que son necesarios trabajar con el alumnado en cada materia a fin de que adquieran las competencias específicas; e integran conocimientos que constituyen la dimensión cognitiva de las competencias; destrezas, que constituyen la dimensión instrumental; y actitudes, que constituyen la dimensión actitudinal.

Además, en el **Anexo III del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, se fijan para cada materia, Educación Física, los **criterios de evaluación y los contenidos** de cada uno de los cursos. Los contenidos aparecen enunciados en términos globales, por lo que el profesorado de los centros educativos debería desglosar los contenidos de las materias que imparta en unidades concretas de trabajo, pudiendo, igualmente, ampliarlos.

Por lo tanto, a continuación se describen los **criterios de evaluación y los contenidos** de la **Educación Física** para el **primer curso de bachillerato**:

## Criterios de evaluación

La adquisición de las competencias específicas constituye la base para la evaluación competencial del alumnado.

El nivel de desarrollo de cada competencia específica vendrá determinado por el grado de consecución de los criterios de evaluación con los que se vincula, por lo que estos han de entenderse como herramientas de diagnóstico en relación con el desarrollo de las propias competencias específicas.

Estos criterios se han formulado vinculados a los descriptores de las competencias clave en la etapa, a través de las competencias específicas, de tal forma que no se produzca una evaluación de la materia independiente de las competencias clave.

Este enfoque competencial implica la necesidad de que los criterios de evaluación midan tanto los productos finales esperados (resultados) como los procesos y actitudes que acompañan su elaboración. Para ello, y dado que los aprendizajes propios de Educación Física se han desarrollado habitualmente a partir de situaciones de aprendizaje contextualizadas, bien reales o bien simuladas, los criterios de evaluación se deberán ahora comprobar mediante la puesta en práctica de técnicas y procedimientos también contextualizados a la realidad del alumnado.



### **Competencia específica 1**

- Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos. (CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3)
- Incorporar de forma autónoma, y según las preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, aplicando diferentes mecanismos de control de la intensidad. (STEM1, STEM2, STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2)
- Introducir en las rutinas diarias pautas de una alimentación saludable, una correcta educación postural y actividades de relajación, teniendo en cuenta las características y necesidades personales. (STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5)
- Desarrollar y afianzar hábitos saludables en la vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA5)
- Favorecer el desarrollo de las capacidades físicas y habilidades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales. (STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3)
- Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente en cualquier contexto, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. (CCL2, CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA1.2)
- Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información escrita, visual o auditiva recibida. (CCL2, CCL3, STEM2, CD1, CPSAA1.2)



- Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales. (STEM2, STEM4, CD3, CD4, CPSAA1.2)
- Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la mejora de su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participación en entornos colaborativos con intereses comunes. (CCL2, CCL3, STEM2, STEM4, CD1, CD2)



### **Competencia específica 2**

- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3)
- Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. (STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3)
- Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. (STEM1, STEM2, CPSAA4, CE2, CE3)
- Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución de esas actividades, valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1.2, CE2, CE3)



### **Competencia específica 3**

- Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. (STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2)
- Cooperar y colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. (CCL1, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2)
- Establecer mecanismos de relación, entendimiento y comunicación con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales, de diálogo en la resolución de conflictos (incluso en otras lenguas) y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas. (CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA5, CC2, CC3)



#### **Competencia específica 4**

- Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, incluidas las pertenecientes a la cultura castellana y leonesa, analizando sus orígenes y evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. (STEM5, CD2, CC1, CCEC1)
- Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición, para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad. (CD2, CPSAA1.2, CCEC3.2, CCEC4.1)

#### **Competencia específica 5**

- Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1)
- Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1)



## Contenidos

Los contenidos se han formulado integrando conocimientos, destrezas y actitudes cuyo aprendizaje resulta necesario para la adquisición de las competencias específicas. Por ello, a la hora de su determinación se han tenido en cuenta los criterios de evaluación, puesto que estos últimos determinan los aprendizajes necesarios para adquirir cada una de las competencias específicas.

A pesar de ello, en el currículo establecido en este decreto no se presentan los contenidos vinculados directamente a cada criterio de evaluación, ya que las competencias específicas se evaluarán a través de la puesta en acción de diferentes contenidos. De esta manera se otorga al profesorado la flexibilidad suficiente para que pueda establecer en su programación docente las conexiones que demanden los criterios de evaluación en función de las situaciones de aprendizaje que al efecto diseñe.

Los contenidos de Educación Física se estructuran en los siguientes seis bloques:

- A. Vida activa y saludable: La salud física, mental y social, a través de la planificación de su actividad física y hábitos saludables en las tres vertientes.
- B. Organización y gestión de la actividad física: La planificación y autogestión de proyectos, selección del material, prevención de accidentes, técnicas de primeros auxilios.
- C. Resolución de problemas en situaciones motrices: Toma de decisiones, mejora de la técnica deportiva, de los procesos de creatividad motriz y la planificación del desarrollo de las capacidades condicionales. Utilizando contextos individuales, colectivos, de cooperación, de oposición, rítmicos y de contacto, entre otros.
- D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: Desarrollo de las habilidades sociales, deporte adaptado, roles en el deporte, el respeto a las reglas y el rechazo de las conductas contrarias a la convivencia.
- E. Manifestaciones de la cultura motriz: Los usos comunicativos y expresivos del cuerpo, las actividades rítmicas y musicales, junto al conocimiento de la cultura motriz tradicional y contemporánea. Aspectos relativos a la perspectiva de género dentro del deporte y a la influencia en la sociedad actual. Estudios y profesiones vinculadas con la actividad física.



F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno: Su uso creativo desde la motricidad, equipamientos, transporte activo y su conservación desde una visión sostenible y compartida con nuestra comunidad.

### **A. Vida activa y saludable.**

- Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.
- Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.
- Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.



## **B. Organización y gestión de la actividad física.**

- Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades, higiene y similares).
- Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.
- Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Técnicas de primeros auxilios. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).
- Protocolos ante alertas escolares.



### **C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.
- Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
- Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo con los recursos disponibles.



#### **D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.
- Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
- Deporte adaptado y su práctica como medio de sensibilización hacia otras realidades.
- Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.
- Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBifóbicas).

#### **E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos, fundamentalmente los castellanos y leoneses, y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
- Técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva.
- Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.
- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia en medios de comunicación.
- Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.



**F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.
- Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.
- Actuaciones para la mejora del entorno natural y urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).
- Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.
- Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.
- Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.





### 3.1.4. Contenidos de carácter transversal que se trabajarán desde la materia.

Tal y como se determina en el **artículo 9 del Decreto 40/2022, de 29 septiembre**, la materia de Educación Física deberá trabajar se trabajarán:

1. En todas las materias de la etapa se trabajarán las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso responsable, así como la educación para la convivencia escolar proactiva orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.
2. Igualmente, desde todas las materias se trabajarán las técnicas y estrategias propias de la oratoria que proporcionen al alumnado confianza en sí mismo, gestión de sus emociones y mejora de sus habilidades sociales. Asimismo, se desarrollarán actividades que fomenten el interés y el hábito de lectura, así como destrezas para una correcta expresión escrita.
3. Los centros educativos fomentarán la prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, la paz, la democracia, la pluralidad, el respeto a los derechos humanos y al Estado de derecho, y el rechazo al terrorismo y a cualquier tipo de violencia.
4. Asimismo, garantizarán la transmisión al alumnado de los valores y oportunidades de la Comunidad de Castilla y León como una opción favorable para su desarrollo personal y profesional.

Por tanto, a partir de las orientaciones para la incorporación de los contenidos transversales que establecen los centros en la propuesta curricular, deberán incorporar y planificar el trabajo de estos contenidos transversales en las respectivas programaciones didácticas.

De este modo, se deberán temporalizar cada uno de los **contenidos transversales en las diferentes situaciones de aprendizaje** del curso, según establece el **Anexo III del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, el artículo 13 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre** y las orientaciones para el diseño y desarrollo de las situaciones de aprendizaje del **Anexo II.C del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**. Además, deberán cumplir las siguientes características:

- a) Ser globalizadas; es decir, deberán incluir contenidos pertenecientes a varios bloques.
- b) Ser estimulantes; es decir, deberán tener interés para el alumnado.
- c) Ser significativas; es decir, deberán partir de los conocimientos previos del alumnado en relación con contextos cotidianos de los ámbitos personal, social, educativo y/o profesional.
- d) Ser inclusivas; es decir, deberán garantizar el acceso a las mismas de todo el alumnado, adecuándolas a sus características evolutivas y a sus ritmos y estilos de aprendizaje.

Una vez establecido el contexto legislativo, a continuación, se van a describir de forma general tres situaciones que se llevarán a cabo:

<b>Situación de aprendizaje</b>
Personal training
<b>Contenidos transversales</b>
Tecnologías de la Información y la Comunicación las técnicas y estrategias propias de la oratoria que proporcionen al alumnado confianza en sí mismo, gestión de sus emociones y mejora de sus habilidades sociales. que fomenten el interés y el hábito de lectura
<b>Competencias específicas</b>
Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.
<b>Descriptorios operativos</b>
CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.
<b>Criterios de evaluación</b>
1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 1.7, 1.8, 1.9
<b>Contenidos</b>
A.1, A.2, A.3, B. 1, B.2, B.3, B.4, C.3D.4, D.5, D.6, F.1, F.4
<b>Relación con las Unidades Didácticas</b>
Unidad Didáctica 3. Capacidades física básicas: entrenador personal
<b>Descripción de la situación de aprendizaje</b>
Tras haber trabajado en las sesiones y aportado contenido teórico a los estudiantes sobre la nutrición, el calentamiento, las capacidades físicas básicas y las modas en la realización de actividades físicas. Los estudiantes deberán buscar artículos científicos, libros o material a través de los cuales deberán planificar su propio entrenamiento durante un mes. Lo pueden contextualizar a través de un deporte que les guste, practiquen,...



<b>Situación de aprendizaje</b>
Alicia en el país de las maravillas
<b>Contenidos transversales</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso responsable,</li> <li>• Se trabajarán las técnicas y estrategias propias de la oratoria que proporcionen al alumnado confianza en sí mismo, gestión de sus emociones y mejora de sus habilidades sociales.</li> </ul>
<b>Competencias específicas</b>
<p>2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.</p>
<b>Descriptorios operativos</b>
<p>2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.                  4: STEM5, CD2, CPSAA1.2, CC1, CCEC1, CCEC3.2, CCEC4.1</p>
<b>Criterios de evaluación</b>
2.1, 2.2, 2.3, 2.4,4.1, 4.2
<b>Contenidos</b>
A.2,B.4,C.5,D.2, D.5, D.6, E.2, E.3, F.4
<b>Relación con las Unidades Didácticas</b>
<b>Unidad didáctica 5. Expresión Corporal: composición coreográfica Interdisciplinariedad. Relación con otras materias.</b>
Tecnología
<b>Descripción de la situación de aprendizaje</b>
<p>Tras haber trabajado en las sesiones los contenidos de malabares, cuerdas, acrosport y gimnasia, los estudiantes deberán crear una composición coreográfica libre a través de la temática del libro "Alicia en el país de las maravillas".</p> <p>Una vez elaborada la composición coreográfica deberán grabarla desde distintos puntos de vista, siguiendo las pautas de la materia de Tecnología y posteriormente, montar y maquetar su vídeo.</p>



<b>Situación de aprendizaje</b>
Evolución de los deportes
<b>Contenidos transversales</b>
Fomentarán la prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, la paz, la democracia, la pluralidad, el respeto a los derechos humanos y al Estado de derecho, y el rechazo al terrorismo y a cualquier tipo de violencia.
<b>Competencias específicas</b>
<p>4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.</p> <p>5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.</p>
<b>Descriptorios operativos</b>
<p>4: STEM5, CD2, CPSAA1.2, CC1, CCEC1, CCEC3.2, CCEC4.1.</p> <p>5: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1</p>
<b>Criterios de evaluación</b>
4.1, 4.2, 5.1, 5.2
<b>Contenidos</b>
B.4, C.2, C.5, D.5, D.6, F.2, F.3, F.4, F.5, F.6
<b>Interdisciplinariedad. Relación con otras materias.</b>
Filosofía
<b>Descripción de la situación de aprendizaje</b>
Los docentes de Educación Física y Filosofía elaborarán material sobre la evolución de los conceptos del deporte, actividad física y juegos a través de los cuales deberán elaborar una disertación sobre por qué existen deportes en los cuales están presentes los animales y otras disciplinas que han evolucionado desde la caza al atletismo, por ejemplo.



### Metodología didáctica.

En el **artículo 6 del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril** y el **artículo 11 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, se establecen los principios pedagógicos para la etapa:

- a) La respuesta ante las dificultades de aprendizaje identificadas previamente o a las que vayan surgiendo a lo largo de la etapa.
- b) El trabajo en equipo, favoreciendo la coordinación de los diferentes profesionales que desarrollan su labor en el centro.
- c) La continuidad del proceso educativo del alumnado, al objeto de que la transición entre la etapa de educación secundaria obligatoria y la de bachillerato sea positiva.

De este modo, en esta Programación Didáctica para 1º de bachillerato, la metodología didáctica del bachillerato favorecerá la capacidad del alumno para aprender por sí mismo, para trabajar en equipo y para aplicar los métodos apropiados de investigación. De igual modo subrayará la relación de los aspectos teóricos de las materias con sus aplicaciones prácticas en la sociedad.

También, será interesante conocer como punto de partida las preferencias, intereses, posibilidades y entorno del alumno y en todo momento se intentará dar un enfoque práctico de los temas a tratar, para fomentar en la medida de lo posible, hacer partícipes y protagonistas a los alumnos de su aprendizaje, consensuando con ellos nuestro programa de contenidos, metodología, criterios de evaluación, para que se responsabilicen en el proceso de enseñanza aprendizaje, pudiendo llegar a la autoevaluación

Por último, otro aspecto clave será concienciar de la continuidad en la práctica del ejercicio físico, estableciendo un hábito en la vida (este hábito debe salir ya del horario escolar) que redunde finalmente en la capacidad de practicarlo con suficiente autonomía.



## Principios metodológicos.

En el **artículo 6 del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril y el artículo 11 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, se establecen los **principios pedagógicos** para la etapa. Seguidamente, y como concreción de los principios pedagógicos, en el **artículo 12 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, se alude a los **principios metodológicos de la etapa**, que se fijan en su **anexo II.A del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre** y que deben guiar a los docentes en la selección de metodologías que integren estilos, estrategias y técnicas de enseñanza, tipos de agrupamientos y formas de organización del espacio y el tiempo, a fin de que el diseño y puesta en práctica de las situaciones de aprendizaje permitan al alumnado movilizar los contenidos y alcanzar los aprendizajes esenciales.

Asimismo, la metodología didáctica a utilizar en el proceso de enseñanza y aprendizaje de una materia, teniendo en cuenta las orientaciones del **Anexo III del del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, así como los principios metodológicos propios del centro que están recogidos en su propuesta curricular.

La etapa de bachillerato supone una fase más en la formación de la persona tras la culminación de la educación secundaria obligatoria, que aporta al estudiante una formación que le acompañará en su camino a la madurez y a la iniciación al tránsito a la vida adulta. Para el logro de la finalidad y los objetivos de la etapa de bachillerato se requiere una metodología didáctica que deberá estar fundamentada, como en el resto de las etapas educativas, en principios básicos del aprendizaje por competencias. Dicho modelo de educación por competencias tiene como fuentes últimas las Recomendaciones de la Unión Europea y las propias competencias clave, a su vez, se asientan en tres principios comunes para desarrollar en el alumnado: la actuación autónoma, la interacción con grupos heterogéneos y el uso interactivo de herramientas.

Por medio de una perspectiva inclusiva que tenga en cuenta la diversidad del alumnado se garantizará la personalización del aprendizaje que asegure la igualdad de oportunidades. Para ello, se dará respuesta a las dificultades que pudieran surgir y se facilitará el acceso al aprendizaje a través del diseño de situaciones de aprendizaje interdisciplinares que desplieguen en el aula un amplio abanico de estrategias, actividades, materiales y agrupamientos, favorezcan la implicación del alumnado y respeten y den respuesta a las necesidades a través de la aplicación de los principios de



Diseño Universal de Aprendizaje (DUA), consiguiendo el máximo desarrollo personal de todo el alumnado.

Los procesos de enseñanza-aprendizaje deben facilitar la construcción de aprendizajes significativos y funcionales. Es importante que cualquiera de las metodologías seleccionadas por los docentes se ajuste al nivel competencial inicial del alumnado y se planifique la enseñanza de nuevos aprendizajes a partir de lo que el alumno sabe y es capaz de hacer, creando las condiciones para incorporarlos en la estructura mental del alumno, lo que permitirá que sean aprendizajes consolidados y no aprendizajes mera o esencialmente memorísticos.

