

***DEPARTAMENTO DE  
EDUCACIÓN FÍSICA***

*PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA*

*2017- 2018*

# ÍNDICE

## Contenido

1. PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO .....	3
2. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA.....	4
1. CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN , ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y COMPETENCIAS.....	4
2. METODOLOGÍA Y RECURSOS DIDÁCTICOS.....	67
3. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN .....	70
4. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN .....	86
5. MEDIDAS DE APOYO Y/O REFUERZO EDUCATIVO .....	97
6. PROCEDIMIENTOS DE RECUPERACIÓN .....	97
7. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN PARA LOS ALUMNOS QUE PIERDAN EL DERECHO A LA EVALUACIÓN CONTINUA .....	97
8. PRUEBAS EXTRAORDINARIAS DE JUNIO .....	98
9. GARANTÍAS PARA UNA EVALUACIÓN OBJETIVA.....	98
10. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE.....	99
11. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD. ADAPTACIONES CURRICULARES .....	102
12. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES .....	103
13. TRATAMIENTO DE ELEMENTOS TRANSEVERSALES Y COORDINACIÓN CON OTROS DEPARTAMENTOS .....	105
3. PLANES DE MEJORA DE LOS RESULTADOS ACADÉMICOS .....	106

# 1. PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO

A) El departamento está formado por tres profesores, que imparten clases a un total de 716 alumnos distribuidos de la siguiente forma:

- Cuatro primeros de ESO, con un total de 123 alumnos.
- Cuatro segundos de ESO + PMAR, con un total de 114 alumnos.
- Cuatro terceros de ESO + PMAR, con un total de 121 alumnos.
- Cuatro cuartos de ESO, con un total de 118 alumnos.
- Cuatro grupos de BACHILLERATO, con un total de 120 alumnos.
- Dos grupos de DEPORTE (3º y 4º ESO), con un total de 110 alumnos.

B) Miembros del departamento:

- **Don Jose Gregorio Lucerón**, impartiendo clases a 1ºA - 1ºD (ESO), 2ºB – 2º D (ESO), 4ºD, sumando 21 horas lectivas semanales. Hay cuatro grupos de primero de ESO y uno de cuarto de ESO, con tres horas lectivas semanales. Y tres grupos de segundo con dos horas lectivas semanales. Los grupos de primero, segundo y cuarto de ESO son bilingües, exceptuando los grupos de PMAR (2ºA y 3ºA)

- **Don Daniel Capote**, impartiendo clases a 3ºA, 3ºB, 3ºD, 3ºE (ESO), 4ºA-4ºC y, 3º deporte ( ESO) y tutoría de 4ºB (ESO), sumando un total de 21 horas lectivas semanales. Hay tres grupos de cuarto de ESO, los cuales son de tres horas lectivas semanales.

Y cuatro grupos de tercero de ESO, con dos horas lectivas semanales y uno de deportes con 2 horas lectivas semanales. Los grupos de tercero y cuarto de ESO son bilingües, exceptuando los grupos de PMAR (3ºC).

- **Don Daniel Álvarez Ruiz**, impartiendo clases a 1ºA- 1ºB- 1ºC- 1ºD (BTO), 2ºA+PMAR, 3ºC+PMAR, 3º y 4º deporte (ESO), sumando un total de 20 horas lectivas semanales. Todas las horas impartidas son en castellano y todo los grupos cuentan con un total de 2 horas semanales.

Jefe de departamento.

**Las reuniones de departamento son los jueves de 12.25h a 13.20h.**

## 2. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA

### 1. CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN , ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y COMPETENCIAS

La LOMCE basa los objetivos generales de las distintas etapas en la adquisición de las competencias clave. Entendiendo por estas competencias aquéllas que todas las personas precisan para su realización y desarrollo personal, así como para la ciudadanía activa, la inclusión social y el empleo.

De acuerdo con las definiciones establecidas en el artículo 2 del Real Decreto 1105/2014:

Se entiende por competencias las capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos. A efectos del presente decreto, las competencias del currículo serán las siguientes:

- a) Comunicación lingüística.
- b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- c) Competencia digital.
- d) Aprender a aprender.
- e) Competencias sociales y cívicas.
- f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
- g) Conciencia y expresiones culturales.

Se potenciará el desarrollo de las competencias Comunicación lingüística, Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.

La materia de Educación física contribuye de manera directa y clara a la consecución de la competencia social y cívica. El cuerpo humano constituye una pieza clave en la interrelación de la persona con el entorno y la educación física está directamente comprometida con la adquisición del máximo estado de bienestar físico, mental y social posible, en un entorno saludable.

"Competencia social y cívica": se trabaja en toda la ESO. Desarrolla la colaboración, igualdad y trabajo en equipo así como el cumplimiento de las normas y reglamentos, colaborando en la aceptación de los códigos de conducta social.

Para 1º ciclo, facilita la integración y fomenta el respeto; y ayuda a asumir responsabilidades como integrante de un grupo. Para 2º ciclo y bachillerato, refuerza los conceptos de disciplina y tolerancia.

"Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor": se trabaja en toda la ESO y Bachillerato. Colaboramos a través de la autosuperación, perseverancia y una actividad positiva ante temas con cierta dificultad. Para 3º ESO, colaboramos con la participación en la organización de jornadas deportivas. Para 4ºESO y Bachillerato, planificando actividades para la mejora de su condición física.

En las competencias "Conciencia y expresiones culturales", "Aprender a aprender" y "Comunicación lingüística", nuestra colaboración es en menor porcentaje que las anteriores. En cuanto a la primera, en todos los niveles colaboramos a través de salidas de interés cultural utilizando como medio el senderismo, con la práctica de deportes y juegos tradicionales, actividades expresivas y expresión dinámica (danza).

Respecto a la competencia "Aprender a aprender", para 4ºESO y Bachillerato ofrece recursos para la planificación de determinadas actividades físicas a partir de un proceso de experimentación. Respecto a la competencia de "Comunicación lingüística" para toda la ESO, utilizando el vocabulario específico que aporta la asignatura.

En la "Competencia digital" y en la "Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología", incidimos desde el momento en que orientamos a los alumnos en el trabajo con las nuevas tecnologías. Investigan sobre los temas acordados, a través de bibliografía existente en la Red, haciendo posteriormente exposiciones en el aula con las tecnologías existentes: ordenador, cañón... La matemática entendemos que nos afecta en el estudio y establecimiento de valores de tablas calóricas, de consumo máximo de oxígeno en las pruebas de resistencia, en el cálculo de los parámetros de las sesiones de entrenamiento, carga y volumen ( resistencia, fuerza, velocidad...)

La educación basada en competencias permite definir los resultados del aprendizaje esperados desde un planteamiento integrador, dirigido a la aplicación de los saberes adquiridos para que los alumnos y las alumnas consigan un desarrollo personal satisfactorio, el ejercicio de la ciudadanía activa y la participación en el aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

La materia Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados sobre todo a la conducta motora; para su consecución no es suficiente con la mera práctica, sino que es necesario el análisis crítico que afiance actitudes, valores referenciados al cuerpo, al movimiento y a la relación con el entorno: de este modo, el alumnado logrará controlar y dar sentido a las propias acciones motrices, comprender los aspectos perceptivos, emotivos y cognitivos relacionados con dichas acciones y gestionar los sentimientos vinculados a las mismas, además de integrar conocimientos y habilidades transversales como el trabajo en equipo, el juego limpio, el respeto a las normas, y la seguridad entre otras. Asimismo, la Educación Física está vinculada a la adquisición de competencias relacionadas con la salud, a través de acciones que ayuden a la adquisición y consolidación de hábitos responsables de actividad física regular y la adopción de actitudes críticas ante prácticas individuales, grupales y sociales no saludables, fundamentalmente en lo relacionado con las enfermedades de origen cardiovascular.

La competencia motriz evoluciona a lo largo de la vida de las personas y desarrolla la inteligencia para saber qué hacer, cómo hacerlo, cuándo y con quién en función de los condicionantes del entorno. Disfrutar de una adecuada competencia motriz permite al alumno (al ciudadano, en definitiva) disponer de un repertorio suficiente de respuestas adecuadas a las distintas situaciones que se le puedan presentar, siendo estas propias de las actividades físico- deportivas o vinculadas a la actividad humana en su conjunto. Para conseguir esa adecuada competencia, las acciones motrices que el alumno maneje deberán alcanzar un grado de complejidad significativamente mayor que el utilizado en Educación Primaria.

Entre los procesos implícitos en la conducta motriz hay que destacar el percibir, interpretar, analizar, decidir, ejecutar y evaluar los actos motores; entre los

conocimientos más destacables que se combinan con dichos procesos están, además de los correspondientes a las diferentes actividades físicas, los relacionados con la corporeidad, con el movimiento, con la salud, con los sistemas de mejora de las capacidades motrices, con las medidas preventivas y de seguridad ante riesgos o accidentes y con los usos sociales de la actividad física, entre otros; y entre las actitudes se encuentran las derivadas de la valoración y el sentimiento acerca de sus propias limitaciones y posibilidades, el disfrute de la práctica y la relación con los demás.

Las situaciones a las que responde una acción motriz, en un proceso de enseñanza y aprendizaje, suponen establecer entornos de características diferentes en los que la respuesta tiene, también, significados diferentes: en unos casos se tratará de conseguir un rendimiento, de resolver una realidad, en otros la ergonomía, la expresividad o la recreación.

En este sentido, la Educación Física contempla situaciones y contextos de aprendizaje variados: desde los que únicamente se trate de controlar los movimientos propios y conocer mejor las posibilidades personales, hasta otros en los que las acciones deben responder a estímulos externos variados y coordinarse con las actuaciones de compañeros o adversarios y en las que las características del medio pueden ser cambiantes. La lógica interna de las situaciones o actividades motrices propuestas se convierte así en una herramienta imprescindible de la programación de la materia.

La materia Educación Física puede estructurarse en torno a cinco tipos de situaciones motrices diferentes, caracterizados, cada uno de ellos, por rasgos comunes de lógica interna y diferentes a los de los otros tipos: en entornos estables, en situaciones de oposición, en situaciones de cooperación, en situaciones de adaptación al entorno, y en situaciones de índole artística o de expresión.

Las acciones motrices individuales en entornos estables suelen basarse en modelos técnicos de ejecución, y en ellas resulta decisiva la capacidad de ajuste para lograr conductas motrices cada vez más eficaces, optimizar la realización, gestionar el riesgo y alcanzar soltura en las acciones, donde la repetición para la

mejor automatización y perfeccionamiento suele aparecer con frecuencia. Este tipo de situaciones se suele presentar en las actividades de desarrollo del esquema corporal, de adquisición de habilidades individuales, en la preparación física de forma individual, el atletismo, la natación y la gimnasia en algunos de sus aspectos, entre otros.

En las acciones motrices en situaciones de oposición resulta imprescindible la interpretación correcta de las acciones de un oponente, la selección acertada de la acción, la oportunidad del momento de llevarla a cabo, y la ejecución de dicha decisión. La atención, la anticipación y la previsión de las consecuencias de las propias acciones en el marco del objetivo de superar al contrario, así como el estricto respecto a las normas y a la integridad del adversario consustancial en este tipo de acciones, son algunas de las facultades implicadas; a estas situaciones corresponden los juegos de uno contra uno, los juegos de lucha, el judo, el bádminton, el tenis, el mini-tenis y el tenis de mesa, entre otros.

En las situaciones de cooperación, con o sin oposición, se producen relaciones de cooperación y colaboración con otros participantes en entornos estables para conseguir un objetivo, pudiéndose dar que las relaciones de colaboración tengan como objetivo el de superar la oposición de otro grupo.

El adecuado uso de la atención global, selectiva y su combinación, la interpretación de las acciones del resto de los participantes, la previsión y anticipación de las propias acciones atendiendo a las estrategias colectivas, el respeto a las normas, la capacidad de estructuración espacio-temporal, la resolución de problemas y el trabajo en grupo, son capacidades que adquieren una dimensión significativa en estas situaciones, además de la presión que pueda suponer el grado de oposición de adversarios en el caso de que la haya. Debe tenerse en cuenta, a su vez, la oportunidad que supone el aprovechamiento de situaciones de cooperación para, mediante la utilización de metodologías específicas, abordar el tema de las relaciones interpersonales, cuyo adecuado tratamiento con tanta frecuencia se señala en nuestros días.

Juegos tradicionales, actividades adaptadas del mundo del circo, como acrobacias o malabares en grupo; deportes como el patinaje por parejas, los relevos, la

gimnasia en grupo, y deportes adaptados, juegos en grupo; deportes colectivos como baloncesto, balonmano, béisbol, rugby, fútbol y voleibol, entre otros, son actividades que pertenecen a este grupo. Lo más significativo de las acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno es que el medio en el que se realizan las actividades no tiene siempre las mismas características, por lo que genera incertidumbre y su finalidad es adaptarse al entorno y a la actividad.

En general se trata de desplazamientos con o sin materiales, realizados en el entorno natural o urbano que puede estar más o menos acondicionado, pero que experimenta cambios predecibles o no, por lo que el alumnado necesita organizar y adaptar sus conductas concretas a las variaciones del mismo. Resulta decisiva la interpretación de las condiciones del entorno para situarse, priorizar la seguridad sobre el riesgo y regular la intensidad de los esfuerzos en función de las posibilidades personales.

En ocasiones, las acciones incluyen cierta carga emocional que el usuario debe gestionar adecuadamente. Estas actividades facilitan la conexión con otras áreas de conocimiento y la profundización en valores relacionados con la conservación del entorno, fundamentalmente del medio natural; puede tratarse de actividades individuales, grupales, de colaboración o de oposición.

Las marchas y excursiones a pie o en bicicleta, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza (de pistas, de aproximación y otros), el esquí, en sus diversas modalidades, o la escalada, forman parte, entre otras, de las actividades de este tipo de situación.

En situaciones de índole artística o de expresión las respuestas motrices requeridas tienen finalidades artísticas, expresivas y comunicativas, son de carácter estético y comunicativo y pueden ser individuales o en grupo. El alumno debe producir, comprender y valorar esas respuestas. El uso del espacio, las calidades del movimiento, la conjunción con las acciones de los otros, así como los componentes rítmicos y la movilización de la imaginación y la creatividad en el uso de diferentes registros de expresión (corporal, oral, danzada, musical) y superación de la inhibición, son la base de estas acciones. Dentro de estas actividades tenemos los juegos cantados, la expresión corporal, las danzas, el

juego dramático y el mimo, entre otros.

En cuanto a la adopción de hábitos saludables es muy importante tener en cuenta que se estima que hasta un 80% de niños y niñas en edad escolar únicamente participan en actividades físicas en la escuela, tal y como recoge el informe Eurydice, de la Comisión Europea de 2013; por ello, la Educación Física en las edades de escolarización debe tener una presencia importante si se quiere ayudar a paliar el sedentarismo, que es uno de los factores de riesgo identificados, que influye en algunas de las enfermedades más extendidas en la sociedad actual.

La Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, se hace eco de estas recomendaciones promoviendo la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos y alumnas durante la jornada escolar. En este sentido debe asegurarse que esa práctica respete las condiciones de uso y aplicación que la garanticen como saludable, para lo que la supervisión del profesorado de Educación Física resulta imprescindible. A ello hay que añadir el objetivo principal de esta asignatura que es que el alumnado aprenda a realizar actividad física correctamente, y que ese aprendizaje resulte desde la propia práctica.

En consecuencia, su adecuada orientación y control hacia la salud individual y colectiva, la intervención proporcionada de las capacidades físicas y coordinativas, así como la atención a los valores individuales y sociales con especial interés referidos a la gestión y ocupación del tiempo libre y el ocio, constituyen un elemento esencial y permanente de toda práctica física realizada en las etapas escolares. Ello no es óbice para que se programen actividades que persigan de forma explícita el cuidado de la salud, la mejora de la condición física o el empleo constructivo del ocio y del tiempo libre, pero siempre desde la perspectiva de que el alumnado aprenda a gestionarlos de forma autónoma. No se trata, sólo, de conseguir que durante las etapas escolares el alumnado esté más sano, sino de que aprenda a comportarse de manera más sana, y eso se ha de producir como consecuencia de una adecuada orientación de la Educación Física.

Los niveles que la Educación Física plantea tienen que adecuarse al nivel de desarrollo de las alumnas y de los alumnos, teniendo siempre presente que la conducta motriz es el principal objeto de la asignatura y que en esa conducta motriz deben quedar aglutinados tanto las intenciones de quien las realiza como los procesos que se pone en juego para realizarla. Se pretende proporcionar a las personas los recursos necesarios que les permitan llegar a un nivel de competencia motriz y a ser autónomas en su práctica de actividades física y una práctica regular. De este modo, los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje se organizan en torno a cinco grandes ejes: dominar las habilidades motoras y los patrones de movimiento necesarios para practicar un conjunto variado de actividades físicas; comprender los conceptos, principios, estrategias y tácticas asociadas a los movimientos y aplicarlos en el aprendizaje y en la práctica de actividades físicas; alcanzar y mantener una adecuada aptitud/condición física relacionada con la salud; mostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno; y valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el placer, la auto superación, el desafío, la expresión personal y la interacción social.

