

# PROGRAMACIÓN DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA (ESO)



---

CURSO 2021/2022

## ÍNDICE

### 2. INTRODUCCIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN.

2.1. Introducción.

2.2. Contextualización.

2.2.1. Perfil socio-económico y cultural del entorno.

2.2.2. Datos y contexto del centro.

2.2.3. Perfil del alumnado del centro.

2.2.4. Perfil del alumnado con respecto al área de Educación Física.

### 3. COMPETENCIAS CLAVE

3.1 Relación entre competencias clave y los bloques de contenidos.

### 4. OBJETIVOS

4.1. Finalidades educativas.

4.2. Objetivos de la etapa.

4.3. Objetivos generales del área.

4.4. Objetivos de curso.

4.5. Propuestas de mejora del curso anterior.

### 5. CONTENIDOS

5.1 Bloques Temáticos.

5.2 Secuenciación de las Unidades Didácticas: Justificación.

5.3 Pautas generales de trabajo en clase:

5.3.1 Protocolo de actuación en las clases de educación física por COVID 19

5.4 Actividades para desarrollar la CCL y plan de lectura.

5.5 Evaluación de la competencia en comunicación lingüística y plan de lectura

### 6. METODOLOGÍA

6.1 Principios metodológicos.

6.2 Estrategias metodológicas.

6.3 Desarrollo de la metodología.

6.3.1 Desarrollo de la metodología y evaluación ante un posible confinamiento

## **7. EVALUACIÓN**

- 7.1. Evaluación Inicial, procesual y final.
- 7.2. Instrumentos de Evaluación.
- 7.3. Criterios de Evaluación y su relación con las competencias clave.
- 7.4. Criterios de calificación.
- 7.5. Programa de refuerzo de pendientes.
- 7.6. Evaluación del aprendizaje del alumno, de los procesos de enseñanza y de la práctica docente en ESO y Bachillerato.

## **8. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS**

- 8.1. Instrumentos de trabajo.
- 8.2. Materiales.
- 8.3. Recursos didácticos.

## **9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

- 9.1. Necesidades Específicas de Apoyo Educativo.
  - 9.1.1. Alumnado de altas capacidades.
  - 9.1.2. Alumnado con discapacidad física
- 9.2. Ritmos, estilos de aprendizaje, intereses y motivación.
- 9.3. Adaptaciones curriculares grupales e individuales.

## **10. TEMAS TRANSVERSALES**

## **11. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES**

- 11.1 Actividades dirigidas a todos los cursos.
- 11.2 Actividades dirigidas a la ESO.
- 11.3 Proyectos del departamento.

## **12. BIBLIOGRAFÍA**

## 2. INTRODUCCIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN.

### 2.1. INTRODUCCIÓN.

Toda tarea o conjunto de tareas que queramos enseñar necesita un plan, un proyecto, para evitar la improvisación, para anticiparse a los imprevistos, para afrontar el día a día con el menor nivel de estrés posible. Luego está el toque personal que cada profesor da a sus clases, el clima de aula que se cree, el estilo de enseñanza que utilizemos, pero la garantía de los resultados la ponen básicamente el tener en cuenta con tiempo las grandes cuestiones: **qué, cómo y cuándo.**

Programar es decidir. Programar es responsabilizarnos de la parcela que nos corresponde del proceso educativo. Si quisiéramos aproximarnos a una **definición** lo más completa y realista posible diremos que una programación es *“un conjunto de decisiones adoptadas por el profesorado de una especialidad en un centro educativo, al respecto de una materia o área y del nivel en el que se imparte, todo ello en el marco del proceso global de enseñanza-aprendizaje”*.

La programación didáctica es un documento abierto y flexible, lo que quiere decir que puede estar sujeto a cambios a lo largo del año lectivo. Toda programación didáctica debe ser elaborada a partir de la legislación vigente que mencionaremos a continuación, y debe cumplir una serie de requisitos como son la previsión, la operatividad, la objetividad y el realismo. Hoy día podemos afirmar que la Educación Física, después de un largo camino no exento de obstáculos, es considerada como un elemento esencial en la formación de nuestros alumnos, niños y jóvenes.

Nuestro sistema educativo, buscará alcanzar un desarrollo global y armónico de la personalidad del alumno, lo cual implica:

- La adquisición de hábitos intelectuales y técnicas de trabajo.
- La adquisición de conocimientos científicos, técnicos y humanísticos históricos y estéticos.
- La capacitación para el ejercicio de la actividad profesional.
- La preparación para participar activamente en la vida social y cultural.
- En el desarrollo de unos valores y actitudes básicas: el respeto, la democracia, profesionalidad, solidaridad, tolerancia, convivencia, paz, libertad, pluralidad, cooperación.

La aplicación y el desarrollo de las Programaciones didácticas garantizarán:

- La coherencia con el Proyecto Educativo de centro.
- La coordinación y equilibrio entre grupos de un mismo nivel educativo.
- La continuidad de los aprendizajes a lo largo de los cursos, niveles y etapas.

La educación física promocionará y promoverá la comprensión significativa del cuerpo y sus posibilidades, lúdicas, expresivas y afectivo- relacionales a través de acciones educativas orientadas al cuidado del cuerpo, de la salud, de la mejora corporal y de la utilización constructiva del ocio.

Indudablemente la riqueza del área de Educación Física deriva de su doble dimensión de formación, tanto individual como colectiva, resultando imprescindible comenzar la edificación social a partir de ciudadanos y ciudadanas saludables desde el punto de vista físico, psíquico y social.

La materia de Educación Física se orientará a profundizar en los conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones vinculados al propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como fin en sí mismas y como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida.

La Declaración de Berlín de 2013, producto de la Conferencia Internacional de Ministros encargados del Deporte de la UNESCO, establece que “la Educación Física en la escuela y en todas las demás instituciones educativas es el medio más efectivo para dotar a todos los niños y jóvenes de competencias, aptitudes, actitudes, valores, conocimientos y comprensión para su participación en la sociedad a lo largo de la vida”. Hoy día podemos afirmar que la Educación Física, después de un largo camino no exento de obstáculos, es considerada como un elemento esencial en la formación de nuestros alumnos, niños y jóvenes.