El desarrollo del currículo requiere un enfoque globalizador e interdisciplinar que en la medida de lo posible tome como punto de partida temas de interés del alumnado, en torno a los cuales se articulen el conjunto de saberes curriculares, evitando de este modo la segmentación del aprendizaje y el conocimiento. En este sentido, se proporcionarán experiencias de aprendizaje basadas en la investigación, la reflexión y la comunicación, que favorezcan el desarrollo de la creatividad. Además, se favorecerá un aprendizaje contextualizado, que implique la participación de la comunidad educativa y el establecimiento de una comunicación activa con el contexto social, cultural y profesional.

Por otro lado, el proceso de aprendizaje favorecerá la capacidad del alumnado para aprender por sí mismo, la autonomía personal y el desarrollo de procesos de metacognición. En este sentido, se potenciará la resiliencia, la capacidad de adaptación, aprendiendo a afrontar situaciones de frustración, desarrollando la confianza en sí mismo, la gestión emocional, la escucha activa y el respeto de distintos puntos de vista o creencias de los demás.

El trabajo en equipo y la colaboración serán principios esenciales en el aprendizaje, que favorezcan en el alumnado el desarrollo de habilidades sociales para afrontar su preparación al ámbito profesional.

Del mismo modo, para abordar estos principios y enfoque de aprendizaje tiene especial trascendencia el trabajo en equipo del profesorado que garantice la coordinación entre los docentes de la misma etapa y facilite el aprendizaje interdisciplinar, así como la coordinación con los docentes de la etapa educativa anterior, favoreciendo la continuidad del proceso educativo del alumnado y una transición positiva.



### **Estilos de enseñanza.**

Uno de los elementos clave en el modelo de enseñanza por competencias es despertar y mantener la motivación del alumnado, lo que implica un planteamiento del papel del alumnado, activo y autónomo, consciente de ser el responsable de su aprendizaje. La motivación se relaciona directamente con el rendimiento académico del alumnado, por lo que el profesorado deberá plantear actividades y tareas que fomenten esa motivación e implicación.

Por ello, conviene hacer explícita la utilidad del nuevo aprendizaje, tanto desde un punto de vista propedéutico como práctico y, en la medida de lo posible, el profesorado, más allá de ser mero transmisor de conocimiento, será el motor y la guía para crear condiciones que extrapolen y transfieran dicha utilidad a contextos diferenciados. También el profesorado fomentará el interés como paso inicial para conseguir una motivación plena.

Además, el profesorado potenciará la realización de tareas cuya resolución suponga un reto y desafío intelectual para el alumnado, de manera que permitan movilizar su potencial cognitivo, incrementar su autonomía, su autoconcepto académico y la consideración positiva frente al esfuerzo.

### **Estrategias metodológicas y técnicas.**

En el diseño del proceso de enseñanza-aprendizaje es conveniente que el docente organice su práctica en torno a una serie de técnicas y estrategias metodológicas, que deben adaptarse tanto al grado de madurez del alumnado como al tipo de materia, el tiempo, los espacios y los recursos didácticos disponibles.

Deben combinarse dentro del aula diversas estrategias metodológicas, que responderán a características muy definidas en su selección: en primer lugar, se adaptarán a las diferentes capacidades y estilos de aprendizaje del alumnado. En segundo lugar, deberán promover la motivación, para lo cual se optará por las que convierten al alumnado en protagonista, lo más autónomo posible, del proceso de aprendizaje. En tercer lugar, deberán potenciar la interacción entre los estudiantes, ayudando a generar



un ambiente favorable dentro del aula que favorezca las estructuras de aprendizaje cooperativo, en las que, a través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo compartan y construyan el conocimiento mediante el intercambio de ideas. Finalmente, las estrategias adoptadas deberán contribuir a que el alumnado transmita lo aprendido, como medio para favorecer la funcionalidad del aprendizaje adquirido.

La transferibilidad y funcionalidad de los aprendizajes se asegura con sistemas de trabajo que potencian la participación activa del alumnado y el desarrollo de competencias, como la búsqueda de información, la planificación previa, la elaboración de hipótesis, la tarea investigadora y la experimentación o, entre otras, la capacidad de síntesis para transmitir conclusiones. Entre la variedad de técnicas susceptibles de ser empleadas por los docentes se encuentran algunas como la técnica de la discusión o el debate, el estudio de casos, la investigación, el descubrimiento, el estudio dirigido, la técnica de laboratorio o la representación de roles.

La coordinación de los equipos docentes tiene que plantearse una reflexión común y compartida sobre la eficacia de las diferentes propuestas metodológicas y la actuación con criterios comunes y consensuados. Debe observarse que en la etapa de bachillerato el nivel de reflexión sobre el propio aprendizaje (metacognición) por parte del alumnado ha de elevarse y ser más exigente puesto que su madurez y su nivel de desarrollo así lo exigen.

De este modo, se refieren a la forma en que se presenta el contenido en el entorno educativo, e incluye la naturaleza, ámbito y secuencia de los acontecimientos que proporcionan la experiencia educativa, teniendo en cuenta los objetivos que se han definido, y los comportamientos de los alumnos. Por tanto, es una orientación contextualizadora de las técnicas de enseñanza, de la forma de presentación de las tareas y de la organización de las actividades.

Tres son los tipos de estrategias que podemos encontrar:

- **INSTRUCTIVA:** El profesor toma la mayor parte de las decisiones. Puede obedecer a varios motivos, porque el alumno no lo conoce o porque entraña un riesgo o gran dificultad de ejecución, o porque el alumno no tenga capacidad motora para conseguirlo (Cabrera y Ruiz, 1996). Su objetivo



principal no debe ser controlar al grupo, sino asegurar inicialmente unos dominios básicos o instrumentales de las tareas, que permitan crear en el alumnado un mínimo grado de disponibilidad motriz que posibilite una participación más activa en su proceso de aprendizaje, mediante el empleo de las siguientes estrategias. Esta estrategia tiene un carácter transitorio, no teniendo un fin en sí misma.

- **PARTICIPATIVA:** Se fomenta la participación del alumnado en su propio aprendizaje y en el de sus compañeros mediante diversas vías, participando en el seguimiento y evaluación del aprendizaje (autoevaluación o coevaluación), en la selección de los contenidos, en la observación y corrección de las ejecuciones de sus compañeros, en la elaboración y ejecución individual o grupal de propuestas alternativas de trabajo, en la monitorización puntual de algunos compañeros, etc. De gran utilidad en el desarrollo de todas y cada una de las capacidades del alumnado, así como en la búsqueda y desarrollo de las competencias básicas y la progresiva autonomía del alumnado.

Esta estrategia es determinante para el resultado final de nuestra enseñanza, puesto que expresa el verdadero talante de una enseñanza vanguardista. El profesor debe facilitar oportunidades a los alumnos para que éstos pongan en práctica todo el conjunto de habilidades afectivas y sociales que la Educación Física permite. Además, el camino para la autonomía siempre pasa por algún grado de participación en la enseñanza.

- **EMANCIPATIVA:** Cuando el planteamiento didáctico se centra más en que el alumno acceda al manejo de los contenidos de forma autónoma, y en capacitarlo para asumir su proceso de aprendizaje y el desarrollo de sus capacidades. Se trata de que el alumno pueda intervenir en todo el proceso participando progresivamente en la selección de contenidos, organización y evaluación (Cabrera y Ruiz, 1996).



Este tipo de estrategia es algo más que una estrategia, ya que representa el punto hacia el que ha de dirigirse todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. La emancipación es un proceso, y, como tal, ni empieza ni acaba, está siempre en marcha.

De esta manera, esta estrategia viene a resolver el problema del grado de autonomía que didácticamente podemos otorgar al alumno; y, por su parte, viene también a destacar cual es el objetivo final hacia el que nos dirigimos siguiendo un proceso transversal: la autonomía de la persona.

Para la elección de una u otra opción estratégica se tendrá que tener en cuenta los objetivos que nos hayamos marcado, el grado de maduración de los alumnos, su nivel de aprendizaje y el tipo de contenido que se va a desarrollar.

### **TÉCNICAS DE ENSEÑANZA**

El conjunto de recursos didácticos que se utilizan para organizar y dirigir de una manera efectiva las actividades de los alumnos hacia un objetivo de aprendizaje. Todas aquellas intervenciones del profesor que estén relacionadas directamente con la transmisión de las habilidades y conocimientos de los alumnos son objeto de la técnica de enseñanza. Estas intervenciones pueden ser:

#### ***De comunicación:***

- Información inicial.
- Presentación de las tareas.
- Conocimiento de los resultados.

#### ***De organización de la clase***

- Forma de distribuir los alumnos.
- Manera de situarse el profesor en el espacio.
- Organización de los recursos.



**De interacción socio-afectiva:**

- Fomento de las relaciones sociales.

Antes de pasar a desarrollar brevemente cada una de ellas, veamos cuales son los tres tipos de técnicas de enseñanza (Cabrera y Ruiz, 1996, p. 493) que nos podemos encontrar:

TÉCNICA	CARACTERÍSTICAS DEFINITORIAS
<b>Enseñanza dirigida</b>	Está íntimamente ligada con la estrategia de enseñanza instructiva. Consiste en dar variadas formas de información inicial, varias formas de KR <sup>9</sup> . En la práctica, la información inicial es masiva, en cambio, el KR debe ser individual.
<b>Participación docente</b>	Íntimamente ligada a la estrategia de enseñanza participativa. Se le entrega al alumno/a parte del papel del profesor.
<b>Enseñanza investigativa</b>	Íntimamente ligada con la estrategia emancipativa. Está asociada a fines relacionados con el conocimiento. No existe información inicial; se lanza la propuesta y el alumno debe solucionarla.

- Información inicial: Es el mensaje o comunicación que el profesor proporciona al alumno antes de iniciar una actividad determinada. En esta información se pueden concretar, o no, los siguientes aspectos: la preparación de y acondicionamiento del medio, los objetivos a lograr y las operaciones a efectuar.

- Presentación de las tareas: Aportar, o no, información sobre cada uno de los anteriores aspectos determinará el tipo de tarea pedagógica que estemos planteando a los alumnos. Así nos podemos encontrar los siguientes tipos de tareas:

**TAREAS NO DEFINIDAS**: Lo que las caracteriza es la no especificación del objetivo final del comportamiento motor del niño, y la no especificación de las

<sup>9</sup> Ver apartado específico de KR.



operaciones o acciones que se realizarán. Constituyen la base de las situaciones exploratorias.

**TAREAS SEMIDEFINIDAS:** Se determina el objetivo final que se persigue, sin que ello comporte ninguna indicación sobre las acciones que hay que efectuar. Constituyen la base de las situaciones problema.

**TAREAS DEFINIDAS:** Se caracterizan por la forma unívoca de especificar las operaciones que se van a realizar. Forma parte de la pedagogía del “modelo”, la cual se basa en que la observación previa de la ejecución del modelo motor a aprender facilita al alumno/a una representación cognitiva que guía el movimiento. Este tipo de tareas demandará del alumno/a, fundamentalmente, su capacidad de ejecución o de adaptación motriz a un modelo externo y, en menor grado, sus capacidades perceptivas y decisionales.

Cuando se opte por este tipo de tareas debemos considerar las diversas estrategias en la práctica, entendiendo por tales la forma en la que el profesor organiza la progresión que se empleará para el aprendizaje de una habilidad determinada. Hay tres tipos:

TIPOS DE ESTRATEGIAS		
ESTRATEGIA	CONCEPTO	SUBTIPOS
Global	Se solicita al alumno que ejecute el gesto técnico o modelo en su totalidad o movimiento completo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Global puro.</li> <li>• Con dirección de la atención.</li> <li>• Con modificación de las condiciones de realización.</li> </ul>
Analítica	Se descompone el gesto o modelo en partes para proceder a su aprendizaje por partes, y luego se integran en la globalidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analítico puro.</li> <li>• Analítico secuencial.</li> <li>• Analítico sumativo.</li> </ul>
Mixta	Global-analítico-global	

**CRITERIOS DE ELECCIÓN DEL TIPO DE ESTRATEGIA EN LA PRÁCTICA**



Dificultad o complejidad del gesto técnico: Las habilidades más sencillas y naturales se aprenden a través del global.
La peligrosidad que entraña la ejecución del gesto: Para los de mayor riesgo es más apropiado la de tipo analítico.
La facilidad para dividir en fases el movimiento.
Tipo de alumno: Niños mejor fraccionado.
Experiencia previa o abanico de respuestas motoras: Cuando se dominan muchos deportes es más fácil emplear las de tipo global. Relacionado con el anterior.
Motivación: Si es compleja, de manera global, pues el objetivo parece muy lejano y difícil de alcanzar. Con la analítica los objetivos son más alcanzables y, por tanto, requiere de menos motivación.
Cuando las tareas requieran de velocidad y precisión a la vez, es conveniente hacer hincapié en las dos estrategias.

La propuesta de un tipo u otro de tareas determinará el tipo de aprendizaje del alumno y la concepción pedagógica del educador. Por ello, es importante tomar decisiones previas sobre esta intervención pedagógica y contextualizarla según la estrategia de enseñanza por la que se opte en cada momento.

- **Conocimiento de los resultados (KR):** Es toda información que el alumno recibe (de forma interna) o se le transmite (de forma externa) durante o después de la ejecución de una tarea, referida al éxito de la misma en función del objetivo previsto.

TIPOS DE “KR” ATENDIENDO A DIFERENTES CRITERIOS	
Momento de dar la información.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Concurrente</u>: Durante la ejecución.</li> <li>• <u>Terminal</u>: Justo al finalizar la ejecución.</li> <li>• <u>Retardado</u> o <u>diferido</u>: Se realiza pasado un tiempo de la finalización.</li> </ul>
Forma de expresar la información.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Visual</u>.</li> <li>• <u>Auditivo-verbal</u>.</li> <li>• <u>Kinestésico-táctil</u>.</li> </ul>
Intención que pretende con la información.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Descriptiva</u>: Se suele emplear con carácter muy general y dirigido a todos los alumnos/as.</li> <li>• <u>Evaluativa</u>: Se emite un juicio de valor, bien cualitativo o cuantitativo.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Comparativa</u>: Se emiten juicios con respecto a anteriores ejecuciones.</li> <li>• <u>Prescriptiva</u>: Mediante ella se ofrecen indicaciones, recomendaciones y estrategias a seguir.</li> <li>• <u>Explicativa</u>: Cuando se proporciona alguna explicación de tipo causa-efecto acerca de algún aspecto de la ejecución.</li> <li>• <u>Afectiva</u>: Es cuando el profesor (u otro alumno/a) expresa sus sensaciones sobre la ejecución, con la intención de: Animar, motivar, etc. (refuerzo positivo). O por el contrario censurar, recriminar, etc. (refuerzo negativo).</li> </ul>
--	--

### 3.1.5.3. Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios.

En la etapa de bachillerato, al igual que en otras etapas, la variable grupo puede ser clave en el logro académico. El grupo es determinante en varias facetas: es fuente estímulos que impacta en los niveles de ajuste afectivo de cada uno de sus integrantes, determina el clima de convivencia, marca la madurez en el desarrollo de las relaciones sociales y agrupa al alumnado según sus incipientes intereses profesionales y académicos.

Teniendo en cuenta dichos aspectos, la variable grupo admite diversas consideraciones como recurso metodológico. El trabajo individual debe alternar con el trabajo cooperativo y en equipo (ya sea en parejas, pequeño o gran grupo), adecuadamente planificado, puesto que este es una vía de primer nivel para la adquisición de ciertos aprendizajes, independientemente de sus aportaciones en el desarrollo emocional, social y de otro tipo. Ese trabajo colaborativo y en equipo lleva asociada habitualmente la incorporación de actividades y tareas de naturaleza diversa en su presentación, desarrollo, ejecución y formato, que contribuyen a fomentar las relaciones entre aprendizajes, facilitar oportunidades de logro a todos y mejora la motivación. De esta manera, estos agrupamientos se realizarán de manera flexible adaptados al desarrollo de las actuaciones previstas.

La variedad en la estructura de la sesión de clase, la flexibilidad en el uso de los espacios y la diversidad en los agrupamientos potencian la comunicación real entre



alumnado y profesorado. El enfoque competencial precisa de ambientes no jerarquizados y de espacios flexibles para que, después de procesos de entrenamiento en el trabajo colaborativo en etapas y niveles anteriores, los distintos agrupamientos lleguen a producirse y desarrollarse de manera natural, particularmente en bachillerato. Por tanto, los diversos espacios físicos deberán permitir estar organizados de manera variable y adaptable para favorecer tanto la interacción y cooperación, la comunicación, la investigación, la experimentación y la creación y el trabajo autónomo del alumnado. Además, se requiere que los espacios sean creativos y, en la medida de lo posible, estéticamente agradables, que posibiliten generar circunstancias motivantes para el aprendizaje. Esto quiere decir que las zonas de aprendizaje de un espacio creativo no han de ser concebidas de forma rígida, sino flexible y adaptable a cada necesidad y teniendo en cuenta los recursos de los que se disponen, incluidos los tecnológicos.