En la etapa de ESO los estudiantes experimentan importantes cambios personales y sociales.

Por una parte, la Educación Física tiene que ayudar a los jóvenes de esta edad a adquirir de nuevo referencias de sí mismos, de los demás, y de su competencia motriz. Esto colabora en la cimentación de una autoimagen positiva que, junto a una actitud crítica y responsable, les ayude a no sacrificar su salud para adecuarse a unos modelos sujetos a las modas del momento.

Por otra parte, los estudiantes se enfrentan a la diversidad y a la riqueza de actividades físicas y deportivas, deben conseguir nuevos aprendizajes que les permitan mayor eficiencia en situaciones deportivas, creativas, lúdicas o de superación de retos, junto con la posibilidad de identificar problemas o desafíos, resolverlos y estabilizar sus respuestas utilizando y desarrollando sus conocimientos y destrezas. Además, en la comprensión y la asimilación progresiva de los fundamentos y normas, propios de la materia, deben también integrar y transferir los conocimientos de otras áreas o situaciones. Un aspecto que se hace

imprescindible para conseguir los fines propuestos es que la práctica lleve aparejada la reflexión sobre lo que se está haciendo, el análisis de la situación y la toma de decisiones; también hay que incidir en la valoración de las actuaciones propias y ajenas y en la búsqueda de fórmulas de mejora: como resultado de este tipo de práctica se desarrolla la confianza para participar en diferentes actividades físicas y valorar estilos de vida saludables y activos.

Los deportes son, actualmente, la actividad física con mayor repercusión sociocultural, por lo que facilitan la integración social; sin embargo, la Educación Física en esta etapa no debe aportar una visión restringida sino que se debe ayudar a que el alumnado adquiera las destrezas, los conocimientos y las actitudes necesarias para desarrollar su conducta motriz en diferentes tipos de actividades, es decir, ser competente en contextos variados.

La Educación Física en el Bachillerato continúa la progresión de los aprendizajes de las etapas anteriores y proporciona al alumnado la ayuda necesaria para que adquiera las competencias relacionadas con la planificación de su propia actividad física. De este modo, se favorece la autogestión y la autonomía que están implicadas en el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable.

La Educación Física tiene que plantear propuestas enfocadas al desarrollo de todas las capacidades implicadas: unas específicas del ámbito motor, como es el caso de los factores de la condición física y las capacidades coordinativas, otras de carácter metodológico o transversal, como organizar y programar, todo ello sin olvidar prestar atención a las capacidades cognitivas, emocionales y sociales.

Por otra parte, dado el carácter propedéutico del Bachillerato y la evolución que ha experimentado el número de profesiones y de ofertas de estudios superiores relacionados con la actividad física y la salud individual y colectiva, con el uso adecuado del tiempo libre, esta materia tratará de presentar distintas alternativas que sirvan para que el alumnado pueda adoptar criterios de valoración de esas profesiones y posibilidades de estudio, ya sea en el ámbito universitario, en el de la formación profesional o en las enseñanzas deportivas, así como las profesiones en las que la capacidad física se convierte en un aspecto imprescindible para su desarrollo.

La salud sigue siendo un eje de actuación primordial, entendida no sólo como ausencia de enfermedad, sino como responsabilidad individual y colectiva; y para ello, se ha de profundizar en los conocimientos teóricos y prácticos referidos a los factores de la condición física y al control de los riesgos asociados a las actividades, así como en la adquisición de hábitos posturales correctos y de una ejecución técnica que prevenga o evite lesiones; asimismo, hay que plantear la mejora de las estrategias apropiadas para la solución de las diferentes situaciones motrices, el análisis crítico de los productos que oferta el mercado y que están relacionados con las actividades físicas, y el desarrollo de la autoestima.

## **1. CICLOS DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA (ESO)**

La ESO se divide en dos ciclos:

- El primer ciclo, se compone por 1º, 2º y 3º de ESO.
- El segundo ciclo, comprende 4º de ESO.

## **2. OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA: ESO**

La Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar

los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.

d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e

incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social.

Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad.

Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

### 3. CONTENIDOS DEL PRIMER CICLO DE LA ESO

#### **Contenidos de 1º ESO:**

- Actividades físico deportivas individuales en medio estable: atletismo y natación.
- Modalidades de atletismo: carrera de velocidad, salto de longitud y lanzamiento de jabalina adaptado
- Modalidades de natación: carrera estilos; crawl, braza y espalda.
- Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.
- Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.
- Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad y resistencia.
- Formas de evaluar el nivel técnico en atletismo y natación.
- Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.
- Autovaloración, autoimagen y autoestima asociadas a los aprendizajes de actividades físico deportivas individuales. El sentimiento de logro.

- Actividades de adversario: deportes de raqueta.
  - Golpeos básicos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.
  - Puesta en juego y golpeos de fondo de pista.
  - Principios estratégicos, posición básica y recuperación de la situación en el campo tras los golpeos.
  - Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición
  
- Actividades de colaboración-oposición: balonmano, baloncesto, fútbol y hockey.
  - Habilidades específicas de cada deporte. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.
  - Aspectos funcionales y principios estratégicos; papel y conductas de los jugadores en las fases del juego. Capacidades implicadas.
  - Estímulos relevantes que condicionan la conducta motriz: situación de los jugadores, del balón y de la portería, ocupación de los espacios, etc.
  - La colaboración y la toma de decisiones en equipo.
  
- Actividades en medios no estables (en la naturaleza).
  - La naturaleza para actividades físico deportivas en medio no estable. Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad. Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de actividades físico deportivas.
  - Equipamiento básico para la realización de actividades en la naturaleza en función de la duración y de las condiciones de las mismas.
  - La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad en la naturaleza.
  - Influencia de las actividades físico deportivas en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.
  
- Actividades artístico expresivas:
  - La conciencia corporal en las actividades expresivas.
  - Técnicas expresivas de mimo y juego dramático. Control e intencionalidad de los gestos, movimientos y sonidos.

- Salud:
  - Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas.
  - Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.
  - Los niveles saludables en los factores de la condición física.
  - Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas.
  - Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación.
- Hidratación y alimentación durante la actividad física.

### **Contenidos de 2º ESO:**

- Actividades individuales en medio estable:
  - Habilidades gimnásticas y acrobáticas.
  - Saltos, giros, equilibrios volteos; ajuste de las habilidades a los modelos técnicos básicos.
  - Descripción de los movimientos y capacidades motrices implicadas.
  - Formas de evaluar el nivel técnico en las habilidades específicas de las actividades gimnásticas y acrobáticas.
  - Aspectos preventivos de las habilidades gimnásticas y acrobáticas: calentamiento específico, ayudas, ajuste de las actividades al nivel de habilidad.
  - Valoración del esfuerzo personal en los aprendizajes.
- Actividades del adversario: lucha.
  - Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de la lucha. Agarres desequilibrios, caídas, reequilibrios.
  - Respeto y aceptación de las normas reglamentarias de las actividades de lucha.
  - Autocontrol ante las situaciones de contacto físico.
  - La figura del ganador y el significado del adversario en el deporte actual. Modelos de conducta de los ganadores. El respeto y la consideración como valores propios de estas actividades.

- Actividades de colaboración- oposición: Fútbol.
- Habilidades específicas del fútbol. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.
- Dinámica interna, aplicación de las habilidades para cumplir los principios estratégicos del fútbol. Capacidades implicadas.
- Estímulos relevantes que en el fútbol condicionan la conducta motriz. Situación de jugadores, balón y portería, espacios de juego.
- La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos.

Actividades en medio no estable:

- Trepa y recorridos horizontales de escalada. Capacidades implicadas. Medidas de seguridad y control de riesgos.
- Nudos; realización y procedimientos de verificación de la seguridad.
- Instalaciones urbanas y entornos naturales para las actividades de trepa y escalada; conductas de cuidado del entorno que se utiliza.

- Actividades artístico expresivas: acrossport

- Calidades de movimiento y expresividad.
- Significados de los gestos en el lenguaje no verbal.

- Salud:

- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas.
- Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.
- Los niveles saludables en los factores de la condición física.
- Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas.
- Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.

- La respiración. Tipos y combinación de la respiración con la actividad física y con la relajación.

## Contenidos 3º ESO:

- Actividades individuales en medio estable: atletismo y natación.
  - Modalidades de atletismo: carrera de vallas y salto de altura estilo Fósbury
  - Modalidades de natación: estilos crawl, espalda, braza y mariposa.
  - Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.
  - Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.
  - Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad, flexibilidad y resistencia.
  - Formas de evaluar el nivel técnico en atletismo y natación..
  - Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.
  - La capacidad de aprendizaje motor y el valor relativo de los resultados cuantitativos.
- Actividades de adversario: deportes de raqueta.
  - Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.
  - Estrategias de juego. Colocación de los golpes en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario.
  - Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.
- Actividades de colaboración-oposición: baloncesto, balonmano, fútbol y hockey.
  - Habilidades específicas. Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes.
  - Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas.
  - Estímulos relevantes que condicionan la conducta motriz: situación del balón y la canasta o portería, espacios libres, tiempos de juego, etc.
  - La colaboración y la toma de decisiones en equipo.

- Actividades en medio no estable (en la naturaleza).
  - La naturaleza para actividades físico deportivas en medio no estable. Interpretación de mapas y uso de la brújula y otros sistemas de orientación (GPS, indicios naturales).
  - Equipamiento básico para la realización de actividades en la naturaleza en función de la duración y de las condiciones de las mismas.
  - La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de orientación.
  - Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad. Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de itinerarios en la naturaleza. Influencia de las actividades en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.
  
- Actividades artístico expresivas: danzas
  - La danza como contenido cultural. Danzas históricas y danzas actuales.
  - Diseño y realización de coreografías Agrupamientos y elementos coreográficos.
  
- Salud:
  - Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas
  - Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.
  - Métodos para llegar a valores saludables en la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad.
  - Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas
  - Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo.
  
- Balance energético entre ingesta y gasto calórico.

#### 4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE: 1ER CICLO

## ESO (1º, 2º, 3º)

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
  - 1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
  - 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
  - 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
  - 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
  - 1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.
  
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
  - 2.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
  - 2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
  - 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
  - 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
  
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
  - 3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
  - 3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de

colaboración- oposición seleccionadas.

3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.

4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.

4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva

4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.

5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas

como medio de prevención de lesiones.

5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.

6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.

7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico deportivas.

8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas.

8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico- deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.

9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

10.1. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

## 5. CONTENIDOS DEL SEGUNDO CICLO DE LA ESO

### Contenidos de 4ºESO

- Actividades individuales en medio estable: patinaje sobre ruedas
- Técnica de desplazamiento sobre los patines.
- Control de la situación del centro de gravedad sobre el pie apoyado. Acciones equilibradoras de los brazos.
- Capacidades motrices implicadas: equilibrio, coordinación.

- Formas de evaluar el nivel técnico del patinaje sobre ruedas.
- Aspectos preventivos: formas de caer, indumentaria, protecciones, calentamiento específico, trabajo por niveles de habilidad.
- La superación de retos personales como motivación.
  
- Actividades de adversario: palas
  - Golpeos y desplazamientos. Capacidades motrices implicadas.
  - Estrategias de juego. Colocación de los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario.
  - Las palas como actividad recreativa para el tiempo de ocio.
  
- Actividades de colaboración- oposición: voleibol
  - Actividades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpeos, los desplazamientos y las caídas y adaptación a las características de los participantes.
  - Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas.
  - Estímulos relevantes que en voleibol condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, situación de los compañeros, etc.
  - La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.
  
- Actividades en medio no estable: escalada
  - La escalada en instalaciones urbanas o en el entorno natural. Niveles de las vías y técnicas.
  - Equipamiento básico para la realización de actividades de escalada. Elementos de seguridad.
  - Posibilidades del entorno natural próximo para la escalada. Influencia de las actividades de escalada en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.

- Actividades artístico expresivas: composiciones coreográficas
  - Elementos musicales y su relación con el montaje coreográfico. Ritmo, frase, bloques.
  - Diseño y realización de coreografías. Agrupamientos y elementos coreográficos.
  
- Salud:
  - Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas.
  - Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.
  - Actividades físico deportivas más apropiadas para conseguir los niveles saludables de condición física.
  - Desequilibrios posturales en las actividades físicas y en las actividades cotidianas y ejercicios de compensación.
  - Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo, el pulsómetro.
  
- Balance energético entre ingesta y gasto calórico

## **6. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE: 2º CICLO ESO (4º)**

### **1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.**

- 1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.
- 1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
- 1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.

2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.
  - 2.1. Elabora composiciones de carácter artístico- expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.
  - 2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico- expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.
  - 2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.
  
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.
  - 3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.
  - 3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.
  - 3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración- oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.
  - 3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.
  - 3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.
  - 3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.

4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.
  - 4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.
  - 4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
  - 4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.
  - 4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.
  
5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico- deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.
  - 5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.
  - 5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
  - 5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.
  - 5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.
  
6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.
  - 6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.
  - 6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.
  - 6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.
  - 7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.
  - 7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.
  - 7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.
  
8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.
  - 8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
  - 8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.
  - 8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como el de espectador.
  
9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.
  - 9.1. Compara los efectos en las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y lo relaciona con la forma de vida en los mismos.
  - 9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.
  - 9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
  
10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.
  - 10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.

- 10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
- 10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.
11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.
- 11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.
- 11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos de grupo.
12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.
- 12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
- 12.2. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.
- 12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

## **7. TEMPORALIZACIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE (1º, 2º, 3º,4º).**

1º ESO	1ER TRIMESTRE	GIMNASIO Y FRONTONES		
CONTENIDO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EAE	VAL	CC
<b>Salud:</b> Condición Física. Los niveles saludables en los factores de la condición física. Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas Seleccionadas. <b>12 sesiones</b>	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	4.1	0,25	CL
		4.2	0,25	AA
		4.3	0,25	AA
		4.4	0,75	CM
		4.5	0,75	SIEE
		4.6	0,25	AA
	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10.1	0,25	CD
		10.2	0,25	CL
<b>Actividades físico deportivas individuales en medio estable:</b> atletismo. <b>10 sesiones</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1	0,75	AA
		1.2	0,25	SIEE
		1.3	0,25	CL
		1.4	0,75	SIEE
<b>Actividades de adversario:</b> frontón <b>10 sesiones</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	0,5	AA
		3.3	0,5	AA
<b>Hidratación y alimentación</b>	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el	10.1	0,5	CD

durante la actividad física. 2 intervenciones	proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10.2	0,5	CL
<b>1º ESO</b>	<b>2º TRIMESTRE</b>	<b>PISCINA</b>		
<b>CONTENIDO</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>EAE</b>	<b>VAL</b>	<b>CC</b>
<b>Actividades físico deportivas individuales en medio estable:</b> natación. <b>Salud:</b> Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: <b>12 sesiones</b>	5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	5.1	0,75	SIEE
		5.2	0,5	SIEE
		5.3	0,5	AA
		5.4	0,25	CL
	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	9.1	0,25	AA
		9.2	0,25	CL
9.3		0,50	SIEE	
<b>Actividades artístico-expresivas:</b> Técnicas expresivas de mimo y juego dramático. <b>10 sesiones</b>	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	7.1	1	CSC
		7.2	1,5	SIEE
		7.3	0,5	CSC
<b>Actividades de adversario:</b> Judo. <b>10 sesiones</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	1	AA
		3.3	0,5	AA

1º ESO	3ER TRIMESTRE	POLIDEPORTIVO		
CONTENIDO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EAE	VAL	CC
<b>Actividades de adversario:</b> bádminton. <b>10 sesiones</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	0,5	AA
		3.2	0,5	SIEE
		3.3	0,5	AA
		3.4	0,5	CL
<b>Actividades de colaboración-oposición:</b> balonmano y colpbol <b>15 sesiones</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	1	AA
		3.2	0,5	SIEE
		3.3	1	AA
		3.4	0,5	CL
<b>Actividades individuales en el medio natural:</b> senderismo. <b>7 sesiones</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1	1	AA
		8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	8.1	0.25
		8.2	0.25	CSC
		8.3	0.25	CEC
	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10.1	0.25	CD
<b>1º ESO</b>	<b>TRANSVERSAL 1º,2º,3º Trimestre)</b>	<b>EAE</b>	<b>VAL</b>	<b>CC</b>