En esta sociedad interesada en muchos aspectos relacionados con la AF y el deporte, nuestra área ha encontrado una formidable base para afrontar nuevos retos. La AF es buena y saludable, llena nuestro tiempo de ocio, es divertida, nos permite relacionarnos, vivir nuevas experiencias. Estas, entre otras muchas razones hacen que la Educación Física sea un magnífico medio para la educación y formación, y cada vez la sociedad así lo trasmite.

La materia de educación Física está orientada fundamentalmente, a profundizar en el conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y la ocupación activa del ocio y tiempo libre.

La competencia motriz constituye un elemento transversal del currículo. En este sentido, esta materia se orientará a profundizar en los conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones vinculados al propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como fin en sí mismas y como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida.

Para el desarrollo de la presente programación partimos de la siguiente normativa:

<b>LEGISLACIÓN ESTATAL</b>	➤ Constitución Española de 1978.
<b>LEGISLACIÓN CURRICULAR</b>	➤ Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
<b>LEGISLACIÓN CURRICULAR (MEC)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Real Decreto 1105/2014 del 26 de Diciembre de 2014, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato.</li> <li>➤ Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.</li> </ul>
<b>LEGISLACIÓN CURRICULAR (Andalucía)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ley 17/2007, de 10 de diciembre, de Educación de Andalucía.</li> <li>➤ Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.</li> <li>➤ Instrucciones de 13 de julio de 2021, de la Viceconsejería de Educación y Deporte, relativas a la organización de los centros docentes y a la flexibilización curricular para el curso escolar 2021/22.</li> <li>➤ Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas.</li> </ul>

<p><b>LEGISLACIÓN ESPECÍFICA</b> (Consejería de Educación)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Orden de 25 de julio de 2008, por la que se regula la atención a la diversidad del alumnado que cursa la educación básica en los centros docentes públicos de Andalucía (Texto consolidado 2016).</li> <li>➤ Circular de 3 de septiembre de 2020, de la Viceconsejería de Educación y Deporte, relativa a medidas de flexibilización curricular y organizativas para el curso escolar 2020/2021.</li> <li>➤ Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.</li> <li>➤ Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los institutos de educación secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado</li> </ul>
--	--

En concreto, esta programación que voy a presentar tiene una serie de características que van a guiar todo el proceso educativo, teniendo como referencia 5 aspectos fundamentales:

1. **Coeducativa:** Controlando las agrupaciones, ocupación de espacios, el lenguaje y elección de contenidos.
2. **Cooperativa:** En cuanto a la visión general de la educación.
3. **Audiovisual:** Se utilizarán medios audiovisuales como actividades de desarrollo y evaluación.
4. **Lúdica:** La educación debe ser divertida y basada en el juego, haciendo visibles el trabajo en valores, trabajo en equipo, solidaridad, compañerismo, respeto, cooperación y la equidad.
5. **Emocional:** Sin emoción no hay aprendizaje.

## 2.2. CONTEXTUALIZACIÓN.

El primer paso consiste en identificar y analizar las variables que configuran el entorno escolar. Hay que considerar y tener presentes todos aquellos elementos con influencia básica en el diseño e implantación de la programación. Ignorarlos deterioraría, sin duda, la coherencia interna de la Programación Didáctica e influiría negativamente en su aplicabilidad y validez. La naturaleza de cada una de las variables y las interacciones que se den entre ellas nos indicarán hasta qué punto nuestros propósitos educativos son asequibles.

### 2.2.1. Perfil socio-económico y cultural del entorno.

Beas de Segura es un municipio que se encuentra situado al nordeste de la provincia de Jaén, y parte de su término forma parte del Parque Natural de Cazorla, Segura y las Villas. Pertenecen también al municipio las pedanías de Cañada Catena, Cuevas de Ambrosio, Cazona, Los Santiagos, Cortijo de las Piedras y Prados de Armijo entre otras. El municipio que cuenta con una población aproximada de 5500 habitantes y el perfil socio económico es de medio bajo y está cimentado básicamente en el sector agrícola y en particular el del cultivo de la aceituna. Los padres del alumnado suelen tener estudios primarios y secundarios, existiendo una minoría con estudios universitarios.

A nivel cultural cabe destacar la importancia que todo el entorno da a las festividades locales como San Marcos y la Virgen de la Paz, notándose un descenso notable de la asistencia a clase durante la celebración de los mismos por asistencia a encierros taurinos muy arraigados en la zona.

### 2.2.2. Datos y contexto del centro.

El Instituto de Enseñanza Secundaria “Sierra de Segura”, se encuentra ubicado en la Sierra de Segura en Jaén. El centro acoge a unos 440 alumnos que cursan estudios de *Enseñanza Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Ciclos formativos de Grado Medio y 1º y 2º de FPB (Auxiliar de instalaciones electrotécnicas y de comunicaciones)*. Alberga alumnos del pueblo casi en exclusividad en la ESO siendo los grupos de entre 25 a 35 alumnos en la ESO y Bachillerato. Hay algunos grupos, sobre todo en bachillerato, que son bastante numerosos. Los alumnos en la ESO y FPB son casi todos del pueblo, excepto los que se alojan en la Residencia Escolar que pueden ser de toda la provincia. En los cursos de 1º y 2º de ESO encontramos gran diversidad de alumnado aunque la gran mayoría son endógenos de Beas de Segura. Hay alumnos de etnia gitana y marroquíes. Además tenemos varios alumnos con NEAE y diferentes niveles y necesidades dentro del mismo grupo clase.

En Post-obligatoria hay alumnos tanto de Beas de Segura como de los pueblos de alrededor; Arroyo del Ojanco, Puente de Génave, la Puerta de Segura y algún que otro lugar de manera puntual.

### 2.2.3 Instalaciones y materiales del centro:

El instituto comprende dos edificios situados en dos zonas del pueblo cercanas, pero separadas unos 5 minutos a pie. **En el edificio Europa** se imparte la ESO, diversificación en 3º y 1º de FPB y tiene un aula de educación especial. Además aquí se encuentran la mayoría de los departamentos y secretaría. En este recinto se construyó un pabellón cubierto hace cuatro años donde se imparten clases de educación física de la ESO y de bachillerato, de forma que se obliga a estos últimos a desplazarse de edificio cuando necesitan impartir clase en el pabellón o el material correspondiente. Éste siendo relativamente nuevo, no cumple con todas nuestras necesidades ya que es de tamaño insuficiente para los grupos numerosos y no puede asumir canastas ni otros implementos deportivos debido a su estructura.