En cuanto a la gestión temporal de la estructura de la sesión, debe partirse de la premisa de que el alumnado debe asumir un desempeño activo durante la mayor parte del tiempo. Para ello las estructuras de la sesión podrán ser muy variadas: desde el sistema clásico de inicio de clase para al abordaje de los aspectos teóricos que da paso al resto de la sesión de trabajo, a la generalización de la fase final de la sesión con carácter conclusivo en la que se presenta el resultado de la sesión de trabajo por parte del alumnado, o las conocidas como clases invertidas, en las que el trabajo individual o algunos procesos de aprendizaje se transfieren fuera del aula y se reserva el tiempo en el aula para dinamizar el intercambio y trabajo de aplicación y colaborativo. En todo caso, deberán tenerse en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado para adaptar las actividades o tareas a su capacidad de atención y trabajo. La secuenciación temporal flexible recogerá tiempos diferenciados para el trabajo individual, para el trabajo en grupo, o, en su caso, para el intercambio y debate.

### **Organización de la clase:**

<b>FACTORES DE ORGANIZACIÓN</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Máxima posibilidad de asimilación del aprendizaje.</li><li>- Máxima participación.</li><li>- Máxima atención individual.</li><li>- Disposición de los alumnos.</li><li>- Clima afectivo.</li><li>- Programación.</li></ul>



- |   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocimiento de la clase.</li> <li>- Equipamiento y material.</li> <li>- Instalaciones.</li> </ul> |
|---|

En lo que respecta a la sesión (clase), el esquema para su desarrollo será la pauta que guiará al docente para proceder ordenadamente al desarrollo de sus clases, partiendo así de una situación propicia para el logro de los objetivos didácticos.

El esquema que se utilizará mayoritariamente será:

- **Parte inicial:** Información inicial y preparación para posterior trabajo.
- **Parte fundamental o básica:** Desarrollo de los contenidos establecidos.
- **Parte final:** Trabajo en regresión, recogida de material e informaciones y observaciones finales.

- **Manera de situarse el profesor en el espacio:** Posición “central”, externa al grupo, utilizada habitualmente para dar la información inicial; y posición “interna” dentro del grupo que se emplea durante la fase de ejecución para observar y dar el conocimiento de los resultados a los alumnos (sin perder su rol de profesor).

- **Forma de distribuir a los alumnos:** La estructuración del grupo en subgrupos puede atender a una serie de necesidades, como son: diferenciación de niveles de enseñanza; atención a las motivaciones de los alumnos; condicionamientos y limitaciones de las instalaciones y materiales disponibles; y mejora de la dinámica del grupo.

POSIBILIDADES DE ORGANIZACIÓN	
<b>Formales:</b> El grupo mantiene una estructura estable y homogénea que es decidida por el profesor	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Frontal</li> <li>○ Agrupaciones (frente al profesor)</li> <li>○ Despliegues.</li> <li>○ Circuito.</li> </ul>
<b>Semiformales:</b> El grupo tiene cierta libertad para situarse pero atendiendo a los parámetros que señala el profesor.	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Círculo.</li> <li>○ Semicírculo.</li> </ul>
<b>Libre:</b> Los integrantes del grupo se sitúan dónde quieren.	



- **Interacciones socio-afectivas:** Está ligada a un interés por valorar la eficacia docente y los comportamientos del profesor dentro de la clase. Interacción es la relación que se establece entre dos partes.

Es misión del profesor crear situaciones pedagógicas que favorezcan la aparición de todas estas interacciones, para crear en el proceso de enseñanza-aprendizaje un clima social rico que promueva la aparición de actitudes.

### Materiales y recursos de desarrollo curricular.

Según establece el **artículo 11 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, los materiales y recursos son los medios de los que se vale el profesorado para el desarrollo del currículo de cada una de las materias, y establece las diferencias entre ambos conceptos. En líneas generales, se establece lo siguiente en relación a los materiales y recursos de desarrollo curricular.

Los recursos y materiales didácticos tienen como función principal facilitar el proceso de aprendizaje puesto que, en coherencia con el resto de los elementos curriculares, permiten guiar los aprendizajes del alumnado, les proporcionan información, posibilitan el entrenamiento de habilidades y deben poseer un carácter motivador intrínseco.

La selección y el uso de dichos recursos y materiales didácticos, realizados con criterios precisos de coordinación docente, constituyen aspectos esenciales del diseño de la práctica docente para enriquecer el proceso educativo, para lo cual debe tenerse en cuenta, además de la relación con el objetivo del aprendizaje, características tales como su adecuación al contexto de aprendizaje, la flexibilidad durante el proceso de enseñanza, el grado de adaptabilidad a la diversidad y al ritmo de trabajo del alumnado, la facilidad de uso y disponibilidad, su capacidad para generar motivación, así como su potencial para estimular habilidades metacognitivas y de pensamiento crítico.

Se hará uso, por tanto, de material, tanto tradicional como innovador, en diferentes soportes, tales como materiales impresos (murales, libros, prensa, diccionarios...), audiovisuales, multimedia e informáticos, que aseguren la accesibilidad a la diversidad



del mismo. Además, se proporcionarán múltiples formas de representación de la información y del contenido, aportando al alumnado variedad de opciones de acceso real al aprendizaje.

Los avances tecnológicos de la sociedad actual justifican el carácter imprescindible del uso de las Tecnologías de la información y de la comunicación (TIC) tanto en lo que se refiere al equipamiento (ordenadores, tabletas, pizarra digital, panel interactivo, dispositivos personales, móviles inteligentes...) como a herramientas y programas (robots, realidad aumentada y apps de usos muy diferenciados). Se trata de un recurso metodológico indispensable en las aulas, en el que convergen aspectos relacionados con la facilitación, la integración, la asociación y la motivación de los aprendizajes y que favorece la alfabetización informacional integrándola y utilizándola de manera creativa en el proceso de aprendizaje.

El profesorado, además, elaborará sus propios recursos de desarrollo curricular procurando integrar variedad de estos: analógicos, digitales, manipulativos, informativos, ilustrativos y tecnológicos, con el fin de posibilitar el acceso al aprendizaje a todo el alumnado y conseguir un aprendizaje eficaz.

Una vez justificado el apartado a nivel normativo, se pasa a desarrollar a nivel del Departamento de Educación Física y de 1º de Bachillerato.



La concreción de los planes, programas y proyectos de centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.

El centro educativo I.E.S. Merindad de Castilla la Vieja incorpora a unos proyectos educativos, una serie de planes y programas sobre cuestiones específicas. Algunos de ellos tienen carácter obligatorio, otros son propuestos por la Administración educativa para la participación voluntaria de los centros, incluso, a mayores, otros surgen de la iniciativa propia de estos.

Entre los primeros, están el Plan de Lectura, el Plan de Convivencia, el Plan de Acción Tutorial, el Plan de Atención a la Diversidad, el Plan de Igualdad Efectiva entre Hombres y Mujeres, el Plan de Orientación Académica y Profesional, el Plan de Contingencia, el Plan de Digitalización, el Plan de Prevención y Control del Absentismo Escolar o el Plan de Acogida.

Entre los segundos, citamos el proyecto bilingüe, la competición de los recreos, los festivales de fin de trimestre y curso y todos aquellos que puedan ir surgiendo a lo largo del curso.

**Actividades complementarias y extraescolares organizadas desde la materia.**

La puesta en práctica las actividades complementarias y extraescolares ofrece el marco ideal para integrar aprendizajes informales y no formales junto a los formales, a la vez que posibilita a los alumnos la utilización efectiva de diferentes tipos de contenidos en situaciones reales. En definitiva, refuerzan al desarrollo de las competencias clave del alumnado, ayudando también a la consecución de los objetivos de la etapa.

Se hace referencia en el apartado de la E.S.O. de este documento a las actividades complementarias y extraescolares que se harán en bachillerato.



### 3.1.9. Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

En el **artículo 20 del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril**, se establecen las particularidades de la evaluación:

1. La evaluación del aprendizaje del alumnado será continua y diferenciada según las distintas materias.
2. El profesorado de cada materia decidirá, al término del curso, si el alumno o alumna ha logrado los objetivos y ha alcanzado el adecuado grado de adquisición de las competencias correspondientes.
3. El alumnado podrá realizar una prueba extraordinaria de las materias no superadas, en las fechas que determinen las administraciones educativas.
4. El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente.
5. En aquellas comunidades autónomas que posean más de una lengua oficial de acuerdo con sus Estatutos, el alumnado podrá estar exento de realizar la evaluación de la materia Lengua Cooficial y Literatura según la normativa autonómica correspondiente.
6. Se promoverá el uso generalizado de instrumentos de evaluación variados, diversos, flexibles y adaptados a las distintas situaciones de aprendizaje que permitan la valoración objetiva de todo el alumnado, y que garanticen, asimismo, que las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adaptan a las necesidades del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.

También, se deberán tener en cuenta los artículos del **Real Decreto 243/2022, de 5 de abril** que se citan a continuación en relación a la evaluación en el primer curso de bachillerato: el **artículo 21** en el que se establecen los **criterios de Promoción** y el **artículo 29** en relación a los **Documentos e informes de evaluación**.

A nivel autonómico, el **artículo 31 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, se establecen los siguientes principios de la **Evaluación del alumnado**:

1. En virtud de lo dispuesto en el artículo 20.1 del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, la evaluación en esta etapa será continua y diferenciada por materias. Además, en la Comunidad de Castilla y León será criterial y orientadora.



2. La evaluación de los aprendizajes del alumnado tendrá como referente último la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y el grado de adquisición de las competencias previstas en los descriptores operativos.
3. No obstante, en virtud de las vinculaciones entre las competencias clave y los criterios de evaluación de cada competencia específica establecidas en los mapas de relaciones criterios a los que se refiere el artículo 10, el referente fundamental a fin de valorar el grado de adquisición de las competencias específicas de cada materia, serán los criterios de evaluación que figuran en el anexo III.
4. Las técnicas a emplear permitirán la valoración objetiva de los aprendizajes del alumnado. Para ello se emplearán instrumentos variados, diversos, flexibles y adaptados a las distintas situaciones de aprendizaje que se planteen. En todas las materias se incluirán pruebas orales de evaluación.
5. Estas técnicas e instrumentos deberán aplicarse de forma sistemática y continua a lo largo de todo el proceso educativo.
6. En los procedimientos de evaluación, el docente buscará la participación del alumnado a través de su propia evaluación y de la evaluación entre iguales.
7. Las calificaciones de cada materia serán decididas por el profesor correspondiente, a partir de la valoración y calificación de los criterios de evaluación establecidos en la respectiva programación didáctica, teniendo presente, en su caso, las medidas adoptadas en materia de atención a la diversidad.
8. Las calificaciones de las competencias clave serán decididas por el equipo docente, igualmente a partir de la valoración y calificación de los criterios de evaluación establecidos en las programaciones didácticas de las materias que cursa cada alumno en un nivel determinado.
9. El proceso de valoración y calificación de los criterios de evaluación será único, y permitirá obtener de forma simultánea la calificación de cada materia y de cada competencia clave.
10. En el anexo II.B se determinan orientaciones para la evaluación de los aprendizajes del alumnado. En todo caso, las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adaptarán a las necesidades del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.
11. El alumnado podrá realizar una prueba extraordinaria de las materias no superadas, en las fechas que a tal efecto se determine anualmente por orden de la consejería competente en materia de educación.



12. El equipo docente, coordinado por el tutor de cada grupo, realizará el seguimiento del alumnado y valorará su progreso, en las correspondientes sesiones de evaluación, en los términos que a tal efecto determine la consejería competente en materia de educación.
13. El profesorado que imparte bachillerato evaluará su propia práctica docente como punto de partida para su mejora.

Asimismo, el **anexo II.B del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, establece unas **orientaciones para la evaluación**:

En el cambio metodológico hacia un enfoque globalizado, interdisciplinar e integrador que conlleva el modelo de educación por competencias se asigna a la evaluación un papel determinante. Se concibe como un proceso fundamental, por un lado, para la identificación y seguimiento de los aprendizajes del alumnado, sus logros, el ritmo de adquisición, la regulación de las dificultades y errores, las particularidades de su evolución, el desarrollo del proceso y los resultados del aprendizaje, y por otro, para facilitar al profesorado información necesaria para la toma de decisiones precisa para procurar una práctica educativa adaptada a su alumnado. En este apartado, se desarrolla y concreta lo relacionado con la evaluación del aprendizaje del alumnado, entendida ésta, por tanto, como el proceso de obtención de información a través del desarrollo de una serie de actividades que el docente pone en práctica desde su materia.

Esa información de evaluación se obtiene en una secuencia de momentos generalmente predeterminados y prefijados que lleva asociadas unas características básicas: ha de ser continua, diferenciada y formativa. La evaluación será continua puesto que se realiza a lo largo de todo el proceso de aprendizaje y se centra más en describir e interpretar que en medir y clasificar. Será diferenciada en el sentido en que permitirá valorar, desde cada una de las materias, la consecución de los objetivos y la adecuación en la adquisición de las competencias clave. Y, será formativa puesto que proporciona la posibilidad de reorientar los diferentes elementos que intervienen a lo largo del proceso, contribuyendo a la mejora del proceso educativo, adaptando el proceso de enseñanza para maximizar el logro de las competencias previstas.



Y, además, la información proporcionada y la valoración que se haga de ella deberá atender a dos ámbitos del aprendizaje que son complementarios y han de estar integrados de acuerdo con los principios del modelo competencial que es imperativo: el grado de desarrollo de las competencias clave y de los aprendizajes específicos de cada una de las materias. Un enfoque en habilidades para la vida en el que lo que importa es aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser. Por tanto, la evaluación no debe entenderse como un sistema independiente y ajeno al sistema enseñanza-aprendizaje, sino integrado en él. La finalidad de la evaluación alude a la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje, otorgando un enfoque constructivista.

Por último, se deberán tener también presentes los siguientes artículos del **Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**: el **artículo 32**, en el cual se desarrolla la **Promoción y permanencia del alumnado** y el **artículo 35**, en el que se establecen los **Documentos e informes de evaluación**.

En definitiva, en este apartado se justifica **“Qué se evalúa”**. Se entiende por ello como el referente principal para valorar los aprendizajes serán los criterios de evaluación. Estos criterios permitirán diseñar las situaciones de evaluación, la selección de los instrumentos y procedimientos de evaluación y la definición de los indicadores de logro con los que realizar una mejor observación y medición de los niveles de desempeño que se espera que el alumnado alcance. En estos indicadores de logro el docente podrá integrar, además del criterio de evaluación, otros aspectos de su elección, como contenidos específicos propios o transversales, u otros aprendizajes competenciales. Los criterios de evaluación y los indicadores servirán de punto de partida para el diseño de situaciones de aprendizaje con las que se procurará la adquisición de las competencias clave y deben ser conocidos necesariamente por el alumnado en el inicio del proceso de aprendizaje.



### 3.1.9.1. Técnicas e instrumentos de evaluación asociados a los criterios de evaluación y/o a los indicadores de logro.

Este apartado persigue “**Cómo se evalúa**”, por lo tanto, para llevar a cabo la evaluación, el profesorado planificará, seleccionará o elaborará un conjunto de acciones y procedimientos variados que le permitan obtener la información relevante sobre el aprendizaje de su alumnado. Atendiendo a su tipología, puede diferenciarse entre procedimientos o técnicas de observación, técnicas de análisis del desempeño y técnicas de análisis del rendimiento. Las primeras permiten obtener información y tomar registro de cómo se desarrolla el aprendizaje y atienden más al proceso del mismo que a su resultado. Las segundas se centran en la propuesta de realización de actividades y tareas al alumnado y permiten valorar tanto el proceso como el producto o resultado del aprendizaje. Finalmente, las técnicas de rendimiento (también denominadas de experimentación) se dirigen a la valoración específica y exclusiva del resultado de aprendizaje final.

En cada técnica o procedimiento de evaluación se hará uso de una serie de instrumentos de evaluación característicos, considerados el medio concreto a través del cual se obtiene información, es decir, el soporte físico que se utiliza para recoger información sobre los aprendizajes del alumnado. Su planificación y selección se realizará atendiendo, entre otros, a criterios como la diversidad de instrumentos, su accesibilidad y la variedad de soportes, su capacidad diagnóstica, su adecuación a las situaciones de aprendizaje programadas, su idoneidad para realizar una evaluación competencial y el grado de fiabilidad para asegurar la objetividad en el proceso de evaluación. Por supuesto, los docentes podrán enriquecer dicho proceso con la construcción o elaboración de sus propios instrumentos de evaluación, bien específicos de unas técnicas bien como resultado de la combinación de varias de ellas.

Para las técnicas de observación y seguimiento sistemáticos del trabajo y desempeño del alumnado se valorará el uso de instrumentos de evaluación estandarizados como el registro anecdótico, la guía de observación, la lista de control, el listado de cotejo, el diario de clase del profesor o el registro de anotaciones tabuladas por parte del docente.



Para las técnicas de análisis del desempeño se recurrirá a instrumentos que permitan evaluar el proceso, las tareas y actividades realizadas a lo largo del tiempo, como el portafolio, el cuaderno del alumno, la realización de proyectos o investigaciones, el diario de aprendizaje o el diario de equipo.