Colaboración y participación en las actividades planteadas. <b>90 intervenciones</b>	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico- expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	7.1	0,5	CSC
		7.2	1	SIEE
		7.3	0,5	CSC
<b>Actividades de Salud:</b> Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación. <b>15 intervenciones</b>	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.	6.1	0,25	AA
		6.2	0,5	SIEE
		6.3	0,25	AA

2º ESO	1ER TRIMESTRE	GIMNASIO Y FRONTONES		
CONTENIDO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EAE	VAL	CC
<b>Salud:</b> Condición Física. Los niveles saludables en los factores de la condición física. Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	4.1	0,25	CL
		4.2	0,25	AA
		4.3	0,25	AA
		4.4	0,75	CM
		4.5	0,75	SIEE
		4.6	0,25	AA
	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el	10.1	0,25	CD

Seleccionadas. <b>12 sesiones</b>	proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10.2	0.25	CL
<b>Actividades físico deportivas individuales en medio estable:</b> Acrobacias Parkour. <b>5 sesiones</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1	0.75	AA
		1.2	0,25	SIEE
		1.3	0,25	CL
		1.4	0,75	SIEE
<b>Actividades de adversario:</b> frontón <b>5 sesiones</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	0.5	AA
		3.3	0,5	AA
<b>Hidratación y alimentación durante la actividad física.</b> 2 intervenciones	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10.1	0.5	CD
		10.2	0,5	CL
<b>2º ESO</b>	<b>2º TRIMESTRE</b>	<b>PISCINA</b>		
<b>CONTENIDO</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>EAE</b>	<b>VAL</b>	<b>CC</b>
<b>Actividades físico deportivas individuales en medio estable:</b> natación. <b>Salud:</b> Medidas preventivas en las actividades físico deportivas	5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	5.1	0,75	SIEE
		5.2	0,5	SIEE
		5.3	0,5	AA
		5.4	0,25	CL
	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en	9.1	0.25	AA

en las que hay competición: <b>12 sesiones</b>	actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	9.2	0,25	CL
		9.3	0,50	SIEE
<b>Actividades artístico-expresivas:</b> Acrosport <b>6 sesiones</b>	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	7.1	1	CSC
		7.2	1,5	SIEE
		7.3	0,5	CSC
<b>Actividades de adversario:</b> Judo. <b>6 sesiones</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	1	AA
		3.3	0,5	AA
<b>2º ESO</b>	<b>3ER TRIMESTRE</b>	<b>POLIDEPORTIVO</b>		
<b>CONTENIDO</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	EAE	VAL	CC
<b>Actividades de adversario:</b> bádminton. <b>8 sesiones</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	0,5	AA
		3.2	0,5	SIEE
		3.3	0,5	AA
		3.4	0,5	CL
<b>Actividades de colaboración-oposición:</b> futbol <b>8 sesiones</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	1	AA
		3.2	0,5	SIEE
		3.3	1	AA
		3.4	0,5	CL

<b>Actividades individuales en el medio natural:</b> trepa y nudos. <b>4 sesiones</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1	1	AA
	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	8.1	0.25	AA
		8.2	0.25	CSC
		8.3	0.25	CEC
	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10.1	0.25	CD
<b>2º ESO</b>	<b>TRANSVERSAL (1º,2º,3º Trimestre)</b>	<b>EAE</b>	<b>VAL</b>	<b>CC</b>
<b>Colaboración y participación en las actividades planteadas. 90 intervenciones</b>	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico- expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	7.1	0,5	CSC
		7.2	1	SIEE
		7.3	0,5	CSC
<b>Actividades de Salud:</b> Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación. <b>15 intervenciones</b>	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.	6.1	0,25	AA
		6.2	0,5	SIEE
		6.3	0,25	AA

3º ESO	1ER TRIMESTRE	POLIDEPORTIVO		
CONTENIDO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EAE	VAL	CC
<b>Salud:</b> Condición Física. Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas. Medidas preventivas. Métodos para llegar a valores saludables de condición física. Control de la intensidad de los esfuerzos. <b>8 sesiones</b>	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	4.1	0.25	CL
		4.2	0.25	AA
		4.3	0.5	AA
		4.4	0.5	CM
		4.5	0.5	SIEE
		4.6	0.5	AA
	5. Desarrollar las CF de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando auto exigencia en su esfuerzo.	5.1	0.5	SIEE
		5.2	0.5	SIEE
		5.4	0.5	AA
<b>Actividades de adversario:</b> bádminton / judo <b>10 sesiones</b>	3.Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	0.5	AA
		3.2	0.5	SIEE
		3.3	0.5	AA
		3.4	0.5	AA
<b>Actividades artístico-expresivas:</b> danzas <b>6 sesiones</b>	2. Interpretar y producir AAMM con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	2.1	0.5	CEC
		2.2	0.5	CEC
		2.3	0.5	CSC
		2.4	0.5	CEC

3º ESO	2º TRIMESTRE	GIMNASIO Y FRONTONES		
CONTENIDO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EAE	VAL	CC
<b>Actividades individuales en medio estable:</b> Modalidades de atletismo (carrera de vallas y salto de altura estilo Fósbury). <b>12 sesiones</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando fundamentos técnicos y habilidades específicas de las AFD, en condiciones reales o adaptadas.	1.1	0.5	SIEE
		1.2	0.5	AA
		1.3	0.5	CL
		1.4	0.5	SIEE
<b>Salud:</b> Condición Física. Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas. Métodos para llegar a valores saludables de condición física. Control de la intensidad de los esfuerzos. <b>6 sesiones</b>	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	4.1	0.25	CL
		4.2	0.25	AA
		4.3	0.5	AA
		4.4	0.5	CM
		4.6	0.5	AA
	5. Desarrollar las CF de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando auto exigencia en su esfuerzo.	5.1	0.5	SIEE
		5.2	0.5	SIEE
		5.3	0.5	AA
<b>Actividades de adversario:</b> frontón <b>6 sesiones</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	0.5	AA
		3.2	0.5	SIEE
		3.3	0.5	AA
		3.4	0.5	AA

3º ESO	3ER TRIMESTRE	PISCINA + PISTAS		
CONTENIDO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EAE	VAL	CC
<b>Salud:</b> Condición Física. Balance energético entre ingesta y gasto calórico. Métodos para llegar a valores saludables de condición física. Control de la intensidad de los esfuerzos. <b>2 sesiones</b>	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	4.2	0.5	AA
<b>Actividades físico deportivas individuales en medio estable:</b> natación. <b>Salud:</b> Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: <b>10 sesiones</b>	5. Desarrollar las CF de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando auto exigencia en su esfuerzo.	5.1	0.5	SIEE
		5.2	0.5	SIEE
		5.3	0.5	AA
		5.4	0.5	CL
	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	9.1	0.5	AA
		9.2	0.5	CL
		9.3	0.5	SIEE
<b>Actividades de colaboración-oposición:</b> baloncesto <b>6 sesiones</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	0.5	AA
		3.2	0.5	SIEE
		3.3	0.5	AA
		3.4	0.5	CL

<b>Actividades individuales en el medio natural:</b> orientación. <b>2 sesiones</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1	0.5	AA
		1.5	0.5	SIEE
	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	8.1	0.25	AA
		8.2	0.5	CSC
		8.3	0.25	CEC
	<b>3º ESO</b>	<b>TRANSVERSAL (1º,2º,3º Trimestre)</b>	<b>EAE</b>	<b>VAL</b>
Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación.	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.	6.1	0.25	AA
		6.2	0.25	SIEE
		6.3	0.25	AA
Colaboración y participación en las actividades planteadas.	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico- expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	7.1	0.25	CSC
		7.2	0.25	SIEE
		7.3	0.25	CSC
Utilización de las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso enseñanza-aprendizaje.	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10.1	0.25	CD
		10.2	0.25	CL

4º ESO	1ER TRIMESTRE	POLIDEPORTIVO		
CONTENIDO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EAE	VAL	CC
<b>Salud:</b> Condición Física. Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas. Medidas preventivas. Métodos para llegar a valores saludables de condición física. <b>12 sesiones</b>	4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la CF, aplicando los conocimientos sobre AF y salud.	4.1	0.4	AA
		4.3	0.4	AA
	5. Mejorar o mantener los factores de la CF, practicando AFD adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.	5.1	0.5	AA
		5.2	0.5	SIEE
		5.3	0.5	SIEE
		5.4	0.5	AA
	<b>Actividades de colaboración-oposición:</b> voleibol <b>10 sesiones</b>	3.Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	0.4
3.2			0.4	SIEE
3.3			0.4	SIEE
3.4			0.5	SIEE
3.5			0.5	AA
3.6			0.5	AA
<b>Actividades artístico-expresivas:</b> composiciones coreográficas. <b>10 sesiones</b>	2. Interpretar y producir AAMM con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	2.1	0.5	CEC
		2.2	0.5	CEC
		2.3	0.5	CSC

4º ESO	2º TRIMESTRE	GIMNASIO Y FRONTONES		
CONTENIDO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EAE	VAL	CC
<b>Actividades en medio no estable:</b> Escalada. <b>8 sesiones</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando fundamentos técnicos y habilidades específicas de las AFD, en condiciones reales o adaptadas.	1.1	0.4	SIEE
		1.2	0.4	SIEE
		1.3	0.4	AA
<b>Salud:</b> Desequilibrios posturales en las actividades físicas y en las actividades cotidianas y ejercicios de compensación. Métodos para llegar a valores saludables de condición física. Control de la intensidad de los esfuerzos. <b>10 sesiones</b>	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	4.1	0.5	AA
		4.2	0.5	AA
		4.3	0.5	AA
	5. Desarrollar las CF de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando auto exigencia en su esfuerzo.	5.1	0.4	AA
		5.2	0.5	SIEE
		5.3	0.5	SIEE
		5.4	0.5	AA
<b>Actividades de adversario:</b> palas, frontón, tenis de mesa. <b>14 sesiones</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1	0.4	SIEE
		3.2	0.4	SIEE
		3.3	0.4	SIEE
		3.4	0.4	SIEE
		3.5	0.4	AA
		3.6	0.4	AA

4º ESO	3ER TRIMESTRE	PISCINA + PISTAS		
CONTENIDO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EAE	VAL	CC
<b>Salud:</b> Condición Física. Balance energético entre ingesta y gasto calórico. Métodos para llegar a valores saludables de condición física. Control de la intensidad de los esfuerzos. <b>8 sesiones</b>	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	4.4	0.5	AA
<b>Actividades físico deportivas individuales en medio estable:</b> natación. <b>Salud:</b> Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: <b>16 sesiones</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando fundamentos técnicos y habilidades específicas de las AFD, en condiciones reales o adaptadas.	1.1	0.5	SIEE
		1.2	0.5	SIEE
		1.3	0.5	AA
	5. Desarrollar las CF de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando auto exigencia en su esfuerzo.	5.1	0.5	SIEE
5.2		0.5	SIEE	
5.3		0.5	AA	
5.4		0.5	CL	
<b>Actividades individuales en medio estable:</b> patinaje sobre ruedas <b>6 sesiones</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas	1.1	0.5	SIEE
		1.2	0.5	SIEE

<b>Actividades individuales en el medio natural:</b> senderismo. <b>4 sesiones</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.3	0.5	AA
	9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las AFD reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.	9.1	0.5	AA
		9.2	0.5	CSC
		9.3	0.5	CEC
<b>4º ESO</b>	<b>TRANSVERSAL (1º,2º,3º Trimestre)</b>	<b>EAE</b>	<b>VAL</b>	<b>CC</b>
Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación.	6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de AF considerando la intensidad de los esfuerzos.	6.1	0.1	AA
		6.2	0.2	SIEE
		6.3	0.2	SIEE
Colaboración y participación en las actividades planteadas.	7. Colaborar en la planificación y organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.	7.1	0.1	SIEE
		7.2	0.2	CSC
		7.3	0.2	SIEE
	8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.	8.1	0.2	CSC
		8.2	0.2	CEC
		8.3	0.2	CSC
	10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de AF,	10.1	0.2	SIEE

	teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.	10.2	0.2	AA
		10.3	0.1	CL
	11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.	11.1	0.2	AA
		11.2	0.1	CSC
Utilización de las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso enseñanza-aprendizaje.	12.Utilizar eficazmente las TIC en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.	10.1	0.2	CD
		10.2	0.2	CD
		10.3	0.2	CL

## 8. DEPORTE (OPTATIVA 3º ESO)

El deporte en 3º ESO entra dentro del nuevo contexto educativo LOMCE, con lo que los objetivos generales, los bloques de contenidos, los criterios de evaluación y los estándares evaluables quedan sujetos a esta ley. Es competencia de este departamento, por tanto, marcar los contenidos específicos atendiendo a los bloques generales.

### **Contenidos:**

#### Primer trimestre:

1. Atletismo
  - Saltos (altura y longitud)
  - Lanzamientos (peso).
  - Carreras (paso de vallas y relevos)
  - Competición
  
2. Bádminton y voleibol:
  - Fundamentos técnicos
  - Competición

#### Segundo Trimestre:

1. Hockey:
  - Fundamentos técnicos
  - Competición
  
2. Baloncesto:
  - Fundamentos técnicos
  - Competición
  
3. Acrogimnasia:
  - Práctica
  - Elaboración coreográfica

### Tercer Trimestre:

1. Fútbol 7 y beisbol:
  - Fundamentos técnicos
  - Competición
2. Frontón:
  - Fundamentos técnicos
  - Competición
3. Tenis de mesa:
  - Fundamentos técnicos
  - Competición

En cuanto al bloque que hace referencia al acondicionamiento físico y salud, queda ya cubierto con el programa de Educación Física, y en DEPORTE insistimos más en el conocimiento exhaustivo del reglamento y las normas de seguridad, así como en el requerimiento en cuanto a exigencias físicas del deporte practicado.

El bloque de actividades en el medio no estable, tratáremos de cubrirlo con actividades extraescolares, ya que el horario escolar solo nos lo permite de forma puntual.

Estas sesiones serán:

- Senderismo con pernoctación en albergues
- Espeleología
- Esquí
- Senderismo con raquetas de nieve
- Deportes acuáticos
- Bicicleta de montaña

a. Metodología didáctica aplicada en “ Deportes”

La estructura general del programa consiste en mostrar al alumnado un amplio abanico de deportes, haciéndoles rotar cada cuatro sesiones a otra disciplina deportiva y cuando el proceso de aprendizaje sea suficiente pasaremos a la organización de competiciones entre todos los cursos de la optativa, dándole ya un carácter más lúdico. Las sesiones de atletismo están programadas con antelación, participando los alumnos de los dos grupos a la vez, de forma simultánea.

El horario compartido en la optativa nos permite trabajar impartiendo la especialidad que más domina el profesorado, lo que mejorara el nivel de las clases, tanto didáctico como deportivo.

Los métodos didácticos son los mismos que en la programación general.

Los procedimientos e instrumentos de evaluación, los criterios de calificación, materiales, procedimientos de recuperación, etc... son los mismos que en la programación general.

## **9. DEPORTE (OPTATIVA 4º ESO)**

El deporte en 4º ESO entra dentro del nuevo contexto educativo LOMCE, con lo que los objetivos generales, los bloques de contenidos, los criterios de evaluación y los estándares evaluables quedan sujetos a esta ley. Es competencia de este departamento, por tanto, marcar los contenidos específicos atendiendo a los bloques generales.

### **Contenidos:**

#### Primer trimestre:

1. Atletismo
  - a. Saltos (altura II y longitud II)
  - b. Lanzamientos (peso II).
  - c. Carreras (relevos II y paso de vallas II)
  - d. Competición
  
2. Bádminton:
  - a. Fundamentos técnicos II – táctica y estrategia.
  - b. Competición

#### Segundo Trimestre:

1. Hockey:
  - a. Fundamentos técnicos II - táctica y estrategia
  - b. Competición

2. Beisbol:
  - a. Fundamentos técnicos II – táctica y estrategia
  - b. Competición

3. Acrogimnasia II:
  - a. Práctica
  - b. Elaboración de coreografías.

### Tercer Trimestre:

1. Frontón:
  - a. Fundamentos técnicos II - táctica y estrategia.
  - b. Competición
2. Tenis de mesa:
  - a. Fundamentos técnicos II - táctica y estrategia.
  - b. Competición
3. Futbol 7:
  - a. Fundamentos técnicos II - táctica y estrategia.
  - b. Competición

En cuanto al bloque que hace referencia al acondicionamiento físico y salud, queda ya cubierto con el programa de Educación Física, y en DEPORTE insistimos más en el conocimiento exhaustivo del reglamento y las normas de seguridad, así como en el requerimiento en cuanto a exigencias físicas del deporte practicado.

El bloque de actividades en el medio no estable, tratémos de cubrirlo con actividades extraescolares, ya que el horario escolar solo nos lo permite de forma puntual.