En el edificio Europa también encontramos una pista exterior con equipamiento deportivo, (dos porterías y cuatro canastas) con el suelo reformado y con la valla que la rodea reparada pero con agujeros que se abren con cierta frecuencia (mal uso de las instalaciones por parte del alumnado).

- Aunque las instalaciones en general están bien y existen algunos riesgos propios de la actividad que realizamos, querríamos mencionar algunos de los inconvenientes o riesgos de mayor notoriedad que vemos de difícil solución ya que se están poniendo medidas y no dan el resultado adecuado: Los agujeros de la valla que aparecen de forma continuada a pesar de ser reparados (vienen alumnos de primaria o de ESO por la tarde o los fines de semana y la rompen).
- Se caen balones a espacios muertos.
- El pasamano de vez en cuando se desestabiliza por el mal uso del alumnado.
- El almacén exterior del porche está inadecuadamente habilitado.

En edificio de postobligatoria se imparte 4º de ESO, los *ciclos formativos de grado medio (Gestión Administrativa y otro de Equipos e Instalaciones Electrotécnicas)*, los *Bachilleratos (HCCSS y CCT)* y *2º de FPB*. Este recinto cuenta con una pista polideportiva no muy bien acondicionada. Los alumnos de Bachillerato se desplazan con frecuencia durante las clases de educación física al edificio Europa para poder utilizar el gimnasio. Los acompaña el profesor de la asignatura. En este edificio, las dificultades más notorias y a tener en cuenta son:

- Existen 2 canastas y 2 porterías de fútbol y se han habilitado 2 postes de voleibol móviles. Convendría poner otras 2 canastas a menos.
- No hay sombra, cobijo para la lluvia, ni almacén para material (éste se guarda en el cuarto de calderas o en conserjería).
- Carece de duchas y baños exteriores.
- La pista tiene un contacto tan directo con la vía que es fácil que los viandantes se paren a hablar con los alumnos e incluso interfieran en el desarrollo de la clase.
- La otra parte de la pista está muy cerca del río y con frecuencia se caen los balones.
- Hay 1 puertas de acceso a la calle que se encuentra cerrada durante la jornada escolar.

### **Recomendaciones:**

- ✓ Sería muy recomendable cubrir la pista y poner vallas opacas.
- ✓ Instalar otros 2 postes para voleibol y 2 canastas más.
- ✓ Fabricar unos vestuarios con duchas y un almacén para el material.

El departamento de educación física tiene asignadas lo que según ley está establecido en nuestra comunidad como obligatorio: 3 horas en 1º de ESO y 2 horas por cada uno de los grupos de la ESO restantes, además de otras 2 horas en cada 1º de bachillerato, que en total son **27 horas de educación física**. Además se incluye la la optativa en 2º de bachillerato, por lo que se le adjudican 2 horas más, lo que da un total de **29 horas**.

<b>CURSO</b>	<b>GRUPOS</b>	<b>SESIONES/SEMANA</b>	<b>HORAS</b>
1º ESO	3	3	9
2º ESO	3	2	6
3º ESO	2	2	4
4º ESO	2	2	4
1º BACH	2	2	4
2º BACH	1	2	2
			<b>TOTAL: 29</b>

El departamento de Educación Física está compuesto por tres profesores con las siguientes funciones: **Francisco José Galarzo Herrera** (1º ESO, 4º ESO y 1º Bachillerato) como vicedirector. **Pilar Maillo Cabrera** (1º y 2º Bachillerato), directora del centro y **Antonio David Linares Amores** (1º, 2º y 3º ESO) profesor funcionario en prácticas y jefe de departamento.



### HORARIOS PROFESORES

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª HORA		1º BACH B	2º B	2º A	1º B
2ª HORA			4º A	2º BACH	1º A
3ª HORA	1º C	2º BACH	1º BACH A	1º BACH B 2º B	
4ª HORA	REUNIÓN DPTO.		1º B	3º A	3º A
5ª HORA	4º A 2º A	3º B	3º B	1º BACH A 2º C	
6ª HORA	4º B 1º A	1º A	1º C 2º C	1º C 1º B	4º B

#### 2.2.3. Perfil del alumnado del Centro:

El perfil medio de nuestros alumnos/as es el de un pre-adolescente de entorno serrano, de clase media-baja, de familias con trabajos relacionados con el sector agrícola. La mayoría de estos alumnos/as se encuentra en una situación socio-cultural normal pero muchos de ellos suelen presentar dificultades de aprendizaje y comportamiento. El centro se caracteriza por existir tres grupos muy diferenciados de alumnos entre los que se encuentran alumnos y alumnas de etnia gitana que suelen presentar problemas de absentismo un gran número de ellos. También existe un numeroso grupo de alumnado árabe y por último alumnado oriundo. Aunque no existe conflictividad en el centro, bien es cierto que los agrupamientos que suelen producirse entre alumnado del mismo grupo étnico o procedencia. Sobre todo, las principales carencias que presentan estos alumnos/as se refieren al pobre desarrollo de las capacidades relacionadas con la expresión y comprensión oral, y la motivación hacia el área de educación física es buena a nivel general.

Uno de los temas más preocupantes es el alto grado de comportamientos machistas que se dan en multitud de aspectos (creencias, actitudes, agrupamientos con compañeros, utilización del espacio y material), no solo por los alumnos varones, sino también en un alto porcentaje por las alumnas que tienen asimilado su rol con una naturalidad alarmante. Esto nos va a exigir un profundo trabajo de los temas transversales, especialmente el enfocado a “La igualdad y oportunidades de ambos sexos “. En líneas generales podemos decir:

- Alumnado muy **heterogéneo**.
- Diferentes **nacionalidades y culturas**.
- **Problemas con el castellano** en algunos de ellos.
- Se sienten **motivados** por la práctica deportiva.
- Problemas de salud, derivados de los **malos hábitos** alimenticios, sedentarismo, tabaquismo, obesidad, etc.
- Entre ellos existe poco compañerismo, habiendo conductas **sexistas**.
- **Poco seguimiento** de su formación por parte de los padres.
- Problemas de **falta de disciplina y fracaso escolar**.
- Muy motivados por las **redes sociales** existentes en Internet.
- Correcta **experiencia psicomotriz**.