Finalmente, las técnicas dirigidas más específicamente al análisis del rendimiento se centrarán en la valoración del producto, a través de instrumentos como pruebas orales (examen oral, debate, exposición oral, puesta en común, intervención en clase, entrevista), escritas (de respuesta cerrada, abierta o mixta, o de ejercicio práctico, como análisis de casos, resolución de problemas o interpretación o comentario valorativo) o audiovisuales.

Por otro lado, para calificar de forma objetiva el aprendizaje, una vez aplicados los instrumentos de evaluación de las diferentes técnicas, se puede recurrir a determinadas herramientas de calificación como rúbricas, escalas o dianas, que incorporen los criterios de corrección de cada uno de ellos.

En coherencia con el modelo de enseñanza y aprendizaje competencial, debería ponderarse la utilización de la mayor variedad posible de pruebas pertenecientes a diferentes técnicas y, en particular, si lo que realmente se pretende es una evaluación competencial, la utilización de técnicas e instrumentos que valoren los procesos por encima de los resultados finales. Así, sería propio de este planteamiento la utilización de instrumentos que pertenezcan a las técnicas de observación y a las técnicas de análisis del desempeño. Y en cuanto a las técnicas de rendimiento sería apropiada la utilización de instrumentos que permitan respuestas abiertas (carácter cualitativo), evitando, en la medida de lo posible, las pruebas objetivas (de verdadero o falso, tipo test, etc.), las pruebas orales de respuesta cerrada o las pruebas prácticas tipo test físicos.

De este modo, para realizar la evaluación utilizaremos **técnicas cuantitativas y técnicas cualitativas**. Las primeras sirven para dar información sobre el nivel inicial y de progreso del alumno, así como para detectar deficiencias, teniendo, inicialmente, un carácter normativo que deberá ser adaptado a las características



del alumno y a su nivel de progreso, dándoles un carácter criterial. Recogen datos de forma objetiva.

Las técnicas cualitativas, basadas en técnicas de observación, facilitan información sobre aspectos de la ejecución y del comportamiento del alumno que completan la apreciación cuantitativa, y representan un buen medio para la evaluación.

- **Para las técnicas de observación y seguimiento:** registro anecdótico, la guía de observación, la lista de control, el listado de cotejo, el diario de clase del profesor o el registro de anotación establecidas por parte del docente.
- **Para las técnicas de análisis del desempeño:** el portafolio, el cuaderno del alumno, la realización de proyectos o investigaciones, el diario de aprendizaje o el diario de equipo.
  - **Para las técnicas de análisis del rendimiento:**
  - **pruebas orales:** examen oral, debate, exposición oral, puesta en común, intervención en clase, entrevista.
  - **pruebas escritas:** de respuesta cerrada, abierta o mixta, o de ejercicio práctico, como análisis de casos, resolución de problemas o interpretación o comentario valorativo o pruebas audiovisuales.

<b>PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.</b>	
<b>Observación sistemática</b>	<b>Intercambios orales con los alumnos</b>
Escalas de observación	Diálogo
Listas de control.	Entrevista
Registro anecdótico.	Asamblea
Diarios de clase	Puestas en común.
<b>Análisis de las producciones de los alumnos</b>	<b>Pruebas específicas.</b>
Monografías.	Objetivas.
Resúmenes.	Abiertas.
Trabajo de aplicación y síntesis.	Interpretación de datos.
Cuaderno de clase / de campo	Exposición de un tema.
Resolución de ejercicios y problemas.	Resolución de ejercicios y problemas.
Textos escritos.	Pruebas de capacidad motriz.
Producciones orales/plásticas/musicales/motrices	<b>Cuestionarios</b>



Investigaciones	<b>Grabaciones en magnetófono o vídeo y análisis posterior.</b>
Juegos de simulación y dramáticos	<b>Rúbricas de evaluación / calificación.</b>

Tabla 3. Procedimientos e instrumentos de evaluación entre los que el departamento de EF seleccionará los que considere más adecuados para la evaluación de los alumnos de la asignatura. formativa. Recogen datos referentes al alumno conforme a una escala en la que interviene la apreciación objetiva del profesor sobre determinados aspectos dados a conocer al alumno de antemano (mediante rúbricas o escalas de valoración).

La especificación de los procedimientos e instrumentos de evaluación por UDD es interesante aunque entendemos que condiciona enormemente la labor del profesorado. Se ha optado por enumerar las posibilidades que en la evaluación de la EF se mencionan en la obra “*Proyecto Curricular*” de las Cajas Rojas (M.E.C., 1992b) y que más adelante recogió D. Blázquez (1992) en su obra “*Evaluar en EF*”. El objetivo de cada evaluación, la situación en la que ha de realizarse, el tipo de contenidos y las diferencias entre los alumnos, así como el criterio personal y experiencia del docente son los  **criterios**  a los que debemos atender.

En el curso se podrán realizar también prácticas de evaluación compartida y calificación dialogada (autoevaluación, coevaluación y autocalificación<sup>10</sup>), favoreciendo el valor formativo de la evaluación y creando una base para el desarrollo de sus aprendizajes autónomos (de ahí la utilización de los autoinformes y de las fichas de autoevaluación, rúbricas y escalas de valoración<sup>11</sup>) contribuyendo

<sup>10</sup> Compartimos con López (1999) que la propuesta de evaluación para el área curricular de Educación Física será una evaluación formativa basada en la autoevaluación del alumno y en la evaluación compartida entre profesor y alumno. Será por tanto una evaluación al servicio del propio proceso de enseñanza-aprendizaje, del alumno y del profesor, integrada en dicho proceso y con utilidad formativa. Esta propuesta parte de la consideración de formar hacia la autonomía corporal y hacia la autonomía en la práctica de actividades físico-corporales. La autoevaluación está estrechamente relacionada con la autonomía del aprendizaje, el análisis crítico y la autocrítica, y con la formación de personas responsables. En la evaluación formativa la clave se encuentra, primeramente, en la utilización de la corrección de las actividades, trabajos y elaboraciones como instrumentos de aprendizaje, con un marcado sentido positivo, constructivo y basado en argumentos. En segundo lugar, habrá que comprender el error como fuente de aprendizaje, y no en términos de éxito/fracaso. Se debe de lograr una evaluación global e integral, en la que los ámbitos cognitivos y afectivos, y no sólo los motrices, sean evaluados. Pero no de manera aislada o analítica, de tal forma que si se trabajan de manera integrada los tres tipos de contenidos, su valoración deberá ser global, lo cual supone todo un reto. Además, la evaluación debe de estar integrada en el proceso de enseñanza-aprendizaje, lográndose así una evaluación continua. En lo referente a la calificación, ésta debería de ser el reflejo de un proceso formativo para lograr la significación y utilidad de la evaluación en el proceso de E-A. La autocalificación podría ser de utilidad.

<sup>11</sup> En los Anexos hay dos ejemplos de ambas.

de manera significativa a la consecución de las competencias clave, especialmente a la de “aprender a aprender”, “sentido de iniciativa y espíritu emprendedor” y “competencias sociales y cívicas”.

Sobre algunas de estas opciones (autoinformes, autoevaluaciones y autocalificaciones, etc...) existen algunos modelos en los anexos que podrían utilizarse previa adaptación del profesorado para el curso y la unidad didáctica que se esté trabajando en cada momento.

a) Instrumentos para la evaluación del proceso

- ✓ *Métodos de apreciación:* Se trata de someter a juicio los materiales empleados, solicitando la opinión de expertos u otros grupos de profesionales, e incluso la opinión de los alumnos, siendo imprescindible la información del autoinforme.
- ✓ *Métodos de observación:* Se trata de valorar aquello que se ha visto en un momento determinado. Lo pueden realizar otros compañeros de departamento o de la misma especialidad.

b) Instrumentos para la evaluación del profesor.

Se pueden utilizar: cuestionarios a los alumnos, observación de la práctica docente por observadores externos, autoevaluación, etc.

Para más información sobre este apartado, revisar el punto de la programación referido a “*Los procedimientos de evaluación de la programación didáctica y sus indicadores de logro.*”.



### 3.1.9.2. Momentos en los que se llevará a cabo la evaluación.

Se aborda en este apartado “**Cuándo se evalúa**”. Al referirse al momento de la evaluación, debe atenderse a tres tipos de evaluación de acuerdo con el momento temporal en que se realiza: inicial o diagnóstica, continua y sumativa.

- **La evaluación inicial o diagnóstica** se conocerá la situación de partida de cada alumno con el fin de poder diseñar la intervención a lo largo del proceso de aprendizaje. Constituye la base para organizar y secuenciar la enseñanza y permite individualizar el recorrido educativo creando un entorno personalizado de aprendizaje, si bien esta evaluación diagnóstica debe adaptarse también a la etapa de bachillerato dada la finalidad de esta etapa y la base de orientación académica y profesional que el alumnado ha tenido en la etapa anterior
- A lo largo del proceso, se llevará a cabo una **evaluación continua**, dentro del contexto de una evaluación diferenciada por materias, que informará acerca del desarrollo y la evolución del proceso de aprendizaje e indicará al docente cómo se desarrolla el proceso de enseñanza, así como los aspectos más y menos desarrollados.
- La **evaluación sumativa**, complementaria a la continua, permite determinar tanto qué se ha logrado durante el proceso de desarrollo del programa de enseñanza como el resultado del proceso en una determinada secuencia temporal. El resultado obtenido de la evaluación sumativa por medio del uso de diferentes herramientas y no una única herramienta en exclusiva, proporcionará al docente información para orientar la planificación, seguimiento y correcciones en la secuencia del proceso de aprendizaje siguiente.



### 3.1.9.3. Agentes evaluadores.

A lo largo del siguiente apartado, se describe el **“Quién evalúa”**. Refiriéndonos exclusivamente a la evaluación interna (aquella que es promovida y llevada a cabo por los propios integrantes del programa educativo), puesto que hablamos de evaluación del proceso de aprendizaje, los posibles agentes evaluadores serían el docente y el discente. De la intervención de ambos agentes, determinamos tres tipos de evaluación: **la heteroevaluación, la autoevaluación y la coevaluación.**

- En la **heteroevaluación** los evaluadores son personas distintas. La situación más típica es la del profesor que evalúa a los alumnos.
- En la **autoevaluación** los roles de evaluador y evaluado coinciden en la misma persona, es decir, el alumno evalúa su propio trabajo.
- La **coevaluación** se caracteriza porque unos alumnos o grupos de alumnos se evalúan mutuamente; en la que los evaluadores y los evaluados intercambian su papel alternativamente, es decir, un alumno evalúa a otro y posteriormente el primero de ellos evaluará al segundo.

En este contexto de evaluación competencial, se considera fundamental incorporar la autoevaluación y la coevaluación a través de variadas herramientas de calificación como dianas de autoevaluación o telarañas de coevaluación.

Esta perspectiva compartida de la evaluación mejora la efectividad de los aprendizajes, facilita la toma de decisiones y muestra las competencias desarrolladas en diferentes contextos para que el alumnado se haga responsable de su proceso de aprendizaje a través del dominio de herramientas metacognitivas, lo que le hará cada vez más consciente de qué, cómo y para qué está aprendiendo. Así, se considerarán las fortalezas y debilidades del proceso de aprendizaje del alumnado para mejorarlo y favorecer, a su vez, el proceso de autorregulación. Dentro de este proceso el análisis de los errores aporta un interesante beneficio pedagógico, por lo que se le debe otorgar un lugar importante y necesario en el diseño del aprendizaje y la reflexión y pensamiento sobre el mismo. Por ese motivo, la aparición del error deberá entenderse como un proceso natural que permitirá trabajar a partir del mismo y proporcionará la oportunidad de guiar la reflexión del alumnado en el ámbito de la metacognición.



No debe obviarse que el alumnado ha de ser sujeto activo de su proceso de aprendizaje y, por tanto, de su proceso de evaluación. Es por ello por lo que es importante que se haga saber al alumno qué se espera de él, que se le guíe en el reconocimiento de sus logros y dificultades, en la adopción de formas de autorregulación y en la valoración de los resultados de su esfuerzo y de sus desempeños.



3.1.9.4. Criterios de calificación de la materia asociados, preferentemente, a los criterios de evaluación.

- **Las técnicas de observación al menos tendrán un peso del 20 %.**

Dentro de ellas valoraremos:

- a) Asistencia a clase. Es obligatoria y en caso de ausencia debe ser justificada.
- b) Higiene y salud. Se debe traer la ropa y el calzado adecuado para la práctica.
- c) Participación activa y positiva en todas las sesiones, realizando las actividades y ejercicios que el profesor indique y la sesión demande.
- d) Respeto profesor/compañeros/material e instalaciones.

- **Las técnicas de desempeño y elaboración del proceso al menos un 20%**

Dentro de ellas valoraremos:

- a) Progresión y mejora en el desarrollo de las cualidades físicas básicas (fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia).
- b) Trabajo en equipo en la realización de las coreografías musicales
- c) Adquisición de nuevas destrezas, habilidades básicas y de nuevos fundamentos técnicos (judo, escalada, orientación y deportes alternativos).
- d) Realización de proyectos para evaluar diferentes aprendizajes significativos:



-Primera evaluación

Realización de un plan de entrenamiento y nutricional. INDIVIDUALIZADO

-Segunda evaluación

Realización de DIFERENTES COMPETICIONES DE FORMA GRUPAL.

BADMINTON-HOCKEY-TENIS

-Tercera Evaluación

Realización de DIFERENTES COMPETICIONES DE FORMA GRUPAL

BALONCESTO-VOLEY-BALONMANO

**-Las pruebas físicas, exámenes teóricos, trabajos teóricos y exámenes prácticos, al menos un **60%**.**

Dentro de ellas valoraremos:

- a) Test y baremos de condición física.
- b) Realización de COMPETICIONES DEPORTIVAS.
- c) Examen práctico de fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de primeros auxilios, judo, escalada y deportes alternativos.



Unidades Didácticas 1ªEvaluación	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Criterio de calificación	Instrumento de evaluación	Peso (&)	Agente evaluador		
						H.	Coe.	Auto.
<b>Evaluación Inicial</b>	-	-	-	Test condición física	-	X		
<b>U.D. 1. Primeros Auxilios</b>	1	1.6	25%	Diario del profesor	20%	X	x	X
		1.7	25%	Prueba teórico	35%			
		1.8	25%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	35%			
		1.9	25%	Puesta en común alumnos	10%			
<b>U.D. 2. Deportes de contacto: judo</b>	2, 3	2.1	14%	Diario del profesor	30%	X	x	x
		2.2	14%					
		2.3	14%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	50%			
		2.4	14%					
		3.1	14%	Puesta en común alumnos	10%			
		3.2	14%					
3.3	14%	Competición	10%					
<b>U.D. 3. Capacidades física básicas: entrenador personal</b>	1	1.1	11%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		1.2	11%					
		1.3	11%					
		1.4	11%					
		1.5	11%	Test condición física	40%			
		1.6	11%					
		1.7	11%	Puesta en común alumnos: rúbrica mixta	30%			
		1.8	11%					
1.9	11%							
<b>Situación de aprendizaje Planificación de un entrenamiento</b>	1	1.1	11%	Realización proyecto de investigación individual del estudiante	50%	X	X	x
		1.2	11%					
		1.3	11%					
		1.4	11%					

		1.5	11%	Prueba práctica-oral: rúbrica mixta	40%			
		1.6	11%					
		1.7	11%					
		1.8	11%	Puesta en común alumnos	10%			
		1.9	11%					

2ªEvaluación	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Criterio de calificación	Instrumento de evaluación	Peso (&)	Agente evaluador		
						H.	Coe.	Auto.
<b>U.D. 4. Circo: malabares y cuerdas</b>	2, 4	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	X	X
		2.2	16%					
		2.3	16%					
		2.4	16%	Prueba práctica: rúbrica mixta	60%			
		4.1	16%					
		4.2	16%					
<b>U.D. 5. Expresión Corporal: composición coreográfica</b>	2, 4	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	X	X
		2.2	16%					
		2.3	16%					
		2.4	16%	Prueba práctica-exposición-oral: rúbrica mixta	60%			
		4.1	16%					
		4.2	16%					
<b>U.D. 6. Deportes de adversario: bádminton</b>	2	2.1	25%	Diario del profesor	30%	X	X	X
		2.2	25%	Prueba práctica: rúbrica mixta	40%			
		2.3	25%	Puesta en común alumnos	10%			



<b>Situación de aprendizaje competiciones deportivas</b>	2, 4	2.4	25%	Competición	20%	X	X	X
		2.1	16%	Aprendizaje cooperativo	50%			
		2.2	16%					
		2.3	16%	Competiciones deportivas	40%			
		2.4	16%					
		4.1	16%	Puesta en común alumnos	10%			
		4.2	16%					

3ªEvaluación	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Criterio de calificación	Instrumento de evaluación	Peso (&)	Agente evaluador		
						H.	Coe.	Auto.
<b>U.D. 7. Deportes alternativos.</b>	2, 3	2.1	14%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		2.2	14%					
		2.3	14%					
		2.4	14%	competiciones	60%			
		3.1	14%					
		3.2	14%	Puesta en común alumnos	10%			
		3.3	14%					
<b>U.D. 8. Aproximación a la escalada.</b>	2, 5	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		2.2	16%					
		2.3	16%					
		2.4	16%	Prueba práctica- exposición-oral: rúbrica mixta	60%			
		5.1	16%					



		5.2	16%	Puesta en común alumnos	10%			
<b>U.D. 9. Orientación.</b>	2, 5	2.1	16%	Diario del profesor	30%	X	x	X
		2.2	16%					
		2.3	16%					
		2.4	16%	Prueba práctica: rúbrica mixta	60%			
		5.1	16%	Puesta en común alumnos	10%			
		5.2	16%					
<b>Situación de aprendizaje competiciones grupales deportivas</b>	4, 5	4.1	25%	Realización proyecto de investigación individual del estudiante	50%	X	x	X
		4.2	25%	competiciones	40%			
		5.1	25%					
		5.2	25%	Puesta en común alumnos	10%			

---

**Criterios de promoción, conocimientos y aprendizajes básicos necesarios para obtener una evaluación positiva a final de curso.**

En lo referente a los criterios de promoción de Bachillerato, nos remitimos al apartado correspondiente del Proyecto Educativo del Centro, elaborado y propuesto al claustro en sesión de la C.C.P.