Estas sesiones serán:

- Senderismo con pernoctación en albergues
- Espeleología
- Esquí
- Senderismo con raquetas de nieve
- Deportes acuáticos
- Bicicleta de montaña

c. Metodología didáctica aplicada en “ Deportes”

La estructura general del programa consiste en mostrar al alumnado un amplio abanico de deportes, haciéndoles rotar cada cuatro sesiones a otra disciplina deportiva y cuando el proceso de aprendizaje sea suficiente pasaremos a la organización de competiciones entre todos los cursos de la optativa, dándole ya un carácter más lúdico. Las sesiones de atletismo están programadas con antelación, participando los alumnos de los dos grupos a la vez, de forma simultánea.

El horario compartido en la optativa de tercero nos permite trabajar impartiendo la especialidad que más domina el profesorado, lo que mejorara el nivel de las clases, tanto didáctico como deportivo. En cuarto no hay horario compartido. Los métodos didácticos son los mismos que en la programación general.

Los procedimientos e instrumentos de evaluación, los criterios de calificación, materiales, procedimientos de recuperación, etc... son los mismos que en la programación general.

## 10. OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA: 1ºBACHILLERATO

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

El Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- b) Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.
- c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas con discapacidad.

- d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su comunidad autónoma.
- f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
- g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
- h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y la 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 los procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
- l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.
- n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.

La Consejería con competencias en materia de educación adoptará medidas para que la actividad física y la dieta equilibrada formen parte del comportamiento juvenil. A estos efectos, se promoverá la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos durante la jornada escolar, en los términos y condiciones que, siguiendo las recomendaciones de los organismos competentes, garanticen un desarrollo adecuado para favorecer una vida activa, saludable y autónoma. El diseño, coordinación y supervisión de las medidas que a estos efectos se adopten en el centro educativo serán asumidos por el profesorado con cualificación o especialización adecuada en estos ámbitos.

En el Bachillerato, la materia de Educación Física continúa con la progresión de los aprendizajes de las etapas anteriores, favoreciendo en el alumnado la adquisición de competencias relacionadas con la planificación de su propia actividad física como la autogestión y la autonomía. Dichas competencias le permitirán alcanzar un estilo de vida activo, con prácticas físicas seguras, higiénicas y saludables. Así, las competencias relacionadas con la salud serán un eje de actuación primordial tanto en el desarrollo de la condición física como en el resto de actividades motrices. En este sentido, se consolidarán hábitos responsables de actividad física regular y se adoptarán actitudes críticas ante prácticas individuales, grupales y sociales no saludables.

La acción motriz alcanzará un grado de complejidad superior a los cursos anteriores y perseguirá diferentes objetivos, distinguiéndose desde el propio rendimiento de la actividad, la recreación o la representación expresiva. La competencia motriz debe permitir saber qué hacer, cómo hacerlo, cuándo y con quién en función de los condicionantes cambiantes del entorno.

La materia contribuirá a la madurez del alumnado fomentando su desarrollo personal y social a través de la propia práctica y de la reflexión crítica de la misma, promoviendo situaciones de disfrute por la práctica, de emprendimiento y de relación con los demás.

La Educación Física debe a su vez desarrollar propuestas que profundicen en diversos elementos transversales, como la dieta equilibrada y toda aquella información relacionada con el conocimiento y prevención de las enfermedades de origen cardiovascular. También se incidirá sobre los aspectos transversales relacionados con el trabajo en equipo, el juego limpio, el respeto de las normas, la seguridad vial, el desarrollo sostenible y la seguridad en la práctica de la actividad física y el deporte.

## ¿Cómo contribuye la materia a la adquisición de las competencias clave?

Tal y como se describe en la LOMCE, todas las áreas o materias del currículo deben participar en el desarrollo de las distintas competencias del alumnado.

Estas, de acuerdo con las especificaciones de la ley, son:

1º Comunicación lingüística.

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

3º Competencia digital.

4º Aprender a aprender.

5º Competencias sociales y cívicas.

6º Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

7º Conciencia y expresiones culturales.

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

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

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

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

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

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

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

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

## 11. CONTENIDOS 1º BACHILLERATO

El desarrollo de los contenidos en el presente proyecto de Educación Física de 1º de Bachillerato sigue las directrices generales establecidas en la actualidad por la administración educativa. Los contenidos se adaptan a las capacidades de los alumnos y de las alumnas que inician esta etapa, y la profundidad con la que se han tratado permite desarrollarlos en su totalidad durante el curso académico.

Los contenidos de cada unidad aportan en su conjunto una visión global de los objetivos que persigue la Educación Física, desarrollándose todo tipo de actividades y propuestas (individuales, por parejas y en grupo) y ofreciéndose una amplia gama de recursos que ayudarán al alumnado a comprender los distintos contenidos desarrollados en cada unidad.

Para la selección de contenidos se ha tenido en consideración cuatro tipos de situaciones motrices diferentes, recogidas en la LOMCE: acciones motrices individuales en entornos estables; acciones motrices en situaciones de cooperación con y sin oposición; acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno y acciones motrices de índole artística o expresiva.

Perfeccionamiento de las habilidades específicas de las actividades físico-deportivas elegidas.

Ajuste de la realización de las habilidades técnicas a la finalidad y oportunidad de cada una de ellas.

Selección y realización de los fundamentos técnicos apropiados atendiendo a los cambios que se producen en el entorno de práctica.

Autogestión de las actividades físico-deportivas en el entorno natural como actividades de ocio: requisitos para utilizar los espacios naturales, comunicación de la actividad.

Adecuación de los componentes técnico tácticos a diferentes situaciones de juego.

Estrategias en las actividades de oposición practicadas. Búsqueda de situaciones de ventaja propia y desventaja del adversario.

Sistemas de juego de las actividades de colaboración-oposición elegidas.

Coordinación con los compañeros, responsabilidad en las propias funciones y ayudas en las estrategias colectivas.

Calidades de movimiento y expresividad. Espacio, tiempo e intensidad. Parámetros

espaciales y agrupamientos en las composiciones.

Coherencias expresivas y temporales de la música y el movimiento.

Las actividades artístico-expresivas como fenómeno colectivo y la influencia de las redes sociales (ejemplos como el del “flash mob”).

Manifestaciones culturales de la danza y la expresión corporal.

Práctica y caracterización de actividades de acondicionamiento físico que se ofertan en el entorno: cardiovasculares con y sin soporte musical, musculación, gimnasias posturales, etc. Profundización en el trabajo de acondicionamiento físico enfocado a las propias necesidades.

Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos.

Análisis de la implicación de los factores de la aptitud motriz en las actividades seleccionadas.

Márgenes de mejora de la aptitud motriz en función del nivel personal y de las posibilidades de práctica.

Programas de mejora de las capacidades físicas y coordinativas implicadas en las actividades físico-deportivas practicadas, dentro de los márgenes de la salud.

Hidratación y alimentación en los programas personales de actividad física.

Procedimientos para la autoevaluación de la aptitud motriz.

Toma de conciencia de las propias características y posibilidades.

Repercusión social y económica del fenómeno deportivo: deporte praxis versus deporte espectáculo, análisis de modelos de conducta que se asocian al deporte, intereses económicos y políticos, etc.

Ejercicio físico y modelo social de cuerpo. Cuerpo masculino y cuerpo femenino y su reflejo en las actividades individuales. Interferencias entre los modelos sociales de cuerpo y la salud.

El entorno natural y las actividades físico-deportivas: impacto de las actividades en los ecosistemas, relación entre la recreación y el civismo.

La norma como elemento regulador de conductas en las actividades sociomotrices.

Capacidades emocionales y sociales en la situación competitiva. Respeto y valoración del adversario.

Medidas de prevención y seguridad en las actividades físico-deportivas en el medio natural: información fiable sobre meteorología, adecuación de la indumentaria, estado de los materiales, adecuación del nivel de dificultad y el nivel de competencia de los participantes, avituallamiento y lugares de estancia o

pernoctación, etc.

Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

## 12. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE: 1º DE BACHILLERATO

1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.

1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.

1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.

1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.

1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.

2. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.

2.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.

2.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.

2.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.

3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

3.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.

3.2. Colabora con los participantes en las actividades físico- deportivas en las que se produce colaboración o colaboración- oposición y explica la aportación de cada uno.

- 3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
  - 3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.
  - 3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración- oposición, adaptándolas a las características de los participantes.
4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.
    - 4.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.
    - 4.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.
    - 4.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.
    - 4.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.
5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.
    - 5.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.
    - 5.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.
    - 5.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.
    - 5.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.
    - 5.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física,

reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.

5.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas.

6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.

6.1. Diseña, organiza y participa en las actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.

6.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.

7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico- expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.

7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.

7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.

7.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.

8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a si mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.

8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.

8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.

9. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.

9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.

9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.

### **13. TEMPORALIZACIÓN DE LOS CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE 1ºBACHILLERATO**

1º BACHILLERATO	1º TRIMESTRE	PISCINA + PISTAS		
CONTENIDO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EAE	VALOR	CC
Profundización en el trabajo de acondicionamiento físico enfocado a las propias necesidades. (fuerza, resistencia) <b>Nº de sesiones: 12</b>	4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones	4.1	2	SIEE
		4.2	1	SIEE
		4.3	2	SIEE
		4.4	5	SIEE
Perfeccionamiento de las habilidades específicas de la actividad físico-deportiva (individual medio estable) (Natación). <b>N.º sesiones: 10</b>	1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.	1.1	2,5	SIEE
		1.2	2,5	AA
		1.3	2,5	AA
		1.4	2,5	SIEE
Evaluación de la condición física (fuerza-resistencia) <b>N.º sesiones: 2</b>	5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.	5.1	0	AA
		5.2	10	SIEE
		5.3	0	CL
		5.4	0	CM
		5.5	0	CM
		5.6	0	SIEE

1º BACHILLERATO	2º TRIMESTRE	POLIDEPORTIVO		
CONTENIDO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EAE	VALOR	CC
Profundización en el trabajo de acondicionamiento físico (velocidad). <b>N.º sesiones: 4</b>	4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.	4.1	2	SIEE
		4.2	1	SIEE
		4.3	2	SIEE
		4.4	5	SIEE
Perfeccionamiento de acciones motrices en situaciones de cooperación con oposición (Hockey). <b>N.º sesiones: 10</b>	3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	3.1	2	AA
		3.2	2	CSC
		3.3	2	SIEE
		3.4	2	AA
		3.5	2	SIEE
Perfeccionamiento de las acciones motrices de índole artística o expresivas. <b>N.º sesiones: 7</b>	2. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.	2.1	2,5	CSC
		2.2	5	AA
		2.3	2,5	CEC
Evaluación de la condición física (velocidad) <b>N.º sesiones: 3</b>	5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de	5.1	0	AA
		5.2	10	SIEE
		5.3	0	CL

	las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.	5.4	0	CM
		5.5	0	CM
		5.6	0	SIEE
<b>1º BACHILLERATO</b>	<b>2º TRIMESTRE</b>	<b>GIMNASIO`+FRONTON</b>		
<b>CONTENIDO</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>EAE</b>	<b>VALOR</b>	<b>CC</b>
Profundización en el trabajo de acondicionamiento físico (flexibilidad) <b>N.º sesiones: 4</b>	4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.	4.1	2	SIEE
		4.2	1	SIEE
		4.3	2	SIEE
		4.4	5	SIEE
Perfeccionamiento de las habilidades específicas (deportes de adversario) (Frontón y tenis de mesa). <b>N.º sesiones: 12</b>	1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.	1.1	2,5	SIEE
		1.2	2,5	AA
		1.3	2,5	AA
		1.4	2,5	SIEE
Planificar, elaborar y poner en práctica un plan de entrenamiento personal atendiendo a las leyes y principios del entrenamiento.	5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus	5.1	2	AA
		5.2	2	SIEE
		5.3	2	CL
		5.4	2	CM

<b>N.º sesiones: 8</b>	características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.	5.5	1	CM
		5.6	1	SIEE
Evaluación de la condición física (flexibilidad) <b>N.º sesiones: 2</b>	5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.	5.1	0	AA
		5.2	10	SIEE
		5.3	0	CL
		5.4	0	CM
		5.5	0	CM
		5.6	0	SIEE
<b>1º BACHILLERATO</b>	<b>TRANSVERSAL (1º,2º,3º TRIMESTRE)</b>	<b>POLIDEPORTIVO</b>		
<b>CONTENIDO</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>EAE</b>	<b>VALOR</b>	<b>CC</b>
Medidas de prevención y seguridad en actividades físico-deportivas	7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la relación de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas.	7.1	2	AA
		7.2	2	SIEE
		7.3	2	SIEE
Coordinación con los compañeros y responsabilidad en sus propias funciones, y ayudas colectivas.	8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad.	8.1	2	CSC
		8.2	2	CSC

Utilización de las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso enseñanza-aprendizaje.	9. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.	9.1	5	CD
		9.2	5	CD

## 2. METODOLOGÍA Y RECURSOS DIDÁCTICOS (TODOS LOS NIVELES)

### 1. METODOLOGÍA

- a) Las aportaciones de la investigación didáctica, nos llevan a una propuesta del proceso de enseñanza del llamado modelo constructivista de aprendizaje que se concreta en los siguientes puntos:
- Investigación sobre las ideas previas de los alumnos referente a los contenidos expuestos
  - Aprendizaje significativo de los contenidos, a partir de contenidos potencialmente significativos y que provoque una actitud favorable en el alumnado para su aprendizaje.
  - Contenidos seleccionados referenciados a estudios anteriores y teniendo en cuenta la edad y desarrollo de los alumnos
  - Disposición de materiales y recursos para el desarrollo del trabajo en el aula
  - Conocer las ideas de partida del alumnado al comenzar la unidad didáctica para lograr aprendizajes significativos
- b) Por otra parte, para facilitar a los alumnos y alumnas la integración del aprendizaje en el cuerpo de conocimientos que ya poseen, proponemos actividades variadas con objetivos diversos.
- c) Otro aspecto que hay que considerar por su influencia en el proceso de enseñanza- aprendizaje es la organización del propio aula. En este sentido la estructuración de la clase será diferente dependiendo del objetivo a cumplir, trabajando a veces de forma individual, en parejas como método de ayuda y observación del compañero, en pequeños grupos de trabajo en equipo o en grandes grupos cuando el contenido responda a objetivos de socialización y aceptación de los demás.
- d) Los métodos didácticos utilizados fundamentalmente son:
- Para el acondicionamiento físico, instrucción directa y enseñanza por la búsqueda.
  - Para las habilidades deportivas, método analítico global y reproducción de

modelos.

- Para lo relacionado con la expresión corporal y actividades en la naturaleza, método mixto.
- e) Para lograr los objetivos propuestos se podrán utilizar recursos didácticos alternativos; por ejemplo la práctica con implementos como patines, bicicletas,...para trabajar la resistencia aeróbica y anaeróbica, la fuerza y la velocidad.
- f) Además de lo explicado hasta el momento en cuanto a la Metodología a desarrollar en nuestra asignatura, queremos señalar que durante el presente curso académico vamos a continuar con una serie de medidas para fomentar la motivación y participación del alumnado, desarrollar las Competencias Claves y trabajar las habilidades sociales de cada grupo en nuestras clases.

Estas medidas podríamos concretarlas en los siguientes puntos:

- a) Partir de intereses particulares del alumnado: consiste en pedir a los alumnos que enumeren los temas relacionados con nuestra asignatura que más les atraen. A raíz de esta lluvia de ideas, se pide que formen Equipos de Trabajo en función del tema que les gusta.
- b) Trabajo en Equipo (investigación-preparación-realización de las sesiones): una vez establecidos los Equipos se les concede un tiempo de reuniones (recreos y por las tardes) para investigar el tema, organizarse y traer a clase las sesiones a realizar.
- c) Rol de profesor: Cada miembro del Equipo asume el papel de profesor del tema preparado y dirige las sesiones correspondientes. Se trabaja de este modo la expresión oral, la capacidad de organización y anticipación de problemas y la empatía respecto a la figura del profesorado.
- d) Debate de “mejora grupal”: Quedando 10 minutos para concluir cada una de las sesiones, el docente pausa la clase para introducir al grupo de alumnos y

alumnos- profesores en un debate abierto donde cada uno puede, por turnos, exponer sus opiniones y argumentar de manera constructiva cualquier crítica con el fin de mejorar en posteriores sesiones a realizar. Se trabaja la capacidad de expresión verbal, análisis de problemas, aceptar y ofrecer críticas constructivas, etc...en un ambiente de cooperación entre todos los compañeros de la clase.

## 2. RECURSOS DIDÁCTICOS

Las instalaciones de las que dispone el centro, son mixtas por una parte contamos con las municipales que nos permiten el desarrollo de nuestras prácticas en instalaciones de gran calidad.