### 2.2.4. Perfil del alumnado con respecto al área de Educación Física.

Los alumnos/as de Secundaria, a lo largo de la etapa, se encuentran inmersos en un proceso de cambios psicofísicos, conocidos como pubertad y adolescencia. Así podemos decir que los mayores cambios en este período se van a producir a nivel biológico, realizándose estos de una forma brusca, dando lugar a una gran inestabilidad que indudablemente repercutirá en el conjunto de la personalidad del adolescente. Todo esto va a significar una ruptura con el período anterior suponiendo la preparación para las estructuras adultas.

#### ÁREA BIOLÓGICA

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

#### ÁREA COGNITIVA

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

#### ÁREA AFECTIVO / SOCIAL

- Aparecen el antagonismo de sexos.
- Búsqueda de un grupo de iguales
- Existe necesidad de protagonismo
- La inestabilidad afectiva da lugar a conductas agresivas

#### ÁREA MOTRIZ

- Los cambios biológicos y fisiológicos conllevan descoordinación.
- Los movimientos tienen una finalidad.
- Diferencias entre unos chicos y otros según experiencias.

## 3. COMPETENCIAS CLAVE.

Las orientaciones de la Unión Europea insisten en la necesidad de la adquisición de las **competencias clave** por parte de la ciudadanía como condición indispensable para lograr que los individuos alcancen un pleno desarrollo personal, social y profesional que se ajuste a las demandas de un mundo globalizado y haga posible el desarrollo económico, vinculado al conocimiento. Así se establece, desde el Consejo Europeo de Lisboa en el año 2000 hasta las Conclusiones del Consejo de 2009 sobre el Marco Estratégico para la cooperación europea en el ámbito de la educación y la formación.

La adquisición de las competencias clave permitirá al alumnado tener una visión ordenada de los fenómenos naturales, sociales y culturales, así como disponer de los elementos de juicio suficientes para poder argumentar ante situaciones complejas de la realidad. La organización y funcionamiento de los centros, las actividades docentes, las formas de relación que se establezcan entre los integrantes de la comunidad educativa y las actividades complementarias y extraescolares pueden facilitar también el logro de las competencias clave.

La lectura constituye un factor primordial para el desarrollo de las competencias clave. Los centros deberán garantizar en la práctica docente de todas las materias un tiempo dedicado a la misma en todos los cursos de la etapa.

El currículo de la educación secundaria obligatoria deberá incluir, de acuerdo con lo recogido en la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria y el bachillerato, al menos las siguientes competencias clave:

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

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

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

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

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

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

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

### 3.1. RELACIÓN ENTRE COMPETENCIAS CLAVE Y LOS BLOQUES DE CONTENIDOS

En este apartado relacionamos las competencias clave y los contenidos del currículo. A su vez pueden agruparse en tres ámbitos:

- Expresión y comunicación (1 y 7).
- Relación e interacción (4 y 5).
- Desarrollo personal (2, 3 y 6).

Aunque dichas competencias se deben adquirir al finalizar la enseñanza básica, es importante que su desarrollo se inicie desde el comienzo de la escolarización, de manera que su adquisición se realice de forma progresiva.

COMPETENCIAS	BLOQUES DE CONTENIDOS				
	1. SCV	2. CFM	3. JD	4. EC	5. AMN
1. CCLI	★	★	★		★
2. CMCT	★	★			
3. CD	★	★	★	★	★
4. CAA	★	★	★	★	★
5. CSC	★	★	★	★	★
6. SIEE		★	★		
7. CEC				★	

## 4. OBJETIVOS.

Los objetivos se entienden como las intenciones que orientan el diseño y la realización de las actividades necesarias para la construcción de las grandes finalidades educativas, esto es, promover el desarrollo integral del individuo y facilitar la construcción de una sociedad más justa y solidaria. Se conciben así como los elementos que guían los procesos de enseñanza-aprendizaje, ayudando a los profesores en la organización de su labor educativa. Los objetivos del Área de Educación Física en la Educación Secundaria deben entenderse como aportaciones que, desde el área, se han de hacer a la consecución de los objetivos de Etapa.

### 4.1. FINALIDADES EDUCATIVAS.

El artículo el artículo 11 del Real Decreto 1105/2014 establecen los *Fines de la etapa*. La finalidad de la Educación secundaria obligatoria consistirá en lograr que los alumnos y las alumnas adquieran los elementos básicos de la cultura, especialmente en sus aspectos humanístico, artístico, científico y tecnológico; desarrollar y consolidar en ellos hábitos de estudio y de trabajo; prepararles para su incorporación a estudios posteriores y para su inserción laboral, y formarles para el ejercicio de sus derechos y obligaciones en la vida como ciudadanos.

## 4.2. OBJETIVOS DE LA ETAPA.

Conforme a lo dispuesto en el artículo 3 del Decreto 111/2016, de 14 de junio la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y alumnas 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.

Además de los objetivos descritos en el apartado anterior, la Educación Secundaria Obligatoria en Andalucía contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que le permitan:

- a) Conocer y apreciar las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades.
- b) Conocer y apreciar los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, así como su medio físico y natural y otros hechos diferenciadores de nuestra Comunidad, para que sea valorada y respetada como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.

### 4.3. OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA.

En este apartado, establecemos los objetivos de área o de Educación Física de la Instrucción 9/2020, de 15 de junio.

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

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

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

#### 4.4. OBJETIVOS DE CURSO

En primer lugar, los objetivos de curso (OO.CC) son definidos como aquellos que usamos para transmitir nuestras intenciones educativas, de tal forma que supongan retos superables para el alumno. Los objetivos de curso que van a componer nuestras unidades didácticas son los siguientes:

#### 1º ESO

1. Desarrollar hábitos saludables en su vida diaria y cotidiana.
2. Conocer pautas básicas sobre alimentación y la salud.
3. Practicar la higiene personal en la realización de actividades físicas.
4. Ser capaz de mostrar actitudes de respeto, tolerancia y cooperación con los compañeros.
5. Conocer y aprender el uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación.
6. Conocer las formas de calentamiento general y los efectos que produce.
7. Realizar ejemplos prácticos de calentamientos.
8. Valorar la importancia del calentamiento en la realización de cualquier actividad física.
9. Realizar actividades motrices con materiales (comba).
10. Conocer los conceptos de las distintas capacidades físicas.
11. Poner en práctica pruebas físicas relacionadas con el apartado anterior.
12. Practicar juegos populares para el desarrollo de las distintas capacidades físicas.
13. Practicar y disfrutar con distintas actividades lúdicas y diferentes deportes alternativos.
14. Aplicar los conceptos básicos de técnica y táctica a situaciones reales de juego, en deportes individuales y colectivos.
15. Respetar las normas y reglas de la actividad deportiva, así como las decisiones del juez a los adversarios y los compañeros.
16. Participar de manera activa en los distintos juegos expresivos y rítmicos practicados.
17. Mejorar las habilidades gimnásticas.
18. Mejorar el sentido expresivo mediante técnicas corporales de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
19. Conocer los fundamentos de la orientación e interpretación de mapas.
20. Participar de manera activa en las sesiones prácticas.