Los mínimos exigibles para obtener una valoración positiva del área serán los siguientes:

1-Haber presentado, de manera aceptable en tiempo y forma, el cuaderno y los trabajos (teóricos o prácticos <sup>12</sup> ) encargados a lo largo del curso. Si el cuaderno no se entrega el alumno permanecerá suspenso hasta que lo entregue correctamente.
2-Haberse presentado a la realización de los exámenes o pruebas escritas, si las hubiera.
3-Mantener una actitud y un comportamiento adecuado en el desarrollo de las sesiones, tanto con el profesor como con los compañeros.
4-Tener al día el cuaderno de clase, habiendo reflejado todas las prácticas, anotaciones y ejercicios propuestos por el profesor, así como entregarlo cada una de las veces que se pida para su corrección.
5-Haber asistido a todas las sesiones de clase, aunque no pueda hacer la práctica, en cuyo caso habrá de elaborar alguna tarea alternativa. Las faltas de asistencia deberán ser justificadas. Los alumnos podrán realizar el cuaderno de clase del día que falten con la ayuda de otros compañeros. Aquellos alumnos que no realicen la clase por supuestos motivos médicos pero que no justifiquen dicha imposibilidad, tendrán que asumir la consideración de falta de clase (no a efectos organizativos de centro, pero sí de cara a la calificación de la asignatura).
6-Realizar todas las pruebas físicas, trabajos y las diferentes prácticas físico-deportivas que se planteen a lo largo del curso <sup>13</sup> ,
7-En caso de tener que presentarse a la prueba extraordinaria de junio: Realizar correctamente cada una de las actividades que le hayan sido encomendadas en el informe individual de materia suspensa y/o consejo orientador.

---

<sup>12</sup> Sobre todo para los alumnos con necesidades educativas especiales, entendiéndose por tales aquellos que requieran, por un periodo de su escolarización o a lo largo de toda ella, determinados apoyos y atenciones educativas específicas derivadas de discapacidad o trastornos graves de conducta.

<sup>13</sup> Estaríamos hablando de alumnos/as sin problemas motores o sin necesidades educativas que requieran de una adaptación.



## PROCEDIMIENTOS ESPECIALES.

- **Recuperaciones**: Los planes de recuperación se establecerán de forma individual, y serán los propios alumnos quienes los lleven a cabo, con la dirección y apoyo del Departamento de Educación Física, teniendo que presentar los trabajos o actividades encargados, así como realizar las pruebas que se le propongan previo conocimiento de ello, ideando un plan de mejora y desarrollo (actividades de refuerzo).

- **Alumnos con exceso de faltas por enfermedad y/o motivos justificados**: Estos alumnos que han perdido el proceso normal de evaluación por un exceso de faltas justificadas, estarán sujetos al siguiente proceso de evaluación (para cada trimestre o durante el período que dure la ausencia):

a) Entregar los trabajos que le falten.

b) Realizar, durante el período que dure la ausencia, la lectura, recensión o trabajo sobre alguno de los libros propuestos por el departamento.

c) Realizar las pruebas practicas propuestas en esa evaluación, si pudieran realizarlas con posterioridad, o si siguen convalecientes , sustitución de las mismas por la elaboración de un trabajo..

- **Alumnos que tengan que examinarse en septiembre**: Los alumnos que no hayan superado la materia en la convocatoria de junio deberán realizar una prueba en septiembre dependerá de la situación de en la que se encuentre cada individuo. Las pruebas y trabajos encargados serán establecidos por el profesor atendiendo a esa individualidad de circunstancias que concurren en cada alumno. Para ello, a cada alumno se le entregará un informe personalizado con las actividades y pruebas que debe realizar, cómo debe hacerlo y los motivos que apoyan esas decisiones. En todo caso, algunos de los instrumentos de evaluación que se podrán emplear son:

- Elaboración de trabajos (planificaciones, deportes, etc.)



- Superación de una prueba de evocación sobre los temas que se indiquen.
- Realización de tests y/o pruebas motrices y/o físico-deportivas.
- Realización de pruebas técnicas referidas a los deportes trabajados a lo largo del curso, y/o técnicas expresivas.
- Presentación del cuaderno de clase.

Por lo que se refiere a los criterios de calificación, se establecerán en función de los instrumentos de evaluación empleados. En todo caso, no nos limitaremos a calificar únicamente las actividades que deba de realizar en esta prueba extraordinaria, obviando todo el proceso de aprendizaje desarrollado a lo largo del curso. Además, tal y como queda patente en estándares básicos de aprendizaje evaluables será imprescindible que cada una de las actividades de evaluación que haya tenido que efectuar/presentar sea realizada correctamente.



### 3.1.10. Atención a las diferencias individuales del alumnado.

Por un lado, en **el artículo 25 del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril** se establece la atención a las diferencias individuales. Por otro lado, en los **artículos 36 y 37 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre**, se indica que el conjunto de diferencias individuales, tales como capacidad, ritmo de aprendizaje, estilo de aprendizaje, motivación, intereses, contexto social, situación cultural, circunstancia lingüística o estado de salud, que coexisten en todo el alumnado hace que los centros educativos y más concretamente sus aulas, sean espacios diversos. No obstante, todo el alumnado, con independencia de sus especificidades, tiene derecho a una educación inclusiva y de calidad adecuada a sus características y necesidades.

Dichas medidas buscarán desarrollar el máximo potencial posible del alumnado y estarán orientadas a permitir que alcancen el nivel de desempeño previsto al finalizar la etapa de acuerdo con los descriptores operativos de las competencias clave, así como a la consecución de los objetivos de la misma. Debido a que es perfectamente constatable que en el aula no todos los alumnos aprenden igual. Los aprendizajes previos, el nivel de maduración, la situación personal y familiar, los factores genéticos y de desarrollo son algunos de los aspectos que pueden marcar diferencias entre nuestros alumnos a la hora de aprender.

La tradicional concepción de la enseñanza, cuyo objeto se centraba en la consecución de unos objetivos marcados, ha incidido poco en la forma de aprender que tiene cada alumno, de forma que el fracaso se ha identificado con la no consecución de dichos objetivos sin prestar tanta atención a las características que condicionan el aprendizaje de cada uno.

Integrar ambos factores, consecución de unos objetivos en consonancia con las características individuales del alumno, debe aumentar el éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje al tener en cuenta más elementos de los que lo constituyen.

A los factores que inciden de forma más o menos homogénea en la mayor parte de las disciplinas de carácter teórico: desarrollo intelectual, pensamiento



abstracto, capacidad de síntesis, razonamiento lógico, se suman en nuestra área aquellos que vienen condicionados por el carácter eminentemente práctico de los contenidos impartidos. El caso típico del alumno que, teniendo brillantes éxitos en el resto de las áreas, fracasa en la nuestra por limitaciones de carácter físico (obesidad principalmente) o motor es un ejemplo con el que a menudo hemos de enfrentarnos.

Y no sólo en el caso anterior. La riqueza y variedad del carácter de los contenidos (condición física y salud, deportes individuales y colectivos, expresión corporal...) unidas a la gran importancia de los factores actitudinales y de relación dentro del trabajo en clase implican una gran variedad de respuestas en nuestros alumnos que muchas veces no vienen condicionadas simplemente por la no realización de una tarea o la consecución de un objetivo.

Como valoración inicial y punto de partida, la tendencia hacia una individualización del proceso de enseñanza se nos plantea como la clave para superar la gran diversidad en el aprendizaje que podemos observar en el alumnado, acercando los contenidos a sus capacidades y posibilidades.

### FACTORES CONDICIONANTES DEL APRENDIZAJE EN EF.

Para poder reflejar en nuestra programación medidas que acerquen la enseñanza a las características de cada alumno debemos definir cuáles son los factores que van a condicionar el aprendizaje. El ritmo de dicho aprendizaje viene marcado por:

a) **Grado de desarrollo motor.** Además del desarrollo intelectual, que afecta al aprendizaje en la mayor parte de las áreas, el grado de maduración motriz de nuestros alumnos a estas edades es un factor de gran importancia.

Este período, caracterizado por el inicio de la adolescencia, está marcado por la aparición de notables diferencias de desarrollo evolutivo entre nuestros alumnos. Si en los años anteriores existía un nivel de desarrollo más o menos homogéneo, es en estas edades cuando empiezan a aparecer diferencias



individuales, fruto de la variedad en la rapidez de crecimiento entre unos y otros. En estas edades, las chicas experimentan un mayor desarrollo, especialmente de las capacidades coordinativas, siendo más tardío el de los chicos.

Además de los rasgos propios del sexo, el desarrollo se manifiesta de forma distinta entre nuestros alumnos, dando origen a notables diferencias individuales. Aunque todos los alumnos tengan la misma edad biológica, podemos encontrar casos en los que ya se haya dado el estirón y se produzca un rendimiento motor de gran eficacia, junto a otros en los que apenas se noten diferencias respecto al año anterior, por darse un desarrollo más lento. Es frecuente encontrar dos alumnos con la misma edad y con niveles de desarrollo diferenciados: uno alto, con los rasgos puberales característicos ya definidos (cambio en las proporciones corporales, aumento de estatura, mayor rendimiento en cuanto a capacidades físicas, desarrollo de los rasgos sexuales) y otro en los que todavía no se hayan producido.

No podemos, por tanto, establecer un mismo nivel de exigencia para todos los casos, ya que iría en perjuicio de aquellos alumnos con un nivel de desarrollo más lento.

b) **Características individuales.** El factor genético no sólo afecta a la velocidad en el desarrollo. Hay alumnos mejor dotados de forma innata para la actividad física que otros. Debemos tener en cuenta que no es culpa del alumno ser «menos hábil» o tener sobrepeso, y no poder llegar a donde otros llegan no por decisión personal, sino por imperativos de su constitución o eficacia motriz innata. Cada día son más frecuentes los casos de asma y alergias entre nuestros alumnos; esto condiciona su rendimiento - especialmente en cuanto a la eficacia cardiorrespiratoria -por causas ajenas a su voluntad. La adaptación de la tarea a sus posibilidades evita aumentar la sensación de fracaso que el alumno encuentra al estar limitado.

c) **Experiencias previas.** La eficacia en las tareas puede venir también motivada por el bagaje motor que cada alumno tenga tras de sí. Algunos alumnos han recibido una Educación Física correctamente adaptada a sus posibilidades



evolutivas en etapas anteriores, o vienen practicando aprendizajes de habilidades específicas especialmente a través de la práctica deportiva en clubes mientras que otros están condicionados porque su aprendizaje no ha sido tan notable al no haber realizado actividades aparte de la Educación Física escolar o haber sido ésta limitada o no adecuada a su nivel de desarrollo. Hemos de resaltar en este último caso la incidencia que en nuestros alumnos pueden tener las experiencias negativas anteriores, generando un temor o recelo ante la actividad que puede ser superado con una adecuada orientación de la enseñanza. El entorno que rodea al alumno tanto social como familiar, también condiciona su disposición y motivación hacia la práctica de actividades físicas.

Un ejemplo bastante frecuente con el que nos tenemos que enfrentar especialmente en la práctica de deportes colectivos es la diferencia entre aquellos alumnos que vienen practicándolo en el ámbito competitivo desde hace años y los que tienen en nuestras clases el primer contacto con dicha actividad.

Los factores indicados determinan las características y posibilidades de cada uno de nuestros alumnos frente al área. Por supuesto, no podemos analizarlos o pretender aislarlos entre sí, ya que suelen darse relaciones entre los mismos. Debemos tenerlos en cuenta para evitar un sesgo no determinado por la voluntad del chaval, sino por factores que condicionan su actividad. El planteamiento del proceso de enseñanza debe atender a las posibilidades de aprendizaje del alumno. Hemos de destacar que en la atención a la diversidad no debemos centrarnos solamente en aquellos casos que supongan un retraso en el aprendizaje respecto a la media de los alumnos, sino también en todos aquellos que, por todos los factores anteriores, presenten una mayor facilidad para la asimilación y ejecución de tareas. La tendencia hacia la individualización de la enseñanza debe incidir sobre todos los alumnos, favoreciendo el refuerzo de los aprendizajes en aquellos casos con dificultades y evitando el estancamiento en los alumnos más favorecidos.



### 3.1.10.1. Generalidades sobre la atención al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.

Los aspectos tratados en el punto anterior reflejan los condicionantes que presentan nuestros alumnos a la hora de trabajar en clase. A continuación abordaremos los puntos que podemos considerar en nuestra programación para disminuir las diferencias no atribuibles directamente al trabajo que el alumno realiza en el aula. Todos ellos pasan por acercar el currículo a las características individuales de cada uno de ellos, favoreciendo la individualización de la enseñanza. Hemos de destacar que no se pretende disminuir el grado de exigencia, sino flexibilizarlo y dar al alumno distintos caminos u opciones para la consecución de los objetivos marcados.

Dentro de las posibilidades que tenemos de atención a la diversidad podemos distinguir:

**a) Adaptación curricular (significativa o no significativa).** El modelo abierto y flexible de elaboración del currículo permite realizar adaptaciones que, a través de modificaciones en el currículo de cada área, flexibilicen las condiciones del proceso de enseñanza para posibilitar el aprendizaje de cada alumno. Es la labor del profesor en el aula la que va a concretar dicha adaptación, reflejada en la presente programación.

**b) Organización de los recursos personales y materiales** dirigidos a los alumnos con necesidades educativas especiales. En aquellos centros acogidos a un Programa de Integración deberá reflejarse en el PEC una serie de medidas destinadas a posibilitar y facilitar el acceso de dichos alumnos a una vida escolar adaptada a sus características. Si bien esto corresponde a la organización general del centro, en nuestra área debido al carácter específico que la distingue del resto pueden realizarse determinadas adaptaciones que favorezcan el proceso de integración.



En cualquier caso, consideramos que la atención a la diversidad no debe ser un planteamiento genérico que se plasme circunstancialmente en algunos aspectos de la enseñanza, sino un proceso reflexivo y sistematizado que impregne toda la labor docente. Algunas características que debe reunir son:

- Debe plantearse de forma anticipada.
- Debe adaptarse a las características específicas de los alumnos del centro.
- No debe afectar a los componentes prescriptivos del currículo.

De las medidas expuestas, vamos a abordar la adaptación curricular y la organización de recursos dirigidos a alumnos con necesidad específica de apoyo educativo. Trataremos también un caso específico de nuestra área y que desde siempre ha supuesto un problema en la enseñanza: aquellos alumnos con limitaciones físicas de carácter transitorio o permanente, los tradicionalmente llamados “exentos”<sup>14</sup>.

---

<sup>14</sup>ORDEN de 10 de julio de 1995 por la que se regula la adaptación del currículo de la Educación Física para los alumnos con necesidades educativas especiales en el Bachillerato Unificado y Polivalente,... en la educación secundaria, así como la dispensa de la misma para los mayores de veinticinco años.



### 3.1.10.2. Adaptaciones curriculares: de acceso y no significativas.

La adaptación curricular dentro de la programación debe tender a posibilitar a todos los alumnos la consecución de un aprendizaje constructivo y significativo a través de modificaciones que flexibilicen las condiciones de desarrollo y permitan, a alumnos con distintos niveles de aprendizaje, motivaciones e intereses, posibilidades para desarrollar con éxito su actividad. Esta adaptación debe prever posibles soluciones a los problemas más frecuentes con los que nos vamos a encontrar. Por supuesto que con estas medidas no se va a conseguir una adecuada progresión en todos los casos, pero sí se van a disminuir las diferencias.