Instalaciones municipales:

- Polideportivo cubierto
- Centro acuático
- Pista de atletismo de 400m
- Campo de futbol de césped artificial
- Tres frontones cortos y uno largo

Instalaciones del centro:

- Dos pistas polideportiva al aire libre
- Gimnasio.

En cuanto al material fungible el instituto está dotado de 10 balones por especialidad, dos mesas de tenis de mesa, material de unihockey, diverso material para atletismo y gomas, balones medicinales para trabajo con sobre carga.

El departamento no utiliza libros de texto, damos el contenido teórico con apuntes elaborados por nosotros mismos para los cursos de 1ºy2ºESO, para los alumnos de 3ºy4ºESO, se les da y explica un guion que desarrollaran facilitándoles bibliografía tradicional y digital, para los alumnos de bachillerato, se les da un guión para desarrollar un programa básico de preparación física que expondrán en formato digital y en grupo, y que abrirá el debate con el resto de

los compañeros.

En cualquiera de las estrategias didácticas adoptadas es esencial la realización de actividades por parte del alumnado, puesto que cumplen los objetivos siguientes: Afianzan la comprensión de los conceptos y permiten al profesorado comprobarlo.

Son la base para el trabajo con los procedimientos característicos del método científico. Permiten dar una dimensión práctica a los conceptos.

Fomentan actitudes que ayudan a la formación humana del alumnado.

#### Criterios para la selección de las actividades:

Se plantean actividades y prácticas de diverso tipo para cuya selección se han seguido los criterios siguientes:

- Que desarrollen la capacidad del alumnado para aprender por sí mismo, utilizando diversas estrategias.
- Que proporcionen situaciones de aprendizaje que exijan una intensa actividad mental y lleven a reflexionar y a justificar las afirmaciones o las actuaciones.
- Que estén perfectamente interrelacionadas con los contenidos teóricos.
- Que tengan una formulación clara, para que el alumnado entienda sin dificultad lo que debe hacer.
- Que sean variadas y permitan afianzar los conceptos; trabajar los procedimientos (textos, imágenes, gráficos), desarrollar actitudes que colaboren a la formación humana y atender a la diversidad en el aula (tienen distinto grado de dificultad).
- Que den una proyección práctica a los contenidos, aplicando los conocimientos a la realidad.
- Que sean motivadoras y conecten con los intereses del alumnado, por referirse a temas actuales o relacionados con su entorno.

### **3. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**

La evaluación inicial se planificará siguiendo los objetivos y criterios establecidos para cada curso.

Como ya se ha dicho anteriormente, los contenidos y los criterios de calificación se transmitirán oralmente a los alumnos el primer día de clase.

Para la titulación de los alumnos, el departamento se acoge, así como la totalidad de departamentos del IES, a las competencias clave que marca la ley.

Los profesores realizaremos como todos los años un seguimiento de la programación mensualmente, reflejado en las actas del departamento, donde se analizarán los resultados y se realizarán propuestas de mejora si fuera necesario.

Como procedimientos de evaluación para las habilidades deportivas y expresión corporal utilizaremos como método la observación directa y para el acondicionamiento físico, batería de test:

- Resistencia (Coursenavette, Cooper) ambos para medir el consumo máximo de oxígeno.
- Fuerza (lanzamiento de balón medicinal) mide fuerza potencia del tren superior; (salto en detente) mide fuerza potencia del tren inferior: (abdominales en 30" y 1´) mide la fuerza resistencia abdominal.
- Velocidad (carrera 50m lisos) mide la velocidad desplazamiento (carrera 50m vallas) mide la velocidad de los movimientos acíclicos (circuito de velocidad reacción) que mide la velocidad de reacción.
- Flexibilidad (test de flexión profunda del cuerpo) que mide la flexibilidad general (flexo extensión de piernas sentado en banco milimetrado) que mide la flexibilidad de la articulación de la cadera y elasticidad de los músculos posteriores del tren inferior.
- Coordinación: observación directa a través de las habilidades demostradas en las actividades deportivas.

**Todo esto se realizará mediante la utilización de las siguientes rúbricas:**

**BAREMOS FÍSICOS 1º ESO**

FLEXIBILIDAD			SALTO HORIZONTAL			ABDOMINALES 1´		
Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas
43	10	48	2,10	10	1,70	47	10	45
40	9,5	46	2,03	9,5	1,64	45	9,5	43
38	9	43	1,96	9	1,59	44	9	42
35	8,5	41	1,89	8,5	1,53	42	8,5	40
33	8	38	1,82	8	1,48	41	8	39
30	7,5	36	1,75	7,5	1,42	39	7,5	37
28	7	33	1,68	7	1,37	38	7	36
25	6,5	31	1,61	6,5	1,31	36	6,5	34
23	6	28	1,54	6	1,26	35	6	33
20	5,5	26	1,47	5,5	1,20	33	5,5	31
18	5	23	1,40	5	1,14	31	5	30
16	4,5	21	1,35	4,5	1,09	30	4,5	28
15	4	19	1,30	4	1,04	28	4	26
13	3,5	17	1,25	3,5	0,98	27	3,5	25
12	3	15	1,20	3	0,93	25	3	23
10	2,5	14	1,14	2,5	0,87	24	2,5	22
8	2	12	1,10	2	0,82	22	2	20
7	1,5	10	1,05	1,5	0,76	21	1,5	19
5	1	8	1,00	1	0,71	19	1	17
4	0,5	6	0,95	0,5	0,65	18	0,5	16
2	0	4	0,90	0	0,60	16	0	14
VELOC 50 M			TEST DE COOPER			BALON MEDICINAL		
Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas
7,20	10	7,69	2680,00	10	2270,00	8,0	10	6,0
7,46	9,5	7,96	2400,00	9,5	2175,00	7,7	9,5	5,8
7,73	9	8,22	2175,00	9	2000,00	7,5	9	5,6
7,99	8,5	8,49	2042,00	8,5	1940,00	7,2	8,5	5,4
8,26	8	8,76	2000,00	8	1840,00	6,9	8	5,2
8,52	7,5	9,02	1975,00	7,5	1760,00	6,6	7,5	5,0
8,78	7	9,28	1900,00	7	1733,00	6,4	7	4,8
9,05	6,5	9,55	1860,00	6,5	1700,00	6,1	6,5	4,6
9,32	6	9,81	1810,00	6	1690,00	5,8	6	4,4
9,58	5,5	10,08	1700,00	5,5	1650,00	5,5	5,5	4,2
9,85	5	10,35	1760,00	5	1590,00	5,3	5	4,0
10,11	4,5	10,61	1740,00	4,5	1542,00	5,0	4,5	3,8
10,38	4	10,88	1680,00	4	1500,00	4,7	4	3,6
10,64	3,5	11,14	1620,00	3,5	1475,00	4,4	3,5	3,4
10,91	3	11,41	1590,00	3	1420,00	4,1	3	3,2
11,17	2,5	11,67	1500,00	2,5	1356,00	3,9	2,5	3,0
11,44	2	11,94	1450,00	2	1220,00	3,6	2	2,8
11,70	1,5	12,20	1356,00	1,5	1200,00	3,3	1,5	2,6
11,97	1	12,47	1300,00	1	1130,00	3,1	1	2,4
12,23	0,5	12,73	1000,00	0,5	1000,00	2,8	0,5	2,2
12,50	0	13,00	924,00	0	899,00	2,5	0	2,0

**BAREMOS FÍSICOS 2º ESO**

FLEXIBILIDAD			SALTO HORIZONTAL			ABDOMINALES 1´		
Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas
45	10	50	2,30	10	1,95	50	10	48
43	9,5	48	2,23	9,5	1,88	48	9,5	46
40	9	45	2,15	9	1,82	47	9	45
38	8,5	43	2,09	8,5	1,75	45	8,5	43
35	8	40	2,02	8	1,69	43	8	41
33	7,5	38	1,95	7,5	1,62	42	7,5	40
30	7	35	1,88	7	1,56	40	7	38
28	6,5	33	1,81	6,5	1,49	38	6,5	36
25	6	30	1,74	6	1,43	37	6	35
23	5,5	28	1,67	5,5	1,36	35	5,5	33
20	5	25	1,60	5	1,30	34	5	32
18	4,5	23	1,54	4,5	1,24	32	4,5	30
17	4	21	1,48	4	1,18	30	4	28
15	3,5	19	1,42	3,5	1,12	29	3,5	27
13	3	17	1,36	3	1,06	27	3	25
12	2,5	16	1,30	2,5	1,00	25	2,5	23
10	2	14	1,24	2	0,94	24	2	22
8	1,5	12	1,18	1,5	0,88	22	1,5	20
6	1	10	1,12	1	0,82	20	1	18
5	0,5	8	1,06	0,5	0,76	19	0,5	17
3	0	6	1,00	0	0,70	17	0	15
VELOC 50 M			TEST DE COOPER			BALÓN MEDICINAL		
Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas
7,00	10	7,50	2615,00	10	2197,00	9,0	10	7,0
7,26	9,5	7,76	2402,00	9,5	2085,00	8,7	9,5	6,8
7,52	9	8,02	2320,00	9	2005,00	8,4	9	6,5
7,78	8,5	8,28	2213,00	8,5	1899,00	8,1	8,5	6,3
8,03	8	8,54	2150,00	8	1837,00	7,8	8	6,0
8,29	7,5	8,80	2096,00	7,5	1785,00	7,5	7,5	5,8
8,56	7	9,06	2049,00	7	1738,00	7,2	7	5,6
8,82	6,5	9,32	2008,00	6,5	1698,00	6,9	6,5	5,3
9,08	6	9,58	1964,00	6	1655,00	6,6	6	5,1
9,34	5,5	9,84	1926,00	5,5	1617,00	6,3	5,5	4,8
9,60	5	10,10	1885,00	5	1577,00	6,0	5	4,6
9,86	4,5	10,36	1844,00	4,5	1537,00	5,7	4,5	4,4
10,11	4	10,62	1806,00	4	1499,00	5,4	4	4,1
10,38	3,5	10,88	1762,00	3,5	1456,00	5,1	3,5	3,9
10,63	3	11,14	1721,00	3	1416,00	4,8	3	3,6
10,89	2,5	11,40	1674,00	2,5	1369,00	4,5	2,5	3,4
11,16	2	11,66	1620,00	2	1317,00	4,2	2	3,2
11,42	1,5	11,92	1557,00	1,5	1255,00	3,9	1,5	2,9
11,68	1	12,18	1450,00	1	1149,00	3,6	1	2,7
11,94	0,5	12,44	1368,00	0,5	1069,00	3,3	0,5	2,4
12,20	0	12,70	1199,00	0	974,00	3,0	0	2,2

**BAREMOS FÍSICOS 3º ESO**

FLEXIBILIDAD			SALTO HORIZONTAL			ABDOMINALES 1´		
Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas
46	10	51	2,50	10	2,10	53	10	51
44	9,5	49	2,43	9,5	2,03	51	9,5	49
41	9	46	2,36	9	1,97	50	9	48
39	8,5	44	2,29	8,5	1,90	48	8,5	46
36	8	41	2,21	8	1,84	46	8	44
34	7,5	39	2,15	7,5	1,77	44	7,5	42
31	7	36	2,08	7	1,70	43	7	41
29	6,5	34	2,00	6,5	1,64	41	6,5	39
26	6	31	1,94	6	1,57	39	6	37
24	5,5	29	1,87	5,5	1,51	37	5,5	35
21	5	26	1,80	5	1,44	36	5	34
19	4,5	24	1,73	4,5	1,38	34	4,5	32
18	4	22	1,66	4	1,32	32	4	30
16	3,5	20	1,59	3,5	1,25	30	3,5	28
14	3	18	1,52	3	1,19	29	3	27
13	2,5	17	1,45	2,5	1,12	27	2,5	25
11	2	15	1,38	2	1,06	25	2	23
9	1,5	13	1,31	1,5	0,99	23	1,5	21
7	1	11	1,24	1	0,93	22	1	20
6	0,5	9	1,17	0,5	0,86	20	0,5	18
4	0	7	1,10	0	0,80	18	0	16
VELOC 50 M			1000 METROS			BALÓN MEDICINAL		
Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas
6,80	10	7,29	3,30	10	3,50	10,00	10	8,00
7,06	9,5	7,55	3,41	9,5	4,03	9,67	9,5	7,72
7,31	9	7,81	3,51	9	4,15	9,35	9	7,45
7,57	8,5	8,07	4,02	8,5	4,28	9,02	8,5	7,17
7,84	8	8,33	4,12	8	4,40	8,69	8	6,90
8,10	7,5	8,60	4,23	7,5	4,53	8,37	7,5	6,62
8,36	7	8,86	4,33	7	5,05	8,04	7	6,35
8,61	6,5	9,11	4,44	6,5	5,18	7,72	6,5	6,07
8,87	6	9,37	4,54	6	5,30	7,40	6	5,80
9,14	5,5	9,63	5,05	5,5	5,43	7,07	5,5	5,52
9,40	5	9,89	5,15	5	5,55	6,75	5	5,25
9,66	4,5	10,16	5,26	4,5	6,08	6,42	4,5	4,97
9,92	4	10,42	5,36	4	6,20	6,10	4	4,70
10,18	3,5	10,68	5,47	3,5	6,33	5,77	3,5	4,42
10,44	3	10,94	5,57	3	6,45	5,45	3	4,14
10,70	2,5	11,20	6,08	2,5	6,58	5,12	2,5	3,87
10,96	2	11,46	6,18	2	7,10	4,80	2	3,59
11,22	1,5	11,72	6,29	1,5	7,23	4,47	1,5	3,32
11,48	1	11,97	6,39	1	7,35	4,15	1	3,05
11,74	0,5	12,23	6,50	0,5	7,48	3,82	0,5	2,77
12,00	0	12,49	7,00	0	8,00	3,50	0	2,50

**BAREMOS FÍSICOS 4º ESO**

FLEXIBILIDAD			SALTO HORIZONTAL			ABDOMINALES 1´		
Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas
48	10	52	2,70	10	2,20	55	10	52
45	9,5	50	2,63	9,5	2,13	53	9,5	50
43	9	47	2,56	9	2,06	52	9	49
40	8,5	45	2,49	8,5	2,00	50	8,5	47
38	8	42	2,42	8	1,94	49	8	45
35	7,5	40	2,35	7,5	1,87	47	7,5	43
32	7	37	2,28	7	1,81	45	7	42
30	6,5	35	2,21	6,5	1,74	44	6,5	40
27	6	32	2,14	6	1,68	42	6	38
25	5,5	30	2,07	5,5	1,61	41	5,5	36
22	5	27	2,00	5	1,54	39	5	35
20	4,5	25	1,92	4,5	1,48	37	4,5	33
19	4	23	1,84	4	1,42	35	4	31
17	3,5	21	1,76	3,5	1,35	33	3,5	29
15	3	19	1,68	3	1,28	31	3	27
14	2,5	18	1,60	2,5	1,22	29	2,5	26
12	2	16	1,52	2	1,15	27	2	24
10	1,5	14	1,44	1,5	1,09	25	1,5	22
8	1	12	1,36	1	1,02	23	1	20
7	0,5	10	1,28	0,5	0,96	21	0,5	19
5	0	8	1,20	0	0,89	19	0	17
VELOC 50 M			TEST DE COOPER			BALÓN MEDICINAL		
Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas
6,59	10	7,10	2757,00	10	2273,00	11,0	10	8,5
6,84	9,5	7,34	2544,00	9,5	2161,00	10,7	9,5	8,2
7,08	9	7,58	2462,00	9	2081,00	10,3	9	7,9
7,33	8,5	7,82	2384,00	8,5	1975,00	10,0	8,5	7,7
7,57	8	8,06	2292,00	8	1913,00	9,6	8	7,4
7,82	7,5	8,30	2238,00	7,5	1861,00	9,3	7,5	7,1
8,07	7	8,54	2191,00	7	1814,00	8,9	7	6,8
8,31	6,5	8,77	2150,00	6,5	1771,00	8,6	6,5	6,5
8,56	6	9,02	2106,00	6	1731,00	8,2	6	6,3
8,80	5,5	9,26	2068,00	5,5	1693,00	7,9	5,5	6,0
9,05	5	9,50	2027,00	5	1655,00	7,5	5	5,7
9,29	4,5	9,74	1986,00	4,5	1615,00	7,2	4,5	5,4
9,54	4	9,98	1948,00	4	1575,00	6,8	4	5,1
9,78	3,5	10,22	1904,00	3,5	1532,00	6,5	3,5	4,9
10,03	3	10,46	1863,00	3	1492,00	6,1	3	4,6
10,27	2,5	10,70	1816,00	2,5	1445,00	5,8	2,5	4,3
10,52	2	10,94	1762,00	2	1393,00	5,4	2	4,0
10,76	1,5	11,18	1699,00	1,5	1331,00	5,1	1,5	3,7
11,01	1	11,42	1592,00	1	1225,00	4,7	1	3,5
11,25	0,5	11,66	1510,00	0,5	1145,00	4,4	0,5	3,2
11,50	0	11,90	1422,00	0	1021,00	4,0	0	2,9