### 2º ESO

1. Desarrollar hábitos saludables en su vida diaria y cotidiana, discriminando aquellos aspectos perjudiciales o nocivos.
2. Conocer pautas y métodos adecuados sobre alimentación y la salud.
3. Ser capaz de mostrar actitudes de respeto, tolerancia y cooperación con los compañeros, destacando la igualdad entre sexos.
4. Conocer y aprender el uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación, con especial cuidado al acoso en redes.
5. Conocer las formas de calentamiento específico y los efectos que produce según la intensidad del esfuerzo.
6. Realizar ejemplos prácticos de calentamientos.
7. Valorar la importancia del calentamiento y los posteriores estiramientos en la realización de cualquier actividad física.
8. Realizar actividades físico-motrices con materiales.
9. Conocer los conceptos de las distintas capacidades físicas, así como distintas clasificaciones y tipos de la misma.
10. Conocer y poner en práctica fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas
11. Practicar juegos populares para el desarrollo de las distintas capacidades físicas.
12. Aplicar los conceptos básicos de técnica y táctica a situaciones reales de juego, prestando especial atención a la defensa y el ataque.
13. Practicar y disfrutar con distintas actividades lúdicas y diferentes deportes alternativos.
14. Respetar las normas y reglas de la actividad deportiva, así como las decisiones del juez a los adversarios y los compañeros.
15. Identificar los tiempos y ritmos de los distintos juegos rítmicos practicados.
16. Conocer y poner en práctica coreografías de acrosport.
17. Conocer y poner en práctica los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva, especialmente los bailes tradicionales de Andalucía.
18. Conocer los aspectos básicos para la realización de una prueba de orientación.
19. Conocer y respetar el entorno en sus diferentes formas de deporte en la naturaleza.
20. Participar de manera activa en las sesiones prácticas.

### 3º ESO

1. Comprender el concepto de salud y su concepción integral.
2. Desarrollar hábitos saludables en su vida diaria y cotidiana valorando los efectos sobre los aparatos y sistemas del cuerpo humano.
3. Conocer algunos de los sistemas metabólicos para la obtención de energía.
4. Ser capaz de tomar conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.
5. Ser capaz de mostrar actitudes de respeto, tolerancia y cooperación con los compañeros, destacando la igualdad entre sexos.
6. Conocer métodos responsables de las tecnologías de la información y la comunicación aplicados al deporte.
7. Poner en práctica de manera autónoma el calentamiento específico y los estiramientos como parte de la sesión.
8. Conocer y poner en práctica algunos de los protocolos a seguir para controlar la respiración y la relajación.
9. Conocer y diferenciar de forma apropiada las distintas capacidades físicas, así como distintas clasificaciones.



10. Poner en práctica de manera autónoma los métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices enfocados hacia la salud y la vida activa.
11. Conocer los fundamentos técnico-tácticos de los deportes de individuales, colectivos, de colaboración-oposición y de adversario a través de las diferentes modalidades.
12. Aplicar los conceptos básicos y específicos de técnica y táctica a situaciones reales de juego.
13. Respetar las normas y reglas de la actividad deportiva, así como las decisiones del juez a los adversarios y los compañeros.
14. Conocer los orígenes del deporte e historia de los Juegos Olímpicos.
15. Conocer los orígenes del deporte en Andalucía.
16. Ejecutar y poner en práctica bailes de práctica individual, por parejas o colectivos, como aeróbic, bailes de salón, danzas del mundo.
17. Crear y colaborar en la elaboración y ejecución de composiciones coreográficas individuales y colectivas con apoyo de una estructura musical: el acrosport.
18. Conocer las actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, orientación, con cuerdas, cabuyería...etc.
19. Realizar actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, respetando el uso del entorno natural.
20. Participar de manera activa en las sesiones prácticas.

#### 4º ESO

1. Comprender el concepto de salud y su concepción integral
2. Desarrollar hábitos saludables en su vida diaria y cotidiana.
3. Conocer los efectos en el organismo de determinados hábitos nocivos para la salud.
4. Participar de manera activa en las sesiones prácticas.
5. Conocer las formas de calentamiento general y específicas y los efectos que producen.
6. Dirigir ejemplos prácticos de calentamientos.
7. Planificar correctamente los distintos factores a tener en cuenta para la realización de un calentamiento.
8. Analizar y tomar conciencia de forma crítica sobre el actual estado de forma física.
9. Profundizar en los aspectos técnico-tácticos de los deportes de adversario: bádminton.
10. Conocer los conceptos de las distintas capacidades físicas, así como distintas clasificaciones y tipos de la misma.
11. Practicar métodos para el desarrollo de las distintas capacidades físicas.
12. Diseñar prácticas dirigidas a las diferentes capacidades físicas.
13. Practicar diferentes actividades físicas y de ocio en espacio natural.
14. Afianzar la coordinación óculo-manual a través de la práctica de malabares.
15. Elaborar montajes, empleando elementos rítmicos, musicales y coreográficos.
16. Respetar los aspectos preventivos de riesgo en las prácticas deportivas y en las actividades en el medio natural.
17. Aplicar los conceptos técnico-tácticos del bádminton, atletismo y hockey, aplicados en situaciones reales de juego.
18. Profundizar en las reglas básicas del bádminton, atletismo y hockey
19. Respetar las normas y reglas de la actividad deportiva, así como las decisiones del juez a los adversarios y los compañeros.
20. Conocer los conceptos básicos sobre nutrición.