Debemos distinguir entre dos tipos de adaptación curricular:

**a) Adaptación curricular no significativa:** Son aquellos ajustes en la metodología, actividades, materiales, agrupamientos flexibles, o en la adecuación o eliminación de algunos objetivos y contenidos parciales, que den respuesta a las necesidades de los alumnos. No afectan a los componentes «prescriptivos» del currículum y suelen ser de carácter transitorio o puntual (Rodríguez, 1996, p. 273). Por lo tanto, son aquellas que introduce el profesor en su práctica cotidiana y que responden a modificaciones no relevantes del currículum (Piñar, 2000, p. 119).

En ocasiones puede realizarse la adaptación en los objetivos, dando prioridad a aquellos que se relacionan con capacidades básicas o instrumentales, ante la imposibilidad de trabajar con todos los alumnos al mismo nivel.

En otros casos se plantea la necesidad de actuar sobre los contenidos, suprimiendo aquellos que tengan un carácter más accesorio y complementario, para centrarse en los nucleares o fundamentales.

Otras veces será suficiente con realizar un cambio metodológico, proponiendo a los alumnos con dificultades tareas menos complejas que al resto de



sus compañeros, o prestándoles mayor atención en su trabajo individual o de grupo.

**b) Adaptación curricular significativa:** Es aquella que supone la modificación de uno o más elementos del currículum y/o de los elementos de acceso para los alumnos con necesidades educativas especiales (recursos espaciales, materiales y de comunicación), las cuales se deben a una discapacidad de tipo físico, psíquico o sensorial, si bien, es posible que determinados alumnos y grupos, provenientes de entornos sociales y culturalmente desfavorecidos, puedan necesitar de adaptaciones individuales del currículum (Piñar, 2000, p. 120).

Serán necesarias cuando las dificultades sean más globales y permanentes. Las modificaciones sí afectarán al currículo básico, porque se sustituyen o eliminan tanto contenidos esenciales o nucleares como objetivos generales que se consideran relevantes en las diferentes áreas curriculares. Consecuentemente se modifican, respectivamente, los criterios de evaluación (Rodríguez, 1996, p. 237).

El departamento ,en principio, no realizará ninguna adaptación curricular significativa durante este curso .Aunque debido al carácter abierto de las mismas y al desconocimiento de muchos alumnos que son nuevos ,esta decisión esta abierta a la evolución del alumnado durante del curso, por lo que no es descartable que a lo largo del mismo se pudieran producir algunas adaptaciones.

La atención a la diversidad a través de adaptaciones curriculares ha de seguir un orden progresivo desde la menos significativa a la más significativa, como se expone a continuación:

### **1. Adaptación en la evaluación:**

- Selección de criterios y estándares específicos de evaluación.
- Modificación de los instrumentos y procedimientos de evaluación y/o calificación.

### **2. Adaptaciones metodológicas.**



- Utilización de métodos y procedimientos alternativos.
- Selección de actividades alternativas.
- Selección de actividades complementarias.
- Utilización de materiales didácticos específicos.
- Modificación de los agrupamientos previstos.

### **3. Adaptaciones en los contenidos.**

- Priorización de los contenidos.
- Introducción de contenidos complementarios.
- Introducción de contenidos alternativos.
- Eliminación de contenidos.
- Secuenciación específica de contenidos.
- Organización específica de contenidos.

### **4. Adaptaciones de los objetivos.**

- Priorización de los objetivos.
- Introducción de objetivos complementarios.
- Introducción de objetivos alternativos.
- Eliminación de objetivos.
- Secuenciación específica de objetivos.

### **5. Modificación de la temporalización**

- Modificación de la temporalización prevista en un ciclo y/o etapa.
- Modificación de la temporalización de determinados contenidos u objetivos.

Algunas medidas que se pueden incluir en la adaptación curricular son las siguientes:

**a) Valoración inicial.** Un estudio inicial de los alumnos debe acercarnos a su realidad en cuanto a diversos factores:

- Características constitucionales y de desarrollo motor. A través de un estudio de los datos antropométricos (peso, talla, envergadura...) y de eficacia en la



conducta motriz (valoración de la condición física y del nivel de desarrollo de las cualidades motrices y habilidades básicas y específicas, así como de las habilidades expresivas). Para ello podremos establecer una serie de pruebas de sencilla ejecución que nos permitan valorar el nivel de cada alumno.

- Experiencias previas. A través de encuestas combinadas con las pruebas del apartado anterior, podemos llegar a hacer una aproximación de las distintas actividades realizadas por nuestros alumnos, tanto en la EF escolar como en la práctica de actividades físicas y deportes fuera de la escuela, y del nivel de progresión alcanzado en ellas. En este apartado, sería conveniente considerar aquellos casos en los que experiencias previas puedan haber supuesto un fracaso y hayan provocado en el alumno un miedo o un rechazo a la actividad fruto de la falta de éxito. Un ejemplo muy frecuente de esto último son aquellos alumnos que al haber tenido experiencias traumáticas en actividades físicas (golpes, lesiones) no progresan por el miedo generado por dichas experiencias.

Distinguiremos dos niveles de aplicación. La valoración inicial a principio de curso, especialmente en el primer curso, que nos servirá para el establecimiento de objetivos terminales, metodología, organización y evaluación, y la valoración a principio de cada unidad didáctica, que nos posibilitará adecuar el nivel de los contenidos y el grado de exigencia.

**b) Adaptación de los objetivos.** El establecimiento de una serie de objetivos cerrados de obligado cumplimiento puede llevarnos a una selección inicial que imposibilite, de partida, el éxito a determinados alumnos. Por el contrario, la flexibilización de los mismos dentro de unos márgenes favorece que el alumno encuentre mayores posibilidades para su consecución.

Esto lo podemos lograr estableciendo objetivos principales centrados en los aspectos más fundamentales que contemplen unos mínimos de referencia y objetivos secundarios que completen a los anteriores pero que no sean todos de obligado cumplimiento por parte de los alumnos.



**c) Selección y priorización de contenidos.** Es este uno de los aspectos de mayor importancia dentro de la adaptación curricular. Para la consecución de un mismo objetivo deben existir distintos caminos, distintos contenidos. La selección de los mismos tiene que plantearse en función de las posibilidades de cada centro.

Para posibilitar la consecución de los objetivos por parte de alumnos con distintos niveles debemos priorizar contenidos, de forma que haya unos mínimos y, a partir de ellos, otros de mayor grado de complejidad.

Otro camino para la atención a la diversidad es establecer un abanico de contenidos referidos a un mismo objetivo, dentro de los cuales el alumno deba escoger algunos de ellos en función de sus características, estableciendo suficiente variedad de contenidos dentro de unos límites como para permitir a cada alumno la consecución del objetivo planteado a través de los que más se adapten a sus posibilidades.

**d) Utilizar metodologías y estrategias didácticas más centradas en el proceso y en el alumno.** Los modelos instructivos, representados principalmente por el mando directo, tienden a centrarse más en el producto, fijando el éxito del proceso en unos resultados. El papel del alumno es menor, ya que el profesor determina de antemano cuál debe ser el resultado para todos sus alumnos. Si bien es necesario el establecimiento de unos patrones de actuación, los modelos de enseñanza guiados mediante la búsqueda permiten al alumno una mayor toma de conciencia e intervención, al tiempo que desarrollan su motivación.

En cualquier caso, el estilo de enseñanza escogido estará condicionado por las características de los contenidos que se van a desarrollar y por el nivel de dominio que sobre ellos tengan nuestros alumnos. La presentación de modelos de ejecución será más adecuada para aquellos tipos de contenidos que, por su carácter, requieran de una eficacia mínima para su desarrollo. También será adecuada para aquellos alumnos con mayores dificultades de aprendizaje. Cuando los alumnos presentan ya cierto dominio sobre las tareas, tienen a su alcance los recursos necesarios como para resolver problemas motores utilizando el bagaje



adquirido. En la medida de lo posible, debemos emplear estrategias didácticas que depositen inicialmente en el alumno la responsabilidad de encontrar «su respuesta» al problema. Esto refuerza el interés y la motivación hacia la actividad y permite al alumno un aprendizaje adaptado a sus posibilidades. A aquellos alumnos con mayores dificultades o retrasos en el aprendizaje les reforzaremos y haremos correcciones a través de la propuesta de modelos de ejecución adaptados a sus características que les permitan una mínima eficacia en la tarea.

**e) Proponer actividades diferenciadas.** Está directamente relacionado con lo expuesto en el párrafo anterior. Las tareas que dispongamos deben permitir una graduación, de forma que cada alumno ejecute unas variables en función del momento de aprendizaje en que se encuentre. Esto es importante tanto para los alumnos con dificultades en el aprendizaje como para los que tengan un nivel avanzado, ya que les permite no «descolgarse» de la clase.

Dentro de este aspecto debemos considerar la posibilidad de proponer actividades de refuerzo para aquellos alumnos con más dificultades. Lo ideal sería que pudiesen realizarlas con el profesor fuera de clase. En el caso de no poder hacerse, se pueden realizar programas específicos de mejora fuera del aula, cuya ejecución fuese parte de los contenidos previstos para dicho grupo de alumnos.

**f) Emplear materiales didácticos variados.** El grado de complejidad de la tarea viene también definido por los materiales que empleemos. Utilizar distintas cargas en trabajos de condición física, distintos tamaños de balón en los deportes colectivos (en función de las características antropométricas de los alumnos) son algunos ejemplos sencillos de realizar. Muchas veces buscamos aumentar la dificultad de la tarea proponiendo ejercicios nuevos que quizás un cambio brusco por la variación de circunstancias que el alumno puede no controlar y que son ajenas al objeto de la enseñanza. Esto podemos evitarlo manteniendo las características generales de la actividad y alterando los materiales didácticos.

La visualización de vídeos es también un elemento de gran ayuda para reforzar el aprendizaje.



***g) Aspectos de la evaluación.***

- Establecer criterios de evaluación graduados.
- No establecer criterios normativos cerrados de evaluación.
- Establecer criterios que valoren el nivel inicial del alumno y su grado de evolución en el aprendizaje.
- Proponer criterios complementarios de evaluación que permitan a los alumnos con más dificultades completar su evaluación a través de trabajos de carácter voluntario.
- Establecer distintas tareas para un mismo criterio entre las que los alumnos deben elegir. Estos criterios deben ser confeccionados de los contenidos establecidos, intentando fijar distintos caminos para verificar su cumplimiento, de forma que el alumno seleccione aquel que más se adecue a sus características. En este caso no se proponen distintos niveles de dificultad, sino posibilidades con una variación de carácter cualitativo en función de los intereses y capacidades de los alumnos.

Las medidas propuestas deben ayudar a reducir las dificultades para un aprendizaje significativo y constructivo en alumnos con niveles, experiencias previas e intereses distintos. Hemos de recordar, sin embargo, que es sobre todo a través de la función docente, de la intervención pedagógica del profesor en el aula, como se manifiesta y lleva a cabo la atención a la diversidad de los alumnos en el aula.



## ORGANIZACIÓN DE LOS RECURSOS HUMANOS Y MATERIALES DIRIGIDOS A LOS ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES.

Consideramos fundamental la adaptación de los recursos disponibles, tanto humanos como materiales, para favorecer la integración y el adecuado progreso en el aprendizaje de aquellos alumnos con necesidades educativas especiales. Pero la integración debe ser un proceso de ida y vuelta: por un lado, adecuar las posibilidades a los alumnos para su integración; por otro lado, incluir en el proceso de aprendizaje del resto de los alumnos, contenidos referidos a la especificidad de sus compañeros.

¿Cómo llevarlo a cabo? Consideramos necesario en los centros de integración establecer contenidos referidos a las actividades físico-deportivas que practican los alumnos discapacitados. Tan importante es que éstos se integren en la marcha del centro como que sus compañeros vivencien las circunstancias y limitaciones de su actividad y aprendan a valorar el esfuerzo que supone la adaptación. A este respecto hay experiencias llevadas a cabo con éxito en algunos centros de programación de unidades didácticas dedicadas a deportes adaptados: baloncesto en sillas de ruedas, fútbol-sala o prácticas con supresión de la vista, etc.

El planteamiento de este tipo de contenidos tiene una doble finalidad:

- Conocer y vivenciar las posibilidades que tienen las personas discapacitadas.
- Aumentar el bagaje motor de los alumnos con experiencias prácticas en las que la actividad se realiza en condiciones limitadas (los deportes con los ojos vendados desarrollan otras posibilidades perceptivas al no contar con la vista, los que se realizan con la silla de ruedas obligan a coordinar los desplazamientos y habilidades específicas en el tren superior).

Como hemos explicado con anterioridad, ésta es una situación específica de nuestra área. Distinguiremos aquellos alumnos que están limitados para realizar unas determinadas actividades, de aquellos que no pueden practicar actividad



física. Hemos de recordar que no existen los alumnos exentos ya que la Educación Física es una materia obligatoria.

Creemos que con un poco de imaginación y mucho trabajo y profesionalidad, podemos integrar en mayor o menor medida a este grupo de alumnos dentro de la marcha general del curso, haciéndoles sentirse más útiles y consiguiendo una mayor motivación y nivel de aprendizaje.

Consideramos de gran importancia evitar que estos alumnos se descuelguen de la marcha normal del área, lo que traerá consecuencias negativas para ellos (falta de motivación hacia el área, dificultades para integrarse con sus compañeros o para realizar nuevos aprendizajes) y para el profesor (falta de criterios para determinar la evolución de los alumnos, necesidad de proponer soluciones momentáneas y poco válidas para poder evaluarles).

Debemos considerar estos casos dentro de la programación, estableciendo programas específicos para ellos a través de un desarrollo curricular de posible realización.

## ALUMNOS CON DISCAPACIDAD FÍSICA GRAVE Y/O PERMANENTE

Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Como ejemplos, podemos tener alumnos con escoliosis de gran curvatura que precisan del uso de un corsé, casos de patologías cardíacas serias o de hipertiroidismo. Éstas son algunas de las posibilidades. Sus afecciones les permiten desarrollar una actividad normal en el resto de las áreas, pero les impiden realizar las actividades específicas de la nuestra, salvo en algunas prácticas de expresión corporal.

El establecimiento de los programas específicos para estos alumnos debe centrarse tanto en los contenidos adaptados (especialmente orientados hacia los conceptos y actitudes) como en los recursos didácticos que se van a emplear para

integrar a los alumnos en la marcha de la clase. Proponemos a continuación algunas posibilidades para llevarlos a cabo:

- Realización de trabajos relacionados con los contenidos que se están trabajando, para posteriormente exponerlos ante sus compañeros (lo cual otorga un carácter práctico y de utilidad a la tarea).
- Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.
- Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación...
- Existe la posibilidad de que los alumnos con desviación de columna, o con otro tipo de trastorno funcional, realicen los ejercicios prescritos por el médico durante las clases de Educación Física (cuando el contenido trabajado así lo permita).
- Recogida de marcas y datos.
- Colaboración con el profesor, observador de la práctica.
- Lectura y reseñas de libros<sup>15</sup>: En este caso se trata más bien de ocupar de una manera activa el tiempo que se debería dedicar a la práctica. Consideramos que bien podría tratarse de una fuente de animación a la lectura, relacionada con el plan de fomento de la misma que tiene el centro.

---

<sup>15</sup> Ver el apartado correspondiente en la etapa de Bachillerato



## ALUMNOS CON DISCAPACIDADES TRANSITORIAS Y/O CONTRAINDICADAS PARA UN DETERMINADO TIPO DE CONTENIDO.

Dentro de este grupo incluimos a aquellos alumnos que sufren una afectación que les impide realizar determinadas actividades. Esta afectación puede ser crónica o de larga recuperación (enfermedad de Osgood-Schlater, soplo fisiológico, escoliosis, asma) o temporal (esguince de tobillo, fractura de brazo).

Para el primer caso proponemos, además de los puntos citados en el apartado anterior, contenidos alternativos que tengan relación, en la medida de lo posible, con los planteados en la programación para el resto del alumnado. Vamos a poner dos ejemplos.

Imaginemos un alumno con enfermedad de Osgood-Schlater que le impide realizar carreras de larga duración y, por tanto, no puede participar en los trabajos de resistencia aeróbica a través de carrera continua. La opción podría ser un programa específico de desarrollo de resistencia muscular a través de una serie de ejercicios de intensidad media-baja con un número alto de repeticiones. Este programa lo llevaría a cabo en el aula o gimnasio al mismo tiempo que sus compañeros realizan el suyo correspondiente.

Otro ejemplo puede ser el de alumnos con escoliosis que les impide realizar ejercicios dentro de alguna unidad didáctica relacionada con cualidades motrices y/o condición física. Una alternativa podría ser la elaboración de coordinaciones con distintos equilibrios sobre una pierna, con un compañero, en altura, reequilibraciones, giros sobre el eje longitudinal, etc., o la elaboración de una coreografía sobre una base musical.

Para los alumnos que padezcan una discapacidad transitoria (lesionados temporales), proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que realicen las actividades que sean compatibles con la lesión durante el tiempo que ésta permanezca, así como la amplia gama de actividades y tareas recogidas en la página anterior.