**BAREMOS FÍSICOS 1º Bachillerato**

FLEXIBILIDAD			SALTO HORIZONTAL			ABDOMINALES 1´		
Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas
49	10	53	2,90	10	2,40	60	10	53
46	9,5	51	2,82	9,5	2,33	58	9,5	51
44	9	48	2,74	9	2,27	57	9	50
41	8,5	46	2,67	8,5	2,20	55	8,5	48
39	8	43	2,59	8	2,14	53	8	46
36	7,5	41	2,52	7,5	2,07	51	7,5	45
33	7	38	2,44	7	2,00	50	7	43
31	6,5	36	2,37	6,5	1,94	48	6,5	41
28	6	33	2,29	6	1,88	46	6	40
26	5,5	31	2,22	5,5	1,81	44	5,5	38
23	5	28	2,15	5	1,75	43	5	37
21	4,5	26	2,07	4,5	1,68	41	4,5	35
20	4	24	2,00	4	1,62	39	4	33
18	3,5	22	1,92	3,5	1,55	37	3,5	32
16	3	20	1,85	3	1,49	36	3	30
15	2,5	19	1,77	2,5	1,42	34	2,5	28
13	2	17	1,70	2	1,36	32	2	27
11	1,5	15	1,62	1,5	1,29	30	1,5	25
9	1	13	1,55	1	1,23	29	1	23
8	0,5	11	1,47	0,5	1,16	27	0,5	22
6	0	9	1,40	0	1,10	25	0	20
VELOCIDAD 50 M.			1000 METROS			BALÓN MEDICINAL		
Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas	Marca Chicos	Nota	Marca Chicas
6,40	10	6,90	3,09	10	3,20	12,0	10	9,0
6,63	9,5	7,15	3,18	9,5	3,31	11,6	9,5	8,7
6,86	9	7,40	3,26	9	3,42	11,2	9	8,4
7,09	8,5	7,65	3,35	8,5	3,53	10,8	8,5	8,1
7,31	8	7,90	3,43	8	4,04	10,4	8	7,8
7,55	7,5	8,15	3,52	7,5	4,15	10,1	7,5	7,5
7,77	7	8,40	4,00	7	4,26	9,7	7	7,2
8,01	6,5	8,65	4,09	6,5	4,37	9,3	6,5	6,9
8,23	6	8,90	4,17	6	4,48	8,9	6	6,6
8,46	5,5	9,15	4,26	5,5	4,59	8,5	5,5	6,3
8,69	5	9,40	4,35	5	5,10	8,1	5	6,0
8,93	4,5	9,60	4,43	4,5	5,21	7,7	4,5	5,7
9,16	4	9,80	4,52	4	5,32	7,3	4	5,4
9,39	3,5	10,00	5,00	3,5	5,43	6,9	3,5	5,1
9,61	3	10,19	5,09	3	5,54	6,5	3	4,8
9,85	2,5	10,40	5,17	2,5	6,05	6,2	2,5	4,5
10,08	2	10,60	5,26	2	6,16	5,8	2	4,2
10,31	1,5	10,80	5,34	1,5	6,27	5,4	1,5	3,9
10,54	1	11,00	5,43	1	6,38	5,0	1	3,6
10,77	0,5	11,20	5,51	0,5	6,49	4,6	0,5	3,3
11,00	0	11,40	6,00	0	7,00	4,2	0	3,0

Unidad didáctica: Expresión corporal – EXAMEN

Curso: Fecha:

NAME OF GROUP:	
1.Are they dancing according to the music?	
2. Are they coordinated?	
3. Is their choreography original and creative?	
4. Are they wearing original dresses?	
If you were the teacher, which punctuation would they have?	

NAME OF GROUP:	
1.Are they dancing according to the music?	
2. Are they coordinated?	
3. Is their choreography original and creative?	
4. Are they wearing original dresses?	
If you were the teacher, which punctuation would they have?	

NAME OF GROUP:	
1.Are they dancing according to the music?	
2. Are they coordinated?	
3. Is their choreography original and creative?	
4. Are they wearing original dresses?	
If you were the teacher, which punctuation would they have?	









NOMBRE	Realiza un buen conducción del balón en zig zag			Ejecuta correctamente la mecánica del pase			Controla correctamente el balón			Ejecuta correctamente el regate			Ejecuta correctamente la mecánica del tiro			Enlaza correctamente el regate con el tiro			Realiza el circuito sin equivocaciones			Realiza el circuito a máxima intensidad			Actitud en clase	Comportamiento en clase
	S	N	AV	S	N	AV	S	N	AV	S	N	AV	S	N	AV	S	N	AV	S	N	AV	S	N	AV	1 a 10	1 a 10
					</																					







#### 4. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Los distintos instrumentos de evaluación acordados por el departamento se valorarán a través de distintos ítems y de su media ponderada.

<b>Instrumentos de calificación</b>	<b>Valor porcentual</b>	<b>Nota puntos</b>
. Contexto teórico(examen, elaboración de ficha o exposición)	20 %	2
. Contexto práctico (batería de test, guía control-registro)	70%	7
.Actitud (disposición, asistencia, atuendo deportivo y material)	10 %	1

- Tres faltas injustificadas a lo largo de un mismo trimestre representará la no superación de dicha evaluación.
- El no traer reiteradamente hasta cuatro veces la indumentaria adecuada significará la no superación de dicha evaluación.
- Otro de los criterios a tener en cuenta en la evaluación será las medidas de higiene corporal. (se quitará 0,25 puntos cada vez que no traiga la camiseta)
- Para superar la asignatura en su totalidad es condición imprescindible aprobar los tres instrumentos de calificación. De lo contrario no se hará nota media y quedará suspensa la asignatura en su totalidad.
- Bachillerato, los alumnos con pérdida de evaluación continua, deberán presentarse y aprobar con un 5 los exámenes ordinarios y en su caso extraordinarios de junio en su parte teórica y práctica.

A continuación se adjunta las rúbricas generales que justifican los instrumentos de calificación:

## EVALUACIÓN DE LA ACTITUD DEL ALUMNADO

CATEGORÍA	INDICADOR DE LOGRO Y PUNTUACIÓN					Puntuación
	MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	SUFICIENTE	NOTABLE	EXCELENTE	
	0 punto	0.25 punto	0.5 punto	0.75 punto	1 punto	
<b>PARTICIPACIÓN</b>	El alumno nunca participa en la dinámica del aula, en la corrección de ejercicios, la aportación de ideas ni la solución de dudas.	El alumno ocasionalmente participa activamente en la dinámica del aula, en la corrección de ejercicios, la aportación de ideas y la solución de dudas.	El alumno frecuentemente participa activamente en la dinámica del aula, en la corrección de ejercicios, la aportación de ideas y la solución de dudas.	El alumno casi siempre participa activamente en la dinámica del aula, en la corrección de ejercicios, la aportación de ideas y la solución de dudas.	El alumno siempre participa activamente en la dinámica del aula, en la corrección de ejercicios, la aportación de ideas y la solución de dudas.	0,00
<b>RESPECTO</b>	El alumno muestra falta de respeto hacia el profesor y sus compañeros, creando un mal ambiente en el aula.	El alumno muestra el respeto básico hacia el profesor y sus compañeros, pero sin ayudar a la creación de un buen ambiente en el aula.	El alumno muestra un aceptable nivel de respeto hacia el profesor y sus compañeros, contribuyendo en líneas generales a un buen ambiente en el aula.	El alumno muestra un alto nivel de respeto hacia el profesor y sus compañeros, contribuyendo a un buen ambiente en el aula.	El alumno muestra un total respeto hacia el profesor y sus compañeros, contribuyendo a un buen ambiente en el aula.	0,00

<b>ESFUERZO</b>	El alumno nunca realiza las tareas correcta e íntegramente con frecuencia.	El alumno realiza las tareas correcta e íntegramente de manera ocasional, o con frecuencia pero con de manera incorrecta o parcial.	El alumno realiza las tareas correcta e íntegramente con frecuencia, o casi siempre pero con puntuales incorrecciones u omisiones.	El alumno realiza casi siempre las tareas correcta e íntegramente, o siempre pero con puntuales incorrecciones u omisiones.	El alumno realiza siempre las tareas correcta e íntegramente.	0,00
<b>LIMPIEZA</b>	El alumno nunca realiza con pulcritud su trabajo y mantiene su pupitre en malas condiciones.	El alumno realiza ocasionalmente con pulcritud su trabajo y mantiene su pupitre en aceptables condiciones.	El alumno realiza frecuentemente con pulcritud su trabajo y mantiene su pupitre en buenas condiciones.	El alumno realiza casi siempre con pulcritud su trabajo y mantiene su pupitre en excelentes condiciones.	El alumno realiza siempre con pulcritud su trabajo y mantiene su pupitre en óptimas condiciones.	0,00
					<b>TOTAL</b>	<b>0,00</b>

# EVALUACIÓN DEL TRABAJO DIARIO

APARTADO	CATEGORÍA	INDICADOR DE LOGRO Y PUNTUACIÓN					Puntuación
		MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	SUFICIENTE	NOTABLE	EXCELENTE	
		0 punto	0.25 punto	0.5 punto	0.75 punto	1 punto	
A	Atención a contenidos	El alumnos no presta atención a la exposición de contenidos	El alumnos se distrae frecuentemente durante la exposición de contenidos	El alumnos se distrae bastantes veces durante la exposición de contenidos	El alumnos no se distrae casi nunca durante la exposición de contenidos	El alumnos no se distrae durante la exposición de contenidos	0,00
B	Participación activa (pregunta de seguimiento)	El alumno no responde cuando se le hace una pregunta en el aula y nunca se ofrece a responder	El alumno responde cuando se le hace una pregunta en el aula pero nunca se ofrece a responder	El alumno responde cuando se le hace una pregunta en el aula pero pocas veces se ofrece a responder	El alumno responde cuando se le hace una pregunta en el aula y suele ofrecerse a responder	El alumno responde cuando se le hace una pregunta en el aula y siempre se ofrece a responder	0,00
C	Realización de las actividades	El alumno no realiza las actividades propuestas para las sesiones	El alumno frecuentemente no realiza las actividades propuestas para las sesiones	El alumno bastantes veces no realiza las actividades propuestas para las sesiones	El alumno casi siempre realiza las actividades propuestas para las sesiones	El alumno siempre realiza las actividades propuestas para las sesiones	0,00
D	Ayuda a compañeros (tutoría entre iguales)	El alumno no ayuda a sus compañeros cuando le preguntan	El alumno frecuentemente no ayuda a sus compañeros cuando le preguntan	El alumno bastantes veces no ayuda a sus compañeros cuando le preguntan	El alumno casi siempre ayuda a sus compañeros cuando le preguntan	El alumno siempre ayuda a sus compañeros cuando le preguntan	0,00
E	Resolución de actividades (resolución de ejercicios)	El alumno rehúsa resolver las actividades cuando se le solicita	El alumno frecuentemente rehúsa resolver las actividades cuando se le solicita	El alumno bastantes veces rehúsa resolver las actividades cuando se le solicita	El alumno casi siempre resuelve las actividades cuando se le solicita	El alumno siempre resuelve las actividades cuando se le solicita	0,00
F	Clima en el aula	El alumno impide el desarrollo normal de las sesiones	El alumno impide frecuentemente el desarrollo normal de las sesiones	El alumno impide bastantes veces el desarrollo normal de las sesiones	El alumno casi nunca impide el desarrollo normal de las sesiones	El alumno nunca impide el desarrollo normal de las sesiones	0,00
<i>Nota Trabajo Diario = 2A + 2B + 3C + D + E + F</i>						Total	0,00

## EVALUACIÓN HOJAS DE EJERCICIOS

APARTADO	CATEGORÍA	INDICADOR DE LOGRO Y PUNTUACIÓN					Puntuación
		MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	SUFICIENTE	NOTABLE	EXCELENTE	
		0 punto	0.25 punto	0.5 punto	0.75 punto	1 punto	
A	Entrega	El alumno no entrega las actividades propuestas	El alumno entrega las actividades fuera de plazo y por un medio distinto	El alumno entrega las actividades fuera de plazo por el medio solicitado	El alumno entrega las actividades en plazo pero por un medio distinto	El alumno entrega las actividades en plazo y por el medio solicitado	0,00
B	Actividades realizadas	El alumno no realiza las actividades propuestas	El alumno no realiza la mayoría de las actividades propuestas	El alumno no realiza bastantes de las actividades propuestas	El alumno realiza casi todas las actividades propuestas	El alumno realiza todas las actividades propuestas	0,00
C	Leyes y principios	El alumno no hace referencia a las leyes y principios usados	El alumno frecuentemente no hace referencia a las leyes y principios usados	El alumno bastantes ocasiones no hace referencia a las leyes y principios usados	El alumno casi siempre hace referencia a las leyes y principios usados	El alumno siempre hace referencia a las leyes y principios usados	0,00
D	Ecuaciones y coherencia matemática	El alumno solo plasma el resultado	El alumno no plantea la ecuación utilizada ni especifica los valores usados al sustituir en la ecuación	El alumno no plantea la ecuación utilizada pero especifica los valores usados al sustituir en la ecuación	El alumno plantea la ecuación utilizada pero no especifica los valores usados al sustituir en la ecuación	El alumno plantea la ecuación utilizada y especifica en ella los valores usados al sustituir	0,00
E	Unidades	El alumno expresa el resultado sin unidades	El alumno no hace referencia a unidades en pasos intermedios y expresa el resultado en unidades incorrectas	El alumno no hace referencia a unidades en pasos intermedios y expresa el resultado en unidades correctas	El alumno hace referencia a unidades en pasos intermedios y expresa el resultado en unidades incorrectas	El alumno hace referencia a unidades en pasos intermedios y expresa el resultado en unidades correctas	0,00
F	Errores	El alumno comete errores en todos los ejercicios	El alumno comete frecuentemente errores en todos los ejercicios	El alumno comete en bastantes ocasiones errores en todos los ejercicios	El alumno casi nunca comete errores en todos los ejercicios	El alumno no comete errores en todos los ejercicios	0,00
						<b>TOTAL</b>	<b>0,00</b>

*Nota Hojas de Ejercicios = A + B + 2C + 2D + 2E + 2F*

## EVALUACIÓN DEL TRABAJO EN EL CUADERNO

APARTADO	CATEGORÍA	INDICADOR DE LOGRO Y PUNTUACIÓN					Puntuación
		MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	SUFICIENTE	NOTABLE	EXCELENTE	
		0 punto	0.25 punto	0.5 punto	0.75 punto	1 punto	
A	Contenidos teóricos	En el cuaderno no están recogidos los contenidos teóricos.	En el cuaderno faltan la mayoría de los contenidos teóricos.	En el cuaderno están recogidos aproximadamente la mitad de los contenidos teóricos.	En el cuaderno están la mayoría de los contenidos teóricos.	En el cuaderno están todos los contenidos teóricos.	0,00
B	Contenidos prácticos (ejercicios)	En el cuaderno no están recogidos los contenidos prácticos.	En el cuaderno faltan la mayoría de los contenidos prácticos.	En el cuaderno están recogidos aproximadamente la mitad de los contenidos prácticos.	En el cuaderno están la mayoría de los contenidos prácticos.	En el cuaderno están todos los contenidos prácticos.	0,00
C	Errores	No se señalan errores corregidos y no se dejan de cometer	Señala algunos de los errores corregidos pero los vuelve a cometer frecuentemente.	Señala los errores corregidos pero los vuelve a cometer frecuentemente.	Señala los errores corregidos y los vuelve a cometer de forma esporádica.	Señala los errores corregidos y no los vuelve a cometer.	0,00
D	Autocorrección	No corrige las actividades.	Tiene algunas actividades corregidas.	Tiene aproximadamente la mitad de las actividades corregidas.	Tiene la mayoría de las actividades corregidas.	Tiene todas las actividades corregidas.	0,00
E	Presentación y Organización	El cuaderno está totalmente desordenado.	El cuaderno tiene varias partes desordenadas.	El cuaderno tiene orden en aproximadamente la mitad de su extensión.	El cuaderno tiene alguna parte desordenada.	El cuaderno tiene toda la información organizada de forma temporal.	0,00
<i>Nota Trabajo en el Cuaderno = (A + B + C + D + E) · 2</i>						<b>TOTAL</b>	<b>0,00</b>