#### 4.5. PROPUESTAS DE MEJORA DEL CURSO ANTERIOR.

- Reestructuración de contenidos para evitar que sean trabajados (aunque con diferente grado de concreción y metodología) durante dos años de manera consecutiva, buscando una alternancia para aumentar la motivación del alumnado.
- El contenido “expresión corporal” seguirá teniendo un trato preferencial transitorio mientras se sigan apreciando estereotipos y prejuicios en ese sentido, por lo que continuará siendo un objetivo mínimo obligatorio para la superación de la materia en cada uno de los niveles.

### 5. CONTENIDOS.

Suele ser habitual en educación preguntarse ¿qué?, ¿cómo?, ¿cuándo?, ¿dónde?, ¿a quién? enseñar. Los contenidos que responden a la pregunta ¿qué enseñar? incluyen el conjunto de formas culturales, saberes y aspectos de la realidad seleccionados para formar parte del currículum del alumno. Constituirán, pues, todo aquello que el sistema educativo considere oportuno que el alumno deba llegar a conocer o a saber hacer, y que conducirá a lograr los objetivos educativos trazados (Dicc. Paidotribo, 1998).

Los contenidos (Qué enseñar) constituyen el marco de referencia o sustrato conformado para el desarrollo de los objetivos propuestos en el plan educativo. La división formal en tres ámbitos, intenta justificar que el desarrollo motriz debe tratarse en comunión con el desarrollo cognitivo, afectivo-social y moral.

Los contenidos son decisiones preactivas que se componen de conceptos, de experiencias o destrezas y de actitudes y además hay que seleccionarlos según la etapa, según el área y según la zona cultural en la que nos desenvolvamos.

Los bloques de contenidos son agrupaciones de contenidos en los que se presenta al profesor la información relativa a lo que ha de trabajar durante toda una etapa educativa. Ofrecen aquellos contenidos más adecuados para desarrollar las capacidades indicadas en los objetivos generales de área. Están dictados por la Administración (D.C.B.).

Aunque aparezcan presentados en núcleos o bloques de contenidos, el equipo docente tiene el compromiso de idear nuevas formas de organización en consonancia con la propuesta integral (intradisciplinariedad, interdisciplinariedad y transversalidad) del modelo educativo.

La selección de contenidos así como su organización en diferentes núcleos temáticos y su secuencia en los distintos ciclos o niveles de la etapa, debe entenderse como un referente inicial a partir del cual los centros y el profesorado deberán elaborar sus propios proyectos curriculares y programaciones de aula atendiendo a la singularidad de su alumnado. Se pueden considerar así diversos grados de profundización, abordándolos en distintos momentos, integrándolos con otros contenidos, presentándolos en unidades didácticas interdisciplinares o adaptándolos al alumnado con necesidades educativas especiales.

#### 5.1. BLOQUES TEMÁTICOS.

Los contenidos se organizan alrededor de cinco grandes bloques: *bloque 1*, Salud y calidad de vida, *bloque 2*, Condición física y motriz, *bloque 3*, Juegos y deportes, *bloque 4*, Expresión corporal y *bloque 5*, Actividades físicas en el medio natural.

**La salud y la calidad de vida** es un eje primordial de la Educación Física y así se refleja en este currículo con la inclusión de un bloque de contenidos específico para esta temática que engloba todos los aspectos relacionados con ésta. A su vez, el desarrollo del resto de bloques de contenidos siempre se orientará a la mejora de la salud y de la calidad de vida, tanto individual y colectiva, teniendo en cuenta la valoración de los riesgos asociados a la práctica de actividades físicas y la adquisición de hábitos posturales correctos. A través de los contenidos de Educación Física se trabajará un amplio repertorio de acciones motrices, promoviendo que el alumnado adquiera las destrezas, los conocimientos y las actitudes necesarias para desarrollar su competencia motriz en contextos variados

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

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

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

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

## 5.2. SECUENCIACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS: JUSTIFICACIÓN.

En el **primer trimestre** se van a plantear aquellas unidades didácticas cuyos contenidos estén relacionados con los hábitos de seguridad, higiénicos de cuidado corporal y de actividad física saludable, pues desde primera hora interesa recordar los hábitos de comportamiento. Por esta razón primero se plantearán aquellas unidades didácticas donde el docente tenga un mayor control de los alumnos y alumnas, es decir aquellas unidades didácticas donde se utilice una metodología más tradicional. Las unidades didácticas referentes a los núcleos temáticos “Salud y calidad de vida” y “Condición física y motriz” se desarrollan en este trimestre. Se repasan las capacidades físicas básicas trabajadas. Además se pasará al alumnado un test de condición física donde estas capacidades físicas serán medibles en función de un baremo estandarizado.

Al principio de curso también se diseñarán dos sesiones de presentación de la asignatura y de evaluación inicial, la primera teórica y la segunda práctica, con el objetivo de conocer los conocimientos previos de nuestros alumnos y alumnas y con ello ajustar la programación didáctica a las condiciones reales de partida. En estas sesiones se diseñan actividades de evaluación inicial que se podrían ubicar desde el punto de vista curricular en sus correspondientes unidades didácticas, aunque desde el punto de vista temporal se realizará al principio de curso.

En el **segundo trimestre** se desarrollan las unidades didácticas relacionadas con el núcleo temático “Juegos y deportes”, primero se trabajan los deportes teniendo especial importancia la carga social de los mismos y luego los juegos existiendo como denominador común los aspectos recreativos de los mismos, teniendo en cuenta siempre la situación especial por la que pasamos y la dificultad para usar determinados espacios y materiales.

En el **tercer trimestre** se planifican las unidades didácticas referentes al núcleo temático “Actividades en el medio natural”, y las unidades didácticas relacionadas con el núcleo temático “Expresión corporal”. Además, algunas unidades didácticas se deben trabajar en unas fechas concretas, por ejemplo, los contenidos vinculados con la cultura andaluza en las fechas previas al 28 de febrero; los contenidos ubicados en el núcleo temático de expresión corporal en las fechas previas a la fiesta de fin de curso, etc.