## MEDIDAS DE REFUERZO EDUCATIVO DIRIGIDAS A LOS ALUMNOS DE LA ESO QUE PRESENTEN DIFICULTADES DE APRENDIZAJE

Respecto a esta situación, podemos encontrarnos 2 casos claramente diferenciados: en primer lugar, aquellos alumnos que necesitan dichas medidas de refuerzo por no haber superado 1 o varios trimestres a lo largo del propio curso; en segundo, aquellos alumnos que aun habiendo promocionado, lo han hecho por imperativo legal y/o con informes académicos que aseguran pudieran tener dificultades de aprendizaje<sup>16</sup>.

a) **Medidas de refuerzo para alumnos dentro del propio curso de la ESO.** Cada profesor determinará si el alumno ha alcanzado los objetivos del curso en base al tipo y grado de las capacidades desarrolladas. Debemos comprender que los criterios de evaluación se refieren a un curso y no a un trimestre o UD concreta. Es por esto que un alumno puede tener suspensa alguna UD o trimestre y considerarse que ha alcanzado los objetivos. En caso de no ser así, el profesor establecerá los procedimientos de evaluación adecuados en función de los aspectos a recuperar.

b) **Medidas de refuerzo para alumnos con informe académico sobre posibles dificultades de aprendizaje.** En este caso, el profesor, previa evaluación inicial y tras recabar información procedente del departamento de orientación y el profesor que impartió clase al alumno el curso anterior, determinará las medidas de refuerzo educativo adecuadas en función de la situación particular de cada uno de los alumnos que puedan precisarlas.

---

<sup>16</sup> Dentro de este último grupo podríamos incluir a aquellos alumnos catalogados como con necesidades educativas especiales. No obstante, el proceso llevado a cabo para estos alumnos estará determinado por la evaluación inicial realizada y las informaciones recibidas por el departamento de orientación



En todo caso, estas actuaciones estarán dirigidas (principalmente) a uno o varios de los siguientes puntos:

- Aspectos relacionados con la comprensión y expresión oral y escrita (especialmente en el caso de alumnos extranjeros).
- Aspectos relacionados con las relaciones interpersonales dentro del grupo-aula y/o del centro.
- Aspectos relacionados con la autonomía y el equilibrio personal (problemas relacionados con la autoestima, por ejemplo).
- Aspectos relacionados con el estilo y ritmo de aprendizaje personal.
- Aspectos relacionados con la motivación, actitud y predisposición hacia el estudio.

En cualquier caso, estas medidas de refuerzo y apoyo educativo, podrán conllevar la realización de modificaciones en diferentes aspectos relacionados con la metodología (actividades, recursos, tiempos y espacios, entre otros) y la evaluación (procedimientos e instrumentos, actividades y/o criterios de evaluación) y calificación.



3.1.11. Secuencia ordenada de las unidades temporales de programación que se van a emplear durante el curso escolar: unidades didácticas, unidades temáticas, proyectos u otros.

Temporalización de contenidos

1ºBachillerato - 1ªEvaluación	SESIONES
Presentación	1
Evaluación inicial del alumnado	2
U.D. 1. Primeros Auxilios	7
U.D. 2. Deportes de contacto: judo	7
U.D. 3. Capacidades física básicas: entrenador personal	7
Total	24
1ºBachillerato - 2ªEvaluación	
U.D. 4. Circo: malabares y cuerdas	8
U.D. 5. Expresión Corporal: composición coreográfica	8
U.D. 6. Competición: bádminton/hockey/tenis	7
Total	23
1ºBachillerato - 3ªEvaluación	
U.D. 7. Competición: vóley/basket/balonmano	12
U.D. 8. Aproximación a la escalada.	4
U.D. 9. Orientación.	4
Total	20



Mapa de relaciones de los contenidos

Unidades Didácticas	Competencias específicas	Descriptorios operativos	Criterios de evaluación	Contenidos
<b>1ª Evaluación</b>				
<b>U.D. 1. Primeros Auxilios</b>	1	1: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.	1.6, 1.7, 1.8, 1.9	B.4, B.5, B.6 D.1, D.2, D.5, D.6 F.4
<b>U.D. 2. Deportes de contacto: judo</b>	2, 3	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 3: CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2, CC3	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 3.1, 3.2, 3.3	B.4 C.1, C.2, C.4, C.5 D.1, D.2, D.5, D.6 E.1 F.4
<b>U.D. 3. Capacidades física básicas: entrenador personal</b>	1	1: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.	1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 1.7, 1.8, 1.9	A.1, A.2, A.3 B. 1, B.2, B.3, B.4 C.3 D.4, D.5, D.6 F.1, F.4
<b>2ª Evaluación</b>				
<b>U.D. 4. Circo: malabares y cuerdas</b>	2, 4	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 4: STEM5, CD2, CPSAA1.2, CC1, CCEC1, CCEC3.2, CCEC4.1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 4.1, 4.2	B.4 D.5, D.6 F.4
<b>U.D. 5. Expresión Corporal: composición coreográfica</b>	2, 4	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 4: STEM5, CD2, CPSAA1.2, CC1, CCEC1, CCEC3.2, CCEC4.1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 4.1, 4.2	A.2 B.4 C.5 D.2, D.5, D.6 E.2, E.3 F.4
<b>U.D. 6. Competición: bádminton/hockey/tenis</b>	2	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.	2.1, 2.2, 2.3, 2.4	B.4 C.2, C.4

				D.1, D.5, D.6 F.4
<b>3ªEvaluación</b>	<b>Competencias específicas</b>	<b>Descriptorios operativos</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Contenidos</b>
<b>U.D. 7. Competición: voley/basket/balonmano</b>	2, 3	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 3: CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2, CC3	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 3.1, 3.2, 3.3	B.4 C.2, C.4, C.5 D.3, D.5, D.6 E.1 F.4
<b>U.D. 8. Aproximación a la escalada.</b>	2, 5	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 5: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 5.1, 5.2	B.4. C.5 D.1, D.5, D.6 F.2, F.3, F.4, F.5, F.6
<b>U.D. 9. Orientación.</b>	2, 5	2: STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3. 5: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1	2.1, 2.2, 2.3, 2.4 5.1, 5.2	B.4 C.2, C.5 D.5, D.6 F.2, F.3, F.4, F.5, F.6



### 3.1.12. Orientaciones para la evaluación de la programación de aula y de la práctica docente.

La evaluación de la práctica docente hace referencia a la forma peculiar que tiene el docente de impartir la clase, es decir, la entiende como evaluación del desempeño profesional del profesorado (Blázquez, 2017). Además, el alumnado construye los aprendizajes a través de las acciones que realiza el profesorado con los recursos y posibilidades que tiene siendo cada profesor diferente en la forma de presentar llevar a cabo todo esto. Esta circunstancia recomienda realización de la evaluación de la práctica docente. Ésta no tiene otra finalidad que la de revisar las acciones particulares de cada profesor con el fin de mejorarlas, con la seguridad de que mejorando éstas se mejorará inevitablemente la calidad del progreso educativo del alumnado, que es el objetivo último y fundamental de la evaluación. La actuación del profesorado es uno de los factores que más influye en la calidad de la enseñanza. Ante el mismo proceso de enseñanza y con distinto profesor diferente resultado, por este motivo hay que evaluarlo también (Blázquez, 2017).

La evaluación del proceso de enseñanza, la programación didáctica, se llevará a cabo a través del instrumento:

NIVELES						
Nunca	Casi nunca	A veces	Generalmente	Casi siempre	Siempre	
1	2	3	4	5	6	
<b>EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE</b>						
<b>Cumplimiento del Programa</b>						
El docente aclara los objetivos y contenidos que se van a tratar	1	2	3	4	5	6
El trabajo diario responde a los objetivos y contenidos de la materia	1	2	3	4	5	6
Los objetivos establecidos son alcanzables por los alumnos	1	2	3	4	5	6
El grado de dificultad de los contenidos es adecuado	1	2	3	4	5	6
Puedo aplicar fuera del aula lo que he aprendido en clase	1	2	3	4	5	6
Los criterios de evaluación son bien explicados	1	2	3	4	5	6
El profesor pone la nota tal cual nos lo explicó	1	2	3	4	5	6
La evaluación esta relacionada con las actividades realizadas	1	2	3	4	5	6
Los contenidos más importantes se han visto durante el trimestre	1	2	3	4	5	6
<b>Forma de impartir clase</b>						
El profesor explica correctamente	1	2	3	4	5	6
La información inicial es suficiente y clara	1	2	3	4	5	6
Se explica el porqué de los errores cometidos	1	2	3	4	5	6
El profesor presenta la tarea con un lenguaje comprensible	1	2	3	4	5	6
Me proporciona información que me ayuda a mejorar el aprendizaje	1	2	3	4	5	6
El profesor explica de forma adecuada	1	2	3	4	5	6
Facilita la reflexión sobre lo que ha sucedido durante las tareas	1	2	3	4	5	6
Las fuentes de información propuestas son útiles	1	2	3	4	5	6
El profesor me ha evaluado con justicia y objetividad	1	2	3	4	5	6
La duración de las pruebas es adecuada	1	2	3	4	5	6
El profesor crea un clima de aula que me motiva para la practica	1	2	3	4	5	6

El contenido teórico permite una mejor comprensión de la práctica	1	2	3	4	5	6
La práctica diaria permite una mejor comprensión de la teoría	1	2	3	4	5	6
<b>Control y dominio sobre la clase</b>						
Alumnos y alumnas tienen la misma participación en clase	1	2	3	4	5	6
El profesor domina los contenidos de la materia	1	2	3	4	5	6
El docente minimiza los tiempos de espera improductivos	1	2	3	4	5	6
<b>Utilización de recursos didácticos</b>						
Las instalaciones se encuentran en buen estado	1	2	3	4	5	6
El profesor aprovecha los recursos materiales de forma adecuada	1	2	3	4	5	6
Los trabajos realizados me parecen interesantes	1	2	3	4	5	6
<b>Dedicación del profesor</b>						
Muestra disponibilidad para resolver dudas	1	2	3	4	5	6
Desde mi punto de vista, el profesor prepara las clases	1	2	3	4	5	6
En general, estoy satisfecho con la labor del profesor	1	2	3	4	5	6



### 3.1.13. Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

Además de la evaluación diaria que hará el docente del proceso de aprendizaje del alumnado, se realizará una evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje analizando la adecuación y cumplimiento de la Programación didáctica para conseguir los objetivos marcados. De este modo y tomando como referencia a Blázquez (2017) quien afirma que la evaluación del proceso de enseñanza debe ser realizada de forma pre-interactiva, interactiva y post-interactiva. Teniendo en cuenta todo esto tenemos varias posibilidades, realizando siempre antes, durante y después la evaluación desde una perspectiva real.

Es especialmente relevante destacar que los resultados de estas evaluaciones se deben reflejar en la memoria final del curso para tener presentes los resultados el próximo curso.

La evaluación del proceso de enseñanza, la programación didáctica, se llevará a cabo a través del instrumento:

NIVELES										
Nunca	Pocas Veces	En ocasiones	Generalmente	Casi Siempre	Siempre					
1	2	3	4	5	6					
<b>EVAUACIÓN PRE-INTERACTIVA DEL PROCESO DE ENSEÑANZA</b>										
<b>LISTA DE CONTROL</b>					<b>SI</b>	<b>NO</b>				
La programación docente obedece los criterios para su elaboración, establecidos por la Comisión de Coordinación Pedagógica										
La programación didáctica cumple todos los ítems descritos en el Decreto 40/2022, de 29 de septiembre										
Se contribuye a la adquisición de todas las competencias clave										
Se aplican todos los criterios de evaluación										
<b>ESCALA NUMÉRICA</b>										
Se han tenido presente las características de los alumnos, así como la ubicación y el contexto socioeconómico del centro					1	2	3	4	5	6
Los objetivos son susceptibles de ser alcanzados por los alumnos					1	2	3	4	5	6
Los contenidos ha sido seleccionados de forma apropiada					1	2	3	4	5	6
Existe coherencia entre objetivos y contenidos					1	2	3	4	5	6
La temporalización y secuenciación de las unidades es adecuada					1	2	3	4	5	6
Se trabajará la educación transversal en valores a lo largo del curso					1	2	3	4	5	6
Las actividades planteadas son variadas y motivantes					1	2	3	4	5	6
La metodología elegida contribuye a la mejora del clima de aula					1	2	3	4	5	6
Se incluyen métodos y estilos de enseñanza apropiados para cada contenido					1	2	3	4	5	6
Se combinan de forma correcta modelos competenciales y modelos específicos para el desarrollo de las unidades didácticas					1	2	3	4	5	6
Hay posibilidad para realizar adaptaciones curriculares individuales					1	2	3	4	5	6
Los procedimientos e instrumentos de evaluación son adecuados					1	2	3	4	5	6
Se han introducido agentes de evaluación que ceden protagonismo y autonomía al alumnado					1	2	3	4	5	6



Existe equilibrio entre los estándares utilizados para calificar	1	2	3	4	5	6
Se evalúa correctamente por tareas (práctica social de referencia)	1	2	3	4	5	6
El número de sesiones en cada unidad es el adecuado	1	2	3	4	5	6
El plan de fomento de la lectura se ajusta a la realidad	1	2	3	4	5	6
Las actividades extraescolares son coherentes y motivantes	1	2	3	4	5	6
Se tienen en cuenta las premisas del plan de calidad	1	2	3	4	5	6
<b>CUESTIONARIO</b>						
Escribe los puntos fuertes y débiles en el diseño de la programación docente:						
Enumera 2 posibles propuestas de mejora:						

## La metaevaluación

Es una evaluación sobre la calidad de la propia evaluación, siendo esto un criterio defendido por autores como (Blázquez, 2017). Para ello, el docente aplicará un instrumento de evaluación mixto en dos ocasiones a lo largo del curso escolar.

NIVELES						
Nunca	Casi nunca	A veces	Generalmente	Casi siempre	Siempre	
1	2	3	4	5	6	
<b>META-EVALUACIÓN</b>						
<b>Aprendizaje del alumno</b>						
Los instrumentos utilizados me han facilitado suficiente información	1	2	3	4	5	6
Los instrumentos se han adaptado para atender a la diversidad	1	2	3	4	5	6
El proceso de evaluación ha sido diseñado de manera sistemática	1	2	3	4	5	6
Las conclusiones extraídas de la evaluación han permitido reajustar el proceso de enseñanza	1	2	3	4	5	6
Los mecanismos para hacer efectivos los cambios que derivan de la evaluación han funcionado	1	2	3	4	5	6
La evaluación inicial aporta información valiosa	1	2	3	4	5	6
La evaluación reguladora se ha aplicado correctamente	1	2	3	4	5	6
La evaluación final permite extraer conclusiones que pueden ser aplicadas en procesos posteriores	1	2	3	4	5	6
La duración de las pruebas ha sido adecuada	1	2	3	4	5	6
Se han evaluado todos los estándares de aprendizaje	1	2	3	4	5	6
Los niveles de logro de los estándares han resultado adecuados	1	2	3	4	5	6
Los estándares han sido evaluados a través de tareas	1	2	3	4	5	6
Se han aplicado favorablemente todos los agentes de evaluación	1	2	3	4	5	6
La autoevaluación y coevaluación han aportado las ventajas esperadas	1	2	3	4	5	6
Las pruebas extraordinarias han funcionado correctamente	1	2	3	4	5	6
<b>Proceso de enseñanza</b>						
Los instrumentos me han aportado información valiosa y suficiente	1	2	3	4	5	6



Los instrumentos cumplen con los requisitos de rigor y control	1	2	3	4	5	6
Se han podido extraer conclusiones con el objetivo de tomar decisiones para mejorar el proceso de enseñanza	1	2	3	4	5	6
Las decisiones tomadas han funcionado de manera correcta	1	2	3	4	5	6
Los momentos de evaluación han sido suficientes y oportunos	1	2	3	4	5	6
Los agentes de evaluación han sido los adecuados	1	2	3	4	5	6
<b>Práctica docente</b>						
Los instrumentos me han aportado información valiosa y suficiente	1	2	3	4	5	6
Los instrumentos han sido económicos	1	2	3	4	5	6
Los instrumentos satisfacen los requisitos de rigor y control	1	2	3	4	5	6
La evaluación ha cumplido su carácter formativo	1	2	3	4	5	6
<b>Cuestionario</b>						
- ¿Qué aspectos podrían ser mejorados?						



## 2 4-MEDIDAS PARA EL FOMENTO DE LA LECTURA.

Además de las actuaciones que se propongan de forma general desde el centro y el Plan de Fomento de la Lectura, el departamento de EF, podrá proponer algunas actividades y estrategias para promover el hábito de los alumnos por la lectura. Entre éstas podemos citar

1. Búsqueda de información en libros, páginas web... a las preguntas y cuestiones que diariamente se realizarán en cada una de las sesiones.
2. Realización de trabajos sobre temas de interés personal relacionados con la materia.
3. Posibilidad de leer novelas, libros de divulgación... y trabajar posteriormente sobre su contenido.
4. Entrega de fotocopias de artículos de prensa relacionados con los contenidos trabajados en clase: posterior trabajo sobre ellos.
5. Contribuir a la mejora del catálogo de la biblioteca del centro con la recomendación de libros con temática d la asignatura.
6. Breve exposición oral en clase de los trabajos realizados.