## EVALUACIÓN TRABAJOS ESCRITOS (acuerdo de centro)

APARTADO	CATEGORÍA GENERAL	CATEGORÍA	INDICADOR DE LOGRO Y PUNTUACIÓN				Puntuación
			DEFICIENTE	SUFICIENTE	NOTABLE	EXCELENTE	
			0.25 punto	0.5 punto	0.75 punto	1 punto	
A	PRESENTACIÓN	Texto legible	Letra ilegible.	Se lee con dificultad, la letra es poco clara.	Alguna dificultad en la lectura.	Letra clara que no presenta problemas.	0,00
B		Limpieza	El texto produce una impresión general de falta de limpieza.	El texto produce una impresión general de poca limpieza.	El texto produce un efecto general de limpieza.	El texto produce un efecto general de limpieza.	0,00
C			Abundantes tachones que hacen muy difícil o imposibilitan la lectura.	Abundantes tachones y/o enmiendas que dificultan la lectura.	Presenta tachones que no dificultan la lectura del texto.	No presenta tachones o estos son esporádicos.	0,00
D		Ortografía	Seis o más errores ortográficos de importancia.	Entre tres y cinco errores ortográficos de importancia.	Se admiten hasta dos errores ortográficos de importancia.	No presenta errores ortográficos de importancia.	0,00
E	COHERENCIA UNIDAD DEL TEXTO	Información pertinente	Incluye información irrelevante.	Incluye información irrelevante.	La información que aporta es relevante.	La información que aporta es relevante.	0,00
F			Falta mucha información sustancial.	Falta bastante información sustancial.	Aparece casi toda la información sustancial.	No falta información sustancial.	0,00
G		Secuencia ordenada	Respeto el orden lógico: no se da un progreso temático adecuado.	El progreso temático del texto presenta bastantes fallos.	El texto progresa temáticamente de forma adecuada, aunque pueda haber algún fallo.	Respeto orden lógico: el texto progresa temáticamente de forma adecuada.	0,00
H		Cohesión léxica y gramatical	Mal uso general de los conectores y enlaces.	Mal uso de los conectores y enlaces.	Mal uso de algunos conectores y enlaces.	Uso correcto de los conectores y enlaces.	0,00
I			Algunas oraciones carecen de sentido.	Algunas oraciones carecen de sentido.	Todas las oraciones tienen sentido completo.	Todas las oraciones tienen sentido.	0,00
J		Puntuación correcta	Errores generalizados en el uso de los signos de puntuación.	Abundantes fallos en usos de puntuación.	Ocasionales fallos en otros signos de puntuación.	Empleo correcto de los signos de puntuación.	0,00
K			División en párrafos inadecuada.	Ocasional división en párrafos inadecuada.	Correcta división en párrafos.	Correcta división en párrafos.	0,00
L		ADECUACIÓN	Registro	Léxico inadecuado al tema.	En general, el léxico es bastante pobre.	El léxico es adecuado al tema.	El léxico es rico y adecuado al tema que se trata.
M	Instrucciones		El texto no sigue las instrucciones dadas.	El texto incumple algunas instrucciones.	En general, el texto sigue las instrucciones dadas.	El texto sigue las instrucciones dadas.	0,00

## EVALUACIÓN DE PRESENTACIÓN ORALES (acuerdo de centro)

APARTADO	CATEGORÍA GENERAL	INDICADOR DE LOGRO Y PUNTUACIÓN				Puntuación
		DEFICIENTE	SUFICIENTE	NOTABLE	EXCELENTE	
		0.25 punto	0.5 punto	0.75 punto	1 punto	
A	COMUNICACIÓN ORAL	Saluda al comenzar y/o se presenta	Saluda al comenzar y nombra el tema a tratar	Se presenta y nombra el tema a tratar	Saluda al comenzar, se presenta y nombra el tema	0,00
B		La postura corporal no es adecuada, y las miradas al auditorio se reducen	La postura corporal es adecuada y mira al auditorio	La postura corporal es adecuada y no distrae con palabras o movimientos	La postura corporal es adecuada, mira al auditorio y no se distrae con palabras, movimientos o gestos	0,00
C		Usa el volumen y el tono de forma correcta, o evita las muletillas	Usa el volumen y el tono de forma correcta y evita muletillas	Vocaliza y usa el volumen y el tono de forma correcta	Vocaliza, usa el volumen y el tono de forma correcta y evita muletillas	0,00
D		Realiza una introducción esquemática, o el orden de la exposición es lógico	El orden de la exposición es lógico y se ligan las distintas partes haciéndolo saber	Realiza una introducción esquemática y el orden de la exposición es lógico	Realiza una introducción esquemática, el orden de la exposición es lógico y se ligan las distintas partes haciéndolo saber	0,00
E		Se despide	Se citan conclusiones o se invita a realizar preguntas	Se citan conclusiones y se invita a realizar preguntas	Se citan conclusiones, se invita a realizar preguntas y se despide, deseando haber sido claro	0,00
F		Emplea menos de la mitad del tiempo o se excede bastante	Emplea más de 5/4 partes del tiempo concedido	Emplea al menos las 3/4 partes del tiempo concedido	Emplea el tiempo concedido sin extenderse ni quedarse corto	0,00
G		CONTENIDO DE LA EXPOSICIÓN	La información que transmite es de otro tema y además es errónea	La información que transmite es correcta pero de otro tema	La información que transmite es del tema pero tiene incorrecciones	La información que transmite es correcta y centrada en el tema
H	La información se transmite desde las fuentes sin comprobar su fiabilidad		Parte de la información se transmite desde una fuente sin comprobar su fiabilidad	La información que ha sido trabajada pero con poco trabajo de reflexión	La información ha sido trabajada y elaborada, mostrando un proceso de reflexión y de comprensión	0,00

I	RECURSOS DE APOYO	La exposición es difícil de seguir por no tener una estructura lógica y ser tediosa	La exposición es difícil de seguir por no tener una estructura lógica aunque es amena	La estructura de la exposición está tratada con esmero pero no amena	La estructura de la exposición es lógica y está tratada con esmero, es original y amena	0,00
J		No responde o comete errores	Responde a alguna pregunta con errores	Responde a las preguntas pero duda	Responde a las preguntas con acierto y precisión	0,00
K		No realiza ninguna actividad de apoyo que facilite la comprensión del tema de la exposición	Realiza alguna actividad de apoyo pero no facilita la comprensión del tema por desviarse de él	Realiza alguna actividad de apoyo que facilita la comprensión del tema	Interactúa con el auditorio mediante varias actividades o experimentos que facilitan la comprensión del tema de la exposición	0,00
L		Apenas emplea apoyo audiovisual o carece de él	Emplea apoyo audiovisual que se limita a leer	Emplea apoyo audiovisual que no aporta nada	Emplea apoyo audiovisual para recordar datos o dar ejemplos importantes	0,00
TOTAL						0,00

## EVALUACIÓN DE TRABAJOS CON HERRAMIENTAS INFORMÁTICAS (acuerdo de centro)

APARTADO	CATEGORÍA GENERAL	INDICADOR DE LOGRO Y Puntuación				Puntuación
		DEFICIENTE	SUFICIENTE	NOTABLE	EXCELENTE	
		0.25 punto	0.5 punto	0.75 punto	1 punto	
A	PORTADA	Sólo aparece el Título de la presentación, pero no informa de manera eficaz sobre el contenido de la presentación.No atrae la atención.  No atrae la atención.	Aparece el título y el/los autores.  El Título no atrae la atención, pero informa de manera eficaz del contenido de la presentación.	No contiene los Logotipos del IES.  Aparece el Título de la presentación y atrae la atención del tema abordar.	Logotipos del IES.  Aparece el Título de la presentación y atrae la atención sobre el tema a abordar.	0,00

				Contiene los datos de la materia, pero no la fecha de entrega	Datos como la materia, y la fecha de entrega.	
<b>B</b>	<b>CONTENIDO Y VOCABULARIO</b>	<p>Incorpora poca información y no está estructurada.</p> <p>La explicación y los ejemplos no son adecuados al objetivo del aprendizaje a alcanzar.</p> <p>No se utiliza lenguaje técnico para el desarrollo del trabajo.</p> <p>Tiene numerosas faltas de ortografía.</p>	<p>Menciona casi toda la información.</p> <p>Menciona algunos ejemplos de los contenidos tratados en el tema.</p> <p>No utiliza lenguaje técnico acorde al tema.</p> <p>Existen faltas de ortografía (3-4 faltas)</p>	<p>Incorpora toda la información y casi toda bien estructurada.</p> <p>Da ejemplos de la lectura con los conceptos tratados en el tema.</p> <p>No utiliza lenguaje técnico acorde al tema.</p> <p>Fácil de leer pero con algunas faltas de ortografía. (1-2 faltas)</p>	<p>Incorpora toda la información y bien estructurada.</p> <p>Da ejemplos asociando de la lectura con los conceptos tratados.</p> <p>Se utiliza lenguaje Técnico acorde al tema.</p> <p>El texto es legible y no presenta ninguna falta de ortografía.</p>	0,00
<b>C</b>	<b>COHERENCIA Y ORGANIZACIÓN</b>	<p>La información no está estructurada en introducción, desarrollo y conclusión.</p> <p>No refleja las ideas principales del texto.</p> <p>No hay claridad ni continuidad en el escrito.</p>	<p>Clasifica y ordena la información, introducción, desarrollo, pero no concluye.</p> <p>No se transforma el texto original en otro con sus propias palabras, pero refleja algunas las ideas principales del texto.</p> <p>No existe claridad, ni continuidad en el escrito.</p>	<p>Clasifica y ordena la información, de tal manera que se estructure con una introducción, desarrollo y conclusión.</p> <p>Transforma el texto original en otro con sus propias palabras, reflejando las ideas principales del texto.</p> <p>Existe claridad, pero no continuidad en el escrito, hacen falta conectores entre una idea y otra.</p>	<p>Clasifica y ordena la información, de tal manera que se estructure con una introducción, desarrollo y conclusión.</p> <p>Transforma el texto original en otro con sus propias palabras, reflejando las ideas principales del texto.</p> <p>Existe claridad y continuidad en el escrito.</p>	0,00
<b>D</b>	<b>CREATIVIDAD</b>	<p>No presenta de forma adecuada las imágenes, esquemas, animaciones, transiciones, música.</p> <p>Diapositivas difíciles de leer por mala elección de colores y tamaños de la fuente de letra o de los fondos.</p>	<p>Presenta algunos aspectos importantes del análisis del texto.</p> <p>Las diapositivas tienen varias ideas y exceden de 6 líneas.</p>	<p>Presenta los aspectos más importantes del análisis del texto.</p> <p>Algunas diapositivas presentan una sola idea, cuida el formato color y estilo de la letra, excede de 6 líneas.</p>	<p>Presenta los aspectos más importantes del análisis del texto.</p> <p>Cada diapositiva debe presentar una sola idea, por máximo 6 líneas, cuidando el formato color y estilo de la letra.</p>	0,00

		<p>Diapositivas rellenas de texto. Predominan las frases largas. Es difícil de entender su significado con una sola lectura.</p>	<p>Las imágenes a veces no son acorde con el texto.</p> <p>La presentación cumple con algunos los criterios establecidos, además de tener errores de ortografía.</p> <p>Diapositivas con más texto que imágenes. Frases cortas y largas sin ninguna justificación.</p>	<p>Las imágenes son claras y acordes con el texto.</p> <p>Se hace uso adecuado de efectos, animaciones, esquemas, etc.</p> <p>La presentación es buena y cumple con la mayor parte de los criterios establecidos.</p> <p>Diapositivas con menos texto que imágenes. Frases demasiado largas.</p>	<p>Las imágenes deben de ser claras y acordes al texto.</p> <p>No hacer uso excesivo de efectos de animación, esquemas, gráficos, fotografías, etc.</p> <p>Presentación sobresaliente y atractivo que cumple con los criterios de diseño planteados, sin errores de ortografía.</p> <p>Menos texto que imágenes. Texto con frases de una longitud no superior a dos líneas.</p>	
<b>E</b>	<b>CONCLUSIÓN</b>	<p>La presentación no termina con una diapositiva de conclusión.</p> <p>Existe diapositiva de conclusión pero no resume aquello que ha expuesto</p>	<p>La presentación termina con una diapositiva de una conclusión, sin embargo no establece 2 a 3 ideas, es muy extensa pero no de manera reflexiva, sino más bien un resumen de lo expuesto.</p> <p>No representa la esencia del trabajo.</p>	<p>La presentación termina con una diapositiva de una conclusión, estableciendo de 2 a 3 ideas, pero algunas de éstas no representan idea reflexiva de lo que se ha expuesto.</p>	<p>La presentación termina con una diapositiva de una conclusión donde se establecen de 2 a 3 ideas reflexivas sobre la importancia de explicar la diversidad de las especies como resultado de proceso evolutivos y una actitud reflexiva acerca de cómo su actividad personal y la importancia social que repercute en el manejo y cuidado del ambiente</p>	<p>0,00</p>
<b>TOTAL</b>						<b>0,00</b>

$$Nota\ Parte\ Informática = (A + 3B + 1.5C + 2D + 2.5E)$$

## 5. MEDIDAS DE APOYO Y/O REFUERZO EDUCATIVO

En el caso de que un alumno no supere los contenidos impartidos se le darán diferentes pautas mediante fichas y tareas para que pueda practicar estos contenidos alcanzando los mínimos deseables. Además, las medidas de apoyo y refuerzo educativo se especifican más detalladamente en el apartado 11, relativo a la atención a la diversidad.

## 6. PROCEDIMIENTOS DE RECUPERACIÓN

Tendrá que entregar ficha teórica o examen teórico de la parte no superada y presentarse a las pruebas físicas en convocatoria ordinario o en su caso extraordinaria, aprobando ambas partes con una nota de 5.

ALUMNOS EXENTOS. Tendrán que presentar un certificado médico que indique el cuadro clínico que le impida la práctica del ejercicio físico. Tendrán que asistir a clase como cualquier otro alumno y se les evaluará a través de trabajos escritos vinculados siempre a su patología o lesión y del contenido teórico programado.

Para los alumnos con educación física pendiente de cursos anteriores, será suficiente con aprobar el curso actual, dado que son los mismos contenidos ampliados curso tras curso. En caso de no superarlo, el alumno tendrá derecho a examinarse de toda la materia o de las evaluaciones suspensas, tanto de la parte teórica como de la práctica, en convocatoria ordinaria y extraordinaria, (junio) superando la materia con una nota mínima de 5.

Los alumnos de 2º de Bachillerato con la asignatura pendiente de 1º de Bachillerato, tendrán un examen extraordinario de toda la materia o de las evaluaciones suspensas durante el mes de Abril. Contando también con la posibilidad de la convocatoria de junio.

## 7. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN PARA LOS ALUMNOS QUE PIERDAN EL

## **DERECHO A LA EVALUACIÓN CONTINUA**

Los alumnos con pérdida de evaluación continua, deberán presentarse y aprobar con un 5 los exámenes de junio en su parte teórica y práctica.

### **8. PRUEBAS EXTRAORDINARIAS DE JUNIO**

Aunque la asignatura se suspende y aprueba en su totalidad, los alumnos que durante el curso no superen alguno de los contextos de los que consta la asignatura (teórico- práctico) tendrán que presentarse en junio a un examen teórico de toda la materia, superando dicho examen al menos con un 5, y de una modalidad físico deportiva.

Estos alumnos realizarán actividades de refuerzo de los contenidos de las evaluaciones no superados en el periodo entre la evaluación ordinaria y la extraordinaria de junio.

Todos aquellos que hayan superado la evaluación ordinaria realizarán actividades de ampliación. Estas actividades consistirán en la competición de las unidades didácticas deportivas impartidas a lo largo del curso.

### **9. GARANTÍAS PARA UNA EVALUACIÓN OBJETIVA**

Para garantizar una evaluación objetiva a cada uno de los alumnos todas las rúbricas con las cuales los alumnos serán evaluados serán públicas en el aula virtual del centro. De esta manera los alumnos podrán revisar como han sido evaluados y que estándares y criterios se han seguido para su calificación.

Por otro lado habrá comunicación con las familias. Los procedimientos para transmitir la información a las familias serán periódicos trimestrales, a través de los boletines correspondientes a las evaluaciones, a través de comunicaciones puntuales en las agendas escolares y también a través de la página web del IES donde queda recogida la PGA del Departamento.

## 10. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Este departamento propone la elaboración de un cuestionario con preguntas sencillas y objetivables sobre la materia de EF y “Deportes”, que se pasará individualmente a cada alumno. Este procedimiento de coevaluación por parte de los alumnos al profesor nos dará una visión real acerca de cómo ve la práctica docente el único objeto de la misma. Las otras visiones tal vez no sean muy reales.

El cuestionario se pasará a final de curso; siendo posible que las preguntas se elaboren con los resultados de otros cuestionarios trimestrales que cada profesor pueda pasar a título individual.