*Ante un curso escolar especial como el de este año, debido a la pandemia por COVID-19, se adaptarán tanto los contenidos, como los medios y materiales, buscando el máximo aprendizaje por parte de los alumnos en la medida de las posibilidades, siempre dando especial importancia a la prevención y a la salud. Estos contenidos pueden ser modificados o suprimidos dependiendo de la situación temporal:*

#### **Distribución de contenidos teóricos predominantes por trimestres:**

	<b>1er TRIMESTRE</b>	<b>2º TRIMESTRE</b>	<b>3er TRIMESTRE</b>
<b>1º ESO</b>	Calentamiento CFB Juegos variados	Deportes y conozco mejor mi cuerpo	AFMN y expresión corporal
<b>2º ESO</b>	CFB y condición física	Deportes y controló mi cuerpo	AFMN La orientación y expresión
<b>3º ESO</b>	Capacidades físicas Salud y calidad de vida	Deportes adaptados / programados	Expresión corporal y AFMN específicas
<b>4º ESO</b>	Calentamiento específico Métodos de entrenamiento de CF Primeros auxilios Hábitos saludables	Deportes de equipo Bádminton Atletismo	Malabarismo Dramatización y coreografías AFMN

**Distribución de UU.DD:**

	1ER TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3ER TRIMESTRE
1º ESO	Calentamiento I Comba Pruebas físicas I Pruebas y juegos con / sin material	Deportes adaptados I Deportes de raqueta I Deportes de equipo I Conozco mi cuerpo	Senderismo y orientación Deportes populares / alternativos Bailes Dramatización
2º ESO	Calentamiento II Retos grupales 2º Juegos iniciales Cuerdas de ritmo Condición física II Acroport I	Desafíos cooperativos I Respiración y relajación Hábitos nocivos Deportes individuales Deportes de equipo II	Deportes populares Deportes alternativos Actividades en la naturaleza Parkour introducción Bailes II Teatro
3º ESO	Calentamiento específico Retos grupales 3º Entrenamiento Postura y estiramientos Acroport II	Desafíos cooperativos II Deportes de raqueta II Deportes de equipo III Hábitos saludables	Orientación y escalada Parkour perfeccionamiento Malabares I Creación de deportes Bailes III Teatro y dramatización
4º ESO	Calentamiento específico Condición Física y Entrenamiento Hábitos saludables: nutrición, 1º auxilios y hábitos para la salud	Hockey Bádminton Atletismo	Malabares II Bailes y dramatizaciones  Senderismo y Orientación

**5.3. PAUTAS GENERALES DE TRABAJO EN CLASE:**

La estructuración de los contenidos a nivel académico (porque debemos presentarlos de manera integrada) será la siguiente:

**Contenidos teóricos (con apoyo de libro o fichas proporcionadas por el profesor):**

- ✓ Concepto integral de salud.
- ✓ Hábitos de salud y hábitos nocivos.
- ✓ Relación entre actividad física, salud y beneficios sobre la misma.
- ✓ Concepto de calentamiento, tipos y factores a tener en cuenta durante el mismo.
- ✓ Importancia y objetivos del calentamiento.
- ✓ Concepto de las cualidades físicas básicas y tipos de las mismas.
- ✓ Estabilidad y equilibrio.
- ✓ Conocimiento de las reglas e historia del bádminton, baloncesto y hockey.

- ✓ Comprensión de los gestos técnicos básicos, así como nociones básicas respecto a la táctica y reglamentación de deportes individuales y colectivos practicados.
- ✓ Conocimiento de los elementos del ritmo.
- ✓ Prevención de accidentes y normas de seguridad.
- ✓ Material y recursos necesarios.
- ✓ La brújula, los planos y nociones básicas de orientación.
- ✓ Aspectos organizativos básicos para las pruebas de orientación.

### **Cómo los ponemos en práctica**

- Hábitos posturales higiénicos.
- Alimentación equilibrada.
- Hábitos de calentamiento.
- Actividad física saludable.
- Desarrollo de la Condición Física.
- Aplicación de un calentamiento adecuado antes de la práctica deportiva.
- Realización de distintos calentamientos.
- Práctica de métodos para el desarrollo de las distintas cualidades físicas básicas.
- Elaboración de un montaje con elementos musicales y gimnásticos.
- Carreras, saltos, lanzamientos
- Juegos de fuerza.
- Arbitraje.
- Práctica de las diferentes técnicas de deportes individuales y colectivos.
- Utilización de fundamentos técnico-tácticos en las diferentes situaciones de juego.
- Práctica de las habilidades gimnásticas
- Acople del movimiento a estructuras sonoras diferentes.
- Práctica de los diferentes pasos así como la danza en su globalidad.
- Práctica de escalada y aseguramiento.

### **Cómo actúo en clase**

- ✓ Concienciación, prevención, participación, motivación e implicación en las actividades
- ✓ Valoración del calentamiento como acto de salud y de rendimiento.
- ✓ Valoración de la práctica de los métodos para el desarrollo de las cualidades físicas como acto de salud y de rendimiento.
- ✓ Higiene postural y prevención de accidentes
- ✓ Respeto hacia los demás a través de la práctica de los deportes individuales y colectivos.
- ✓ Disfrute del aspecto lúdico de los deportes individuales y colectivos.
- ✓ Respeto a los compañeros y al profesor, así como al material.
- ✓ Confianza en sí mismo y autonomía.
- ✓ Aceptación de las reglas del juego.
- ✓ Apremiar el valor del folclore andaluz.
- ✓ Valorar la importancia de saber expresarse a través del ritmo y el baile
- ✓ Mejora de las relaciones con los compañeros.
- ✓ Aceptación de las normas de seguridad y protección.
- ✓ Valoración de los beneficios de la actividad física al aire y la mejora de la calidad de vida
- ✓ Aceptación y respeto de las normas para la conservación del medio natural.

### 5.3.1 PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA POR COVID 19.

En primer lugar, se seguirán las recomendaciones generales dictadas sobre el uso de la mascarilla, la distancia de 1,5 metros de seguridad y otras medidas de prevención en materia de salud pública para hacer frente al coronavirus (Covid-19), y por la que se modifica la Orden de 19 de junio de 2020.