### **3 5-PLANES DE REFUERZO Y RECUPERACION PARA ALUMNOS CON LA MATERIA PENDIENTE.**

#### **Identificación de alumnos con la materia de Educación Física pendiente.**

Para el primer curso de bachillerato es imposible encontrarse con alumnado que deba recuperar la asignatura de Educación Física de cursos anteriores. Sin embargo, sí que podría encontrarse el caso de discentes con la materia suspendida en el segundo curso de bachillerato. Por este motivo, se ha desarrollado el siguiente apartado a modo de ejemplo, debido a que en el presente curso 2022/2023 no hay ningún estudiante con la asignatura pendiente.

#### **Planes de refuerzo y recuperación de los conocimientos y competencias no adquiridas por los alumnos con la materia pendiente de cursos anteriores.**

Los alumnos con asignatura pendiente de otros años, atendiendo al carácter de evaluación continua y progresiva de la materia de educación física, tienen la siguiente manera de recuperar la asignatura:

- Deberán realizar el correspondiente trabajo que será:



# TRABAJO ALUMNOS CON MATERIA PENDIENTE.

## EDUCACIÓN FÍSICA

### LAS CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS:

- 1-FUERZA
- 2-FLEXIBILIDAD
- 3-VELOCIDAD
- 4-RESISTENCIA

El trabajo debe ser realizado a mano y deberá ajustarse al siguiente guión:

- 1-Definición de cada cualidad física.
- 2-Características principales de las mismas.
- 3-Forma y métodos de entrenamiento para trabajarlas.
- 4- Realizar un plan de entrenamiento personal para un mes.
- 5- Aspectos nutricionales relevantes.

El trabajo deberá entregarse como fecha tope el  
Viernes 17 de Mayo del 2024.



## 4 BIBLIOGRAFÍA

### REFERENCIAS LEGISLATIVAS

- **Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre**, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación
- **Real Decreto 243/2022, de 5 de abril**, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.
- **DECRETO 40/2022, de 29 de septiembre**, por el que se establece la ordenación y el currículo del bachillerato en la Comunidad de Castilla y León.

### BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA

- Barbero, J.I. (1991): La construcción del dispositivo de lo deportivo, Perspectivas de la actividad física y el deporte 7, INEF de Castilla y León. León.
- Blázquez, D. (1994: 45-64): La evaluación de la Educación Física en el Proyecto Curricular, en La Educación Física en la reforma (Cursos de verano en el INEF de Castilla y León), Junta de Castilla y León, León.
- Blázquez, D. (1997: 375-396): La evaluación de la educación física. Evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje, en HERNÁNDEZ, J. (1997): Salud, Deporte y Educación. ICEPSS Editores. Gran Canaria.
- Bores, N. J. (2001): El cuaderno del alumno en la concreción definitiva de cada unidad didáctica, en *Ágora para la Educación Física y el Deporte 1*. Valladolid, 85-96.
- Cabrera, D. y Ruiz, G. (1996: 485-512): Elementos metodológicos dentro de la didáctica de la Educación Física, en MARRERO, G. Y REPETTO, E. (1996): Estrategias de intervención en el aula desde la LOGSE. ICEPSS. Gran Canaria.
- Cagigal, J.M: (1985) Deporte: espectáculo y acción, Salvat, 2ª ed., Barcelona.
- Chivite, M. y otros (1988: 9-36): Instrumentos de evaluación en Educación Física en las Enseñanzas Medias, en VV.AA. (1988): Aspectos didácticos de Educación Física, 2. Cometa S.A., Zaragoza.
- Contreras, O. (1997: 229-260): Didáctica de la Educación Física, en CASTEJÓN, F. (1997): Manual del maestro especialista en Educación Física. Pila Teleña. Madrid.
- Contreras, O. (1998): Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista. INDE. Barcelona.
- Cortés, N. Astrain, C., BARBERO, J.I.: (1996) El deporte en la escuela. Narración en torno a una práctica de investigación-acción, en Actas del XIV



Congreso de E.U. Magisterio, Guadalajara, Universidad de Alcalá, 31-38.

- Delgado, M. A. (1991): Los estilos de enseñanza en la Educación Física. ICE Universidad de Granada. Granada.
- Díaz-Torres, A. (1995; 303-334): La evaluación en la reforma, en Marrero, G. Y Repetto, E. (1996): Estrategias de intervención en el aula desde la LOGSE. ICEPSS. Gran Canaria.
- Díaz, J. (1994): El currículum de la Educación Física en la reforma educativa. INDE. Barcelona.
- Fraile, A. (1995): El maestro de educación física y su cambio profesional. AMARÚ Ediciones. Salamanca.
- Fraile, A. (1997: 345-358): Metodología y estrategias de enseñanza en el ámbito de la actividad físico-deportiva, en HERNÁNDEZ, J. (1997): Salud, Deporte y Educación. ICEPSS Editores. Gran Canaria.
- Fraile, A. y otros (1993): Materiales didácticos: Educación Física 4º Curso. MEC. Zaragoza.
- García, M.: (1993): Tiempo libre y actividad deportiva de la juventud en España. Instituto de la Juventud. Madrid.
- González, R. (1995): Secundaria Obligatoria 2º Ciclo. Programación Educación Física (1). MEC. Madrid.
- Jiménez, F. (1997: 327-343): Intervención pedagógica en la actividad física y el deporte, en HERNÁNDEZ, J. (1997): Salud, Deporte y Educación. ICEPSS Editores. Gran Canaria.
- Kirk, D. (1990): Educación Física y currículum. Universidad de Valencia. Valencia.
- Knapp, B. (1981): La habilidad en el deporte. Miñón. Valladolid.
- Larousse (1996): Manual práctico de expresión escrita. LAROUSSE PLANETA. Barcelona.
- Lleixá, T. (2007). Educación física y competencias básicas. Contribución del área a la adquisición de las competencias básicas del currículo. Tándem. Didáctica de la Educación Física, 23, 31-37.
- López-González, P. (1997): El Área de Educación Física y el alumnado con Discapacidad Motora. MEC. Madrid.
- López-Pastor, V.M. (1999). Prácticas de evaluación en educación física: estudio de casos en Primaria, Secundaria y formación de profesorado. Valladolid: Universidad de Valladolid.
- López-Pastor, V.M. (coord.) (2006). La Evaluación en Educación Física: revisión de los modelos tradicionales y planteamiento de una alternativa: la evaluación formativa y compartida. Buenos Aires: Miño y Dávila.
- López-Pastor, V.M., González-Pascual, M. y Barba, J.J. (2005). La participación del alumnado en la evaluación: la autoevaluación, la coevaluación y la evaluación compartida. Tándem: Didáctica de la Educación Física, 17, 21-37.
- López-Pastor, V.M., Barba, J.J., Monjas, R., Manrique, J.C., Heras, C. y González-Pascual, M. (2007). Trece años de evaluación compartida en Educación Física. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, 26, 69-86.



- López-Pastor, V.M., Monjas, R., Manrique-Arribas, J.C., Barba, J.J. y González-Pascual, M. (2008). Implicaciones de la evaluación en los enfoques de educación física cooperativa. El papel de la evaluación formativa y compartida en la necesaria búsqueda de coherencia. *Cultura y Educación*, 4 (20), 457-477.
- López-Pastor, V. M. (2000): Buscando una evaluación formativa en EF: análisis de la realidad existente, presentación de una propuesta y análisis general de su puesta en marcha, en *Revista Apunts* 62, Barcelona, 16-26.
- Mahillo, J. (1993): ¿Sabes estudiar?. Método para aprobar a la primera. ESPASA CALPE. Madrid.
- Márquez, S.: (1992) El deporte y su influencia en la psicología infantil, Curso de actualización en la actividad física y el deporte en el niño, León.
- Martín, A. (1995): El ejercicio físico como estrategia de salud. Junta de Castilla y León
- Martín-Caro, L. (1990): Definición y clasificación, en *Las necesidades educativas especiales del niño con deficiencia motora*. CENTRO NACIONAL DE RECURSOS PARA LA EDUCACIÓN ESPECIAL. Madrid. MEC-Centro de Desarrollo Curricular.
- Martínez, F, (1996: 159- 214): Los ejes transversales del currículo, en MARRERO, G. Y REPETTO, E. (1996): *Estrategias de intervención en el aula desde la LOGSE*, ICEPSS, Gran Canaria.
- Martínez-Fornes, S. (1994): *La obsesión por adelgazar. Bulimia y anorexia*. Espasa Calpe. Madrid.
- Mascaró I Pons, J. (1988): *El cuerpo como texto*. En VV.AA.: *Aspectos didácticos de Educación Física 2*. ICE. Zaragoza
- Mato, M. C., y otros (1996: 335-392): Recursos didácticos I, en MARRERO, G. Y REPETTO, E. (1996): *Estrategias de intervención en el aula desde la LOGSE*. ICEPSS EDITORES. Gran Canaria.
- MEC (1992a). *Materiales para la Reforma. Guía General. Secundaria*. Madrid: Servicio de publicaciones.
- MEC (1992b). *Materiales para la Reforma. Educación Física. Secundaria*. Madrid: Servicios de publicaciones.
- MEC (1992c). *Materiales para la Reforma. Proyecto curricular. Primaria*. Madrid: Servicio de publicaciones.
- MEC (1992d). *Materiales para la Reforma. Orientaciones didácticas. Infantil*. Madrid: Servicio de publicaciones.
- MEC (1992e). *Materiales para la Reforma. Orientación y tutoría. Secundaria*. Madrid: Servicio de publicaciones.
- MEC (1992f). *Materiales para la Reforma. Orientaciones didácticas. Secundaria*. Madrid: Servicio de publicaciones.
- MEC (1996). *Programación. Secundaria*. Madrid: Centro de Publicaciones. Secretaría General Técnica.
- MORENO, F. (2000): Informe sobre el currículum de Educación Física que pudo ser, en *Revista Española de Educación*



Física y Deportes 4, COPLEF y CAFD, Madrid, 5-21.

- Mosston, M. (1993): La enseñanza de la Educación Física. Hispano Europea. Barcelona.
- Moya, J. y Luengo, F. (coords.). (2009). Las competencias básicas en la práctica. Madrid: Proyecto Atlántida.
- Moya, J. y Luengo, F. (coords.). (2010). Estrategias de cambio para mejorar el currículo escolar. Madrid: Proyecto Atlántida.
- Moya, J. y Luengo, F. (coords.). (2011). Teoría y Práctica de las Competencias básicas. Barcelona: Graó.
- Pérez Pueyo, A. y Casanova Vega, P. (Coord) (2009). La Programación de las Competencias Básicas en los Centros Educativos: una propuesta práctica para primaria y secundaria. León: ALPE Servicios Docentes Profesionales, S.L.
- Pérez-Pueyo, A. y Casanova, P. (2012). Análisis de diferentes propuestas de desarrollo de las competencias básicas. Revista Española de Educación Física y Deportes. 397 (2), 13-36.
- Pérez-Pueyo, A. y Casanova, P. (coords.). (2010a). La programación de las competencias básicas en los colegios de infantil y Primaria: una propuesta práctica de secuenciación por ciclos. Madrid: CEP Editorial.
- Pérez-Pueyo, A. y Casanova, P. (Coords.). (2010b). La Programación de las Competencias Básicas en la Educación Secundaria Obligatoria: Una propuesta de secuenciación por cursos. Madrid: CEP Editorial.
- Pérez-Pueyo, A. y García-López, J. (2004a). Educación física y entorno natural: un viaje inolvidable. 2º Congreso Internacional: Las Actividades Física en el Medio Natural en la Educación Física Escolar. Universidad de Valladolid. Actas del Congreso. CD-rom. Asociación Cultural Cuerpo, Ecuación y Motricidad. Palencia.
- Pérez-Pueyo, A. y García-López, J. (2004b). Trabajo de interdisciplinariedad entre la física y la educación física a través de las actividades en el medio natural. 2º Congreso Internacional: Las Actividades Física en el Medio Natural en la Educación Física Escolar. Universidad de Valladolid (Palencia). Actas del Congreso. CD-rom. Asociación Cultural Cuerpo, Ecuación y Motricidad. Palencia.
- Pérez-Pueyo, A. y López-Pastor, V.M. (2010). La evaluación de las unidades didácticas de educación física: base legal, análisis de tópicos y ejemplificación. Tándem: Didáctica de la educación física, 33, 109-120.
- Pérez-Pueyo, A. (2004). Interdisciplinariedad, actitudes, la educación física y entorno natural: un viaje inolvidable. 2º Congreso Internacional: Las Actividades Física en el Medio Natural en la Educación Física Escolar. Universidad de Valladolid. Actas del Congreso. CD-rom. Asociación Cultural Cuerpo, Ecuación y Motricidad. Palencia.
- Pérez-Pueyo, A. (2005). Cuerdas, columpios, puentes de mono y de escala: el qué, el cómo el porqué y el para qué del trabajo interdisciplinariedad y actitudinal e



- Educación Física. 3er Congreso Internacional: Las Actividades Física en el Medio Natural en la Educación Física Escolar. Universidad de Valladolid. Actas del Congreso. CD-rom. Asociación Cultural Cuerpo, Ecuación y Motricidad. Palencia.
- Pérez-Pueyo, A. (2005). Estudio del planteamiento actitudinal del área de Educación Física de la Educación Secundaria Obligatoria en la LOGSE: Una propuesta didáctica centrada en una metodología basada en actitudes. León: Universidad de León.
  - Pérez-Pueyo, A. (2008). Interdisciplinariedad, cooperación y medio natural. La Peonza. Revista de Educación Física para la paz (nueva época), 3, 13-28.
  - Pérez-Pueyo, A. (2010a). El Estilo Actitudinal. Propuesta metodológica para desarrollar unidades didácticas en educación física. Madrid: Editorial CEP S.L.
  - Pérez-Pueyo, A. (2010b). Fiestas, escenarios y espectáculos en la calle: la satisfacción de conseguir que los demás disfruten. Tándem nº 32. Pp. 25-35. Barcelona: Grao.
  - Pérez-Pueyo, A. (2012a). Las competencias básicas desde la programación didáctica a la programación de aula. Una propuesta concreta en el marco del estilo actitudinal. Revista Española de Educación Física y Deportes. 398 (3) 35-58.
  - Pérez-Pueyo, A. (2012b). Las competencias básicas en Educación Física: ¿evaluación o calificación? Revista Española de Educación Física y Deportes. 397 (2), 37-49.
  - Pérez-Pueyo, A., Vega, D., Casanova, P. y Herrán, I. (2007). Caminando hacia la LOE: Aspectos relevantes para la Educación Física. Actas del VII Congreso Internacional sobre la enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar. Badajoz
  - Pérez-Pueyo, A. (Coord.) (2013). Programar y evaluar competencias básicas en 15 pasos. Barcelona: Graó.
  - Piaget, J. (1975, 298-301): Del pensamiento concreto al pensamiento formal, en LEIF, J. Y JUIF, P. (1975): Textos de psicología del niño y del adolescente. NARCEA. Madrid.
  - Pieron, M. (1988): Didáctica de las actividades físicas y deportivas. GYMNOS. Madrid.
  - Piñar, J. (2000): Educación secundaria y F.P. en el marco de la L.O.G.S.E. Servicio de Publicaciones del Sector Nacional de Enseñanza de CSI-CSIF. Granada.
  - Polo, I. (2010a). Las rúbricas como instrumentos de apoyo. La evaluación de las competencias básicas en educación física. Tándem. Didáctica de la Educación Física, ene-mar; XI (32).
  - Real Academia de la Lengua Española. (2001). Diccionario de la lengua española (22ª ed.). Madrid.
  - Rodríguez, F.: (1997: 415-431) Actividad física, condición física y salud, en Hernández, J. (1997): Salud, deporte y educación. ICEPSS EDITORES. Gran Canaria.
  - Rodríguez, M. P. (1996: 227-256): La reforma educativa y la diversidad, en MARRERO, G. Y REPETTO, E. (1996): Estrategias de intervención en el aula desde la LOGSE. ICEPSS EDITORES. Gran Canaria.
  - Ruibal, O. (1999): Unidades Didácticas para



secundaria V: Expresión Corporal. INDE. Barcelona.

- Sánchez, F.: (1992) Bases para una didáctica de la educación física y el deporte. Gymnos. Madrid.
- Santos, M.J, y DÍAZ, M. (1995): Materiales didácticos: Educación Física Bachillerato. MEC. Madrid.
- Sarramona, J. (2004). Las Competencias Básicas en la Educación Obligatoria. Barcelona: Edit. CEAC.
- Siedentop, D. (1998): Aprender a enseñar la Educación Física. INDE. Barcelona.
- VV.AA. (2002): Proyecto Curricular ESO. Bruño. Madrid.
- VV.AA. (1990): La Educación Física en las EE.MM. Paidotribo. Barcelona.
- Zabala, A. y Arnau, L. (2007). 11 ideas clave. Cómo aprender y enseñar competencias. Barcelona: Graó.