Por otro lado también se realizará una autoevaluación por parte del docente con la rúbrica que adjuntamos a continuación:

# AUTOEVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

CATEGORÍA	INDICADOR DE LOGRO Y PUNTUACIÓN						Propuesta de mejora
	MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	SUFICIENTE	NOTABLE	EXCELENTE	Puntuación	
	0 punto	0.25 punto	0.5 punto	0.75 punto	1 punto		
<b>Planificación</b>	No he planificado las sesiones	No he planificado la mayoría de las sesiones	He planificado lo suficiente las sesiones	He planificado la mayoría de las sesiones	He planificado todas las sesiones	0,00	
<b>Motivación del alumnado</b>	No he conseguido motivar a los alumnos	No he conseguido motivar a la mayoría de los alumnos	He conseguido motivar a un número suficiente de alumnos	He conseguido motivar a la mayoría de los alumnos	He conseguido motivar a todos los alumnos	0,00	
<b>Participación del alumnado</b>	Los alumnos no han participado en las sesiones	Los alumnos no han participado en la mayoría de las sesiones	Los alumnos han participado lo suficiente en las sesiones	Los alumnos han participado en la mayoría de las sesiones	Los alumnos han sido partícipes en todas las sesiones	0,00	
<b>Atención a la diversidad</b>	No he atendido a la diversidad	He atendido poco a la diversidad	He atendido lo suficiente a la diversidad	He atendido a la mayoría de los alumnos	He atendido a la diversidad de todo el alumnado	0,00	
<b>TICs</b>	No he utilizado las TICs	No he utilizado las TICs en el aula	No he utilizado las TICs fuera del aula	He utilizado las TICs en el aula y fuera, pero no lo suficiente	He utilizado las TICs en el aula y fuera lo suficiente	0,00	
<b>Evaluación</b>	La evaluación no ha sido formativa	He explicado los resultados de la evaluación a algunos alumnos	He explicado los resultados de la evaluación a bastantes alumnos	He explicado los resultados de la evaluación a la	He explicado los resultados de la evaluación a los alumnos	0,00	
<b>Complimiento de la Programación</b>	No he cumplido con la programación en ningún aspecto	He cumplido con el 25% de la programación	He cumplido con el 50% de la programación	He cumplido con el 75% de la programación	He cumplido con todos los puntos de la programación	0,00	
<b>Accesibilidad</b>	No he atendido a los alumnos fuera de clase	He atendido a algunos alumnos fuera de clase	He atendido a bastantes alumnos fuera de clase	He atendido a la mayoría de alumnos fuera de clase	He atendido a todos los alumnos en cualquier momento	0,00	
<b>Seguimiento del proceso de enseñanza y aprendizaje</b>	No he identificado las causas de fracaso	He identificado las causas de fracaso y propuesto mejoras para algunos alumnos	He identificado las causas de fracaso y propuesto mejoras para un número suficiente	He identificado las causas de fracaso y propuesto mejoras para la mayoría de alumnos	He identificado las causas de fracaso y propuesto mejoras para todos los alumnos	0,00	
<b>Clima del aula</b>	No he conseguido controlar el clima del aula	No he conseguido un clima adecuado en el aula en la mayoría de las sesiones	He conseguido un clima adecuado en el aula en un número medio de sesiones	He conseguido un clima adecuado en el aula en la mayoría de sesiones	He conseguido un clima adecuado en el aula en todas las sesiones	0,00	
<b>TOTAL</b>						<b>0,00</b>	

# EVALUACIÓN DEL PROFESOR POR PARTE DEL ALUMNO

CATEGORÍA	INDICADOR DE LOGRO Y PUNTUACIÓN						Propuesta de mejora
	MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	SUFICIENTE	NOTABLE	EXCELENTE	Puntuación	
	0 punto	0.25 punto	0.5 punto	0.75 punto	1 punto		
<b>Claridad de las explicaciones orales</b>	El profesor no se explica de forma clara	Al profesor no se le entiende en la mayoría de las ocasiones	Al profesor no se le entiende en algunas ocasiones	El profesor explica de forma clara pero no se adapta al alumno	El profesor explica de forma clara y se adapta al alumno	0,00	
<b>Claridad de las explicaciones en la pizarra</b>	Las explicaciones están desordenadas y son ininteligibles.	Las explicaciones están desordenadas y son ininteligibles en la mayoría de sesiones	Las explicaciones están desordenadas pero son entendibles.	Las explicaciones están ordenadas y claras en la mayoría de sesiones	Las explicaciones son ordenadas y claras	0,00	
<b>Trato al alumnado</b>	El profesor trata a los alumnos de forma inadecuada	El profesor trata a la mayoría de los alumnos de forma inadecuada	El profesor trata a los alumnos de forma adecuada en bastantes ocasiones	El profesor trata a los alumnos de forma adecuada en la mayoría de ocasiones	El profesor trata de forma adecuada a los alumnos en todas las ocasiones	0,00	
<b>Motivación del alumnado</b>	El profesor no motiva a los alumnos	El profesor ha conseguido motivar a algunos alumnos	El profesor ha conseguido motivar a bastantes alumnos	El profesor ha conseguido motivar a la mayoría de alumnos	El profesor ha conseguido motivar a todos los alumnos	0,00	
<b>Participación del alumnado</b>	El profesor no permite que los alumnos participen	El profesor promueve que los alumnos participen	El profesor promueve que los alumnos participen en bastantes sesiones	El profesor promueve que los alumnos participen en la mayoría de las sesiones	El profesor promueve que los alumnos participen en todas las sesiones	0,00	
<b>Atención al alumnado</b>	El profesor no atiende a las dudas de los alumnos	El profesor atiende poco a las dudas de los alumnos	El profesor atiende lo suficiente a las dudas de los alumnos	El profesor atiende bastante a las dudas de los alumnos	El profesor atiende individualmente a las dudas de los alumnos	0,00	
<b>TICs</b>	El profesor no usa las TICs	El profesor hace un uso escaso de las TICs	El profesor hace un uso suficiente de las TICs	El profesor hace un uso importante de las TICs	El profesor hace un uso extraordinario de las TICs	0,00	
<b>Evaluación</b>	El profesor no aplica correctamente los criterios de evaluación	El profesor no aplica correctamente bastantes criterios de evaluación	El profesor aplica los criterios de evaluación de forma justa aunque no explica los resultados	El profesor aplica los criterios de evaluación de forma justa y explica los resultados	El profesor aplica los criterios de evaluación de forma justa y explica los resultados siempre	0,00	
<b>Accesibilidad</b>	El profesor es inaccesible en el aula y fuera	El profesor es accesible solo en el aula	El profesor es accesible solo en el aula y en los recreos	El profesor es accesible durante toda su estancia en el centro	El profesor es accesible durante toda su estancia en el centro y contesta también fuera de horario escolar	0,00	
<b>TOTAL</b>						<b>0,00</b>	

## 11.MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD. ADAPTACIONES CURRICULARES

En esta materia, dadas sus características, tradicionalmente hemos realizado un tipo de enseñanza bastante individualizada pretendiendo que los alumnos trabajen en función de su nivel inicial (muy desigual en todo tipo de contenidos según el centro en el que han cursado los estudios anteriores) valorando no sólo el nivel en el que están en cada momento de la evaluación sino el progreso alcanzado.

Cuando el tipo de contenidos lo permite, establecemos distintos niveles de exigencia en los contenidos procedimentales asignando tareas de distinta dificultad y exigencia dependiendo de las capacidades.

Los alumnos exentos de la parte práctica ya sea parcial o total así como los que por alguna circunstancia no pueden realizar las actividades propuestas, deben realizar otras tareas que contribuyan a conseguir los objetivos del curso y a integrarse, dentro de sus posibilidades, en el proceso de enseñanza-aprendizaje:

- Recoger en el cuaderno los contenidos teóricos que se expliquen en cada sesión.
- Colaborar con los compañeros en los trabajos de grupo como observador-corrector.
- Participar en la organización de la clase colocando material, arbitrando, anotando...
- Realizar los trabajos teóricos que se le encomienden para profundizar en algún tema.

En cuanto a los alumnos con desfase curricular que no hayan superado la asignatura en el curso anterior seguirán el procedimiento habitual: examen de recuperación en junio para la parte teórico-práctica de la asignatura.

Para los alumnos de compensatoria, seguirán las mismas pautas en el ámbito práctico y tendremos una especial atención en el aspecto teórico dada su dificultad a la hora de expresarse y comprender por ser en su mayoría inmigrantes con problemas de comunicación.

En cuanto a los ACNEES, se elaborará una adaptación curricular significativa, siempre que sea necesaria, en estrecha relación con el departamento de orientación, una vez hecha la evaluación inicial, en cuanto a sus posibilidades físicas e intelectuales por lo cual no figurará en esta programación por desconocer en estos momentos esa información.

## 12. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

El departamento de Educación Física presenta un extenso programa de actividades extraescolares y complementarias. Este plan no solo se corresponde con las nuevas tendencias de enseñanza sino que encuentra su justificación en la necesidad de ampliar la oferta de actividades en la materia; muy reducidas por la limitación del horario de la asignatura, tanto en el plan antiguo como en la enseñanza secundaria obligatoria y bachillerato (LOE y LOMCE).

Por otro lado se hace necesario, en esta breve introducción, diferenciar entre las actividades complementarias, que complementan los contenidos de la materia y por tanto son susceptibles de evaluación y las que son actividades extraescolares que se enmarcan fuera del horario lectivo y tienen un carácter eminentemente voluntario.

Desde nuestro departamento presentamos una oferta que incluye todo tipo de actividades tanto extraescolares como complementarias que abarcan desde escuelas de iniciación y perfeccionamiento deportivo hasta competiciones deportivas, pasando por aquellas actividades físicas en el medio natural que desde hace no mucho tiempo se han convertido en una buena alternativa para la ocupación activa del tiempo de ocio.

- Para todos los alumnos del Centro:
- Semana blanca:

Este departamento propone un viaje de esquí de 5 días con un grupo máximo de 50 alumnos de cualquier curso para aprender a esquiar.

- Semana Azul:

Se propone una semana como máximo de actividades náuticas en el mar, que se planteará para realizar a final de curso, si las condiciones laborales lo aconsejan.

- Patinaje sobre hielo:

Para todo el centro, una jornada por curso a lo largo del año; preferiblemente a final de trimestre.

- Actividades en la naturaleza:

Espeleología, bicicleta de montaña, senderismo y piragüismo, albergues. Y otras que se solicitarán en función del Programa MCO.

- Bolera:

Para todo el centro, una jornada por curso a lo largo del año; preferiblemente, a final de trimestre.

- Encuentro expresión corporal:

Un encuentro desarrollado en el INEF para aquellos alumnos cuya coreografía sea seleccionada. Se realizará en el mes de abril..

- Encuentro “el día de la EF en la calle”:

Un día en el que la EF sale a la calle, parques y plaza de la localidad. Este año será celebrado el 2 de abril. Organizado por el COLEF

- La carrera contra el hambre:

Un día en el que los alumnos del IES Guadarrama correrán para conseguir dinero a través de patrocinadores en la carrera contra el hambre, realizada en el centro el 18 de mayo de 2018.

Los alumnos de 1º, 2º, 3º y 4º de ESO también participarán en el Cross ADS 2018/19, que comprende tanto fases clasificatorias como la fase final. Aquellos alumnos que se clasifiquen pasarán a la siguiente fase autonómica, ya entrenados por monitores de atletismo del ADS.

### 13. TRATAMIENTO DE ELEMENTOS TRANSVERSALES Y COORDINACIÓN CON OTROS DEPARTAMENTOS

El departamento más afín a esta materia quizás sea Extraescolares. Nuestro departamento viene ya desde hace muchos años organizando actividades extraescolares, lo que nos ha hecho tener una estrecha relación con ese departamento.

Colaboraremos con el proyecto cubo iniciado en el curso 2018/19.

Por otro lado se colaborará con el departamento de inglés en diferentes actividades, una de ellas, el programa de inmersión lingüística de la comunidad de Madrid para el alumnado que finaliza la etapa de educación secundaria.

#### 1. IMPLICACIÓN DEL DEPARTAMENTO EN EL PLAN DE FOMENTO DE LA LECTURA

Dentro de la práctica deportiva todos los elementos transversales que propone la LOE se tratan de manera implícita en los diferentes contenidos impartidos en la materia de Educación Física, tales como, la igualdad, educación cívica, educación para la salud y educación ambiental.

##### **Para 1º, 2º y 3º ESO:**

- “Trivial Olímpico”: Aprovechando el estímulo que supone para nuestros alumnos la celebración de los Juegos Olímpicos modernos, pretendemos animar a la lectura a través de este tema. Para ello realizaremos a cada curso una pregunta semanal, tipo trivial, que tendrán que consultar e investigar. Junto a la respuesta se les pedirá la bibliografía consultada. Un ejemplo tipo sería: ¿En qué año se celebraron los Juegos Olímpicos de México 68? O ¿Quién fue el creador de los Juegos Olímpicos de la era moderna? El barón de Coubertin.  
Se valorará su participación y esfuerzo para la calificación de la materia.

- Trabajo de investigación: Para este curso académico 18/19 se incluye este punto con el fin de fomentar el hábito de lectura. En cada grupo, y una vez establecidos en las primeras clases del curso académico los grupos de trabajo, éstos realizarán un trabajo de investigación (internet, libros de la biblioteca, periódicos, etc...) con el que se pretende fomentar el hábito de lectura del alumnado. Este objetivo se potenciará en la medida en que los alumnos buscarán información sobre un tema de interés personal, y no impuesto desde fuera por un profesor.
- La Inmigración: Tras varios años desarrollando este proyecto, viendo la motivación que suscita debido a la fama alcanzada por alguno de estos deportistas, seguiremos este curso con la inmigración en el deporte. Trataremos el tema desde diferentes puntos de vista, todos relacionados con el deporte; deportistas inmigrantes, sin papeles que militan en equipos “legales”, inmigración y deporte. Utilizaremos bibliografía, prensa escrita y hablada, proyecciones e internet.

#### **Para 3º y 4º ESO y 1º Bachillerato:**

- “Columnas de opinión”: a este alumnado se les brinda la posibilidad, con carácter voluntario, de elaborar una columna de opinión sobre cualquier artículo periodístico relacionado con la asignatura. Se valorará para aumentar su calificación final. En 1º de Bachillerato pretendemos premiar de esta forma al alumnado que desea mejorar su media para acceder a la universidad o estudios posteriores.
- La Inmigración: Igual que lo dicho anteriormente.
- Trabajos de investigación, dirigidos a todos estos cursos, sobre temas relacionados con:
- -Nutrición, salud, deporte, condición física, inmigración y deporte, etc....

Para realizar todos estos trabajos (tanto los de 1º Ciclo como los de 2º Ciclo y Bachillerato) se les proporcionará al alumnado un amplio repertorio de bibliografía específica que tendrán a su disposición en la Biblioteca del IES.

### **3. PLANES DE MEJORA DE LOS RESULTADOS ACADÉMICOS**

IES Guadarrama/ Departamento de Educación Física/ Curso 2018- 2019

La materia de EF hace ya muchos años que tiene unos criterios y procedimientos de calificación que dan un resultado positivo superior al 95% de los casos. En el contexto práctico solo exigimos la participación activa y la superación personal, sean cuales sean sus capacidades físicas y psicomotrices en general. Y en el contexto teórico, adaptándolo a las posibilidades de nuestros alumnos en el caso de desfase curricular y de necesidades educativas especiales. Así pues, los planes de mejora que proponemos dependen más de la Administración educativa que de nosotros mismos.

Anteriormente, propusimos la posibilidad de trabajar con TGD individualmente para obtener más rendimiento dentro de sus posibilidades; no pudo ser.

Anteriormente, propusimos impartir la asignatura en los cursos de diversificación hoy llamados PMAR sin estar juntos al grupo de referencia, como es el caso en la mayoría de los departamentos, que ya de por sí tienen más dificultades en asimilar conocimientos y destrezas; no pudo ser.

Para próximos cursos y en la materia optativa “Deporte”, proponemos un cupo máximo de alumnos, al igual que hay un cupo mínimo para que esta salga. Para poder impartir un deporte donde el alumnado pueda adquirir destrezas básicas para su práctica, el número de alumnos no debería superar la cifra de 20. En la actualidad, contamos con grupos de 30 o más. Así, son muy escasas las posibilidades de un aprendizaje adecuado para el alumnado.

Otra medida innovadora a poner en marcha este curso será la aplicación de Kahoots online sobre los contenidos trabajados en la asignatura. El kahoot consiste en un cuestionario online donde nosotros podemos crear las preguntas e incluir en las mismas vídeos, imágenes, optimizando el aprendizaje y la participación del alumnado.

Además para el desarrollo de la CF los alumnos están utilizando la aplicación de Endomondo, una aplicación de correr que a través del móvil, los alumnos pueden ver los kilómetros realizados, recorrido, velocidad y otros muchos datos más, que les permite reflexionar sobre la práctica de la actividad física.