El documento de Medidas de la Consejería de Salud y Familias establece que se procurará la realización de actividades que no favorezcan el contacto directo entre el alumnado, así como el uso de elementos individuales o que no requieran manipulación compartida con las manos (excepto grupos de convivencia escolar):

1. Los recursos materiales que se puedan utilizar durante el desarrollo de las clases deben contribuir a la consecución de los objetivos del área y a la adquisición de las competencias clave.
2. Los materiales e instrumentos a utilizar son mediadores en los procesos de aprendizaje, y de no poder hacer uso de algunos se podrán sustituir por otros o modificar los ejercicios, actividades o tareas a implementar. En este caso, sí se pueden modificar las programaciones, respetando siempre los objetivos, los bloques de contenidos y los criterios de evaluación.
3. En cualquier caso, si fuera estrictamente necesario su uso, los usuarios extremarán la higiene de manos, desinfectándose las antes y después. Esto se contempla en el documento de Medidas de limpieza y desinfección de los elementos compartidos por el alumnado, siempre desinfectados antes y después de cada uso.
4. A tal efecto, se dispondrá en cada espacio dedicado a la impartición de Educación Física tanto de geles hidroalcohólicos como de elementos y productos de desinfección, concretamente en el despacho privado de Educación Física (junto a los aseos del pabellón).
5. Será recomendable el uso de una bolsa de aseo en la que se incluyan elementos de desinfección de manos y limpieza y aseo personal, ya que tenemos una función doble en nuestra materia: además de la higiene personal será imprescindible una higiene frente a la pandemia.
6. Las actividades de Educación Física siempre se desarrollarán al aire libre. Si por condiciones extremas fuera necesario desarrollarlas en espacios como el pabellón, se adoptarán medidas orientadas a mantenerlo lo más ventilado posible (mantener permanentemente puertas y ventanas abiertas) y se extremará su limpieza.
7. Indistintamente, habrá de forma general, más carga teórica y más uso de los medios telemáticos que de costumbre. Será una buena oportunidad para indagar en aquellos contenidos más individuales y menos comunes, orientados al aprendizaje personal ante el colectivo.
8. Se velará para que el alumnado utilice mascarilla en todo momento. El NO uso de mascarilla será por motivos extremos o de fuerza mayor (sensación de ahogo, realización de ejercicio físico intenso...etc) siempre bajo el permiso del profesor, en una zona al aire libre, con distancia de seguridad y durante muy pocos minutos.
9. Se mantendrá una distancia interpersonal de seguridad superior a la habitual al realizar ejercicio físico. Si no fuera posible, deben constituirse grupos de trabajo estables (parejas, tríos, cuartetos, etc.).
10. Si existen vestuarios, debe limitarse su aforo y su uso para que el alumnado que los utilice pueda mantener la distancia de seguridad y, si disponen de

ventanas, se mantendrán abiertas el mayor tiempo posible para favorecer la ventilación natural.

11. Por último, se establecerá un permiso especial para la realización de actividad física fuera del centro escolar. La entrega de este permiso es obligatoria para poder realizar actividad física fuera de las instalaciones habituales y supone la aceptación de padres y alumnos de todas las normas recogidas en este permiso y en este protocolo. Todas estas medidas quedarán además recogidas en la programación del Departamento.
12. EL NO CUMPLIMIENTO DE ESTAS NORMAS SUPONDRÁ SANCIONES PARA LOS ALUMNOS EN LA MATERIA O INCLUSO OTRAS MÁS GRAVES RECOGIDAS POR EL CENTRO ESCOLAR.

#### **5.4. ACTIVIDADES QUE DESARROLLAN LA COMPETENCIA LINGÜÍSTICA Y PLAN DE FOMENTO DE LA LECTURA**

##### *FRECUENCIA Y ORGANIZACIÓN TEMPORAL:*

Teniendo en cuenta la proporción de tiempo mínimo mensual y anual que corresponde a la materia de educación física lo realizaremos de la siguiente forma:

- 1 vez cada 3 semanas o 1 vez al mes en cada grupo, pudiendo aumentar la frecuencia en caso de condiciones meteorológicas adversas.
- Siguiendo el calendario del Plan de Lectura.

##### *ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES EN 1º y 2º de ESO:*

- Lectura comprensiva con el libro de texto principalmente (lecturas especiales y temario).
- Ampliación y análisis del vocabulario con ayuda del diccionario, internet, de los compañeros o profesores.
- Debate y puesta en común del texto leído.
- Lectura de guiones.

##### *ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES EN 3º y 4º de ESO:*

- ✓ Lectura comprensiva de los apuntes principalmente (lecturas especiales y temario)
- ✓ Ampliación y análisis del vocabulario con ayuda del diccionario, internet, de los compañeros o profesores.
- ✓ Debate y puesta en común del texto leído.
- ✓ Se tratarán otros textos específicos de la asignatura mediante periódicos, revistas, búsquedas por internet, libros de la biblioteca favoreciendo la ampliación del vocabulario específico de la materia de manera puntual (entre 1 y 4 veces a lo largo del curso o en caso de lesión).
- ✓ El profesor o un alumno leerá un texto en voz alta 2 veces y los alumnos tendrán que extraer las ideas principales y comentar el texto.
- ✓ Análisis, comentario y representación a través del movimiento del texto leído.

#### **5.5. EVALUACIÓN DE LA COMPETENCIA LINGÜÍSTICA Y PLAN DE LECTURA**

**ESO:** Pregunta incluida en el examen teórico y directamente relacionada con la lectura y el desarrollo de la competencia lingüística, resumen e idea principal del texto adjunto, comentario del texto, vocabulario, presentar un texto elegido por el alumno, el profesor lee un texto en voz alta y el alumno capta la idea principal y lo comenta.



## 6. METODOLOGÍA

### 6.1. PRINCIPIOS METODOLÓGICOS.

A la hora de fijar nuestra programación, es imprescindible y obligado atender a los principios metodológicos para la etapa de secundaria, propuestos tanto por las leyes orgánicas de educación, como por los decretos. Así, el Currículo Normativo establece un conjunto de principios que deben regular los procesos de enseñanza aprendizaje:

- El aprendizaje supone la interiorización y reelaboración de significados.
- El alumno ha de establecer relaciones significativas entre el conocimiento que posee y nuevo.
- Asegurar la funcionalidad del aprendizaje escolar para ser utilizado en cualquier situación de la vida cotidiana.
- En definitiva, el objetivo básico y fundamental de los procesos de enseñanza aprendizaje ha de ser aprender a aprender.

#### 1. El nivel de desarrollo del alumno

Este principio psicopedagógico obliga a tener en cuenta dos aspectos fundamentales para el área:

- a. De acuerdo con los estudios de la *Psicología evolutiva*, es preciso partir en todo momento de la capacidad cognitiva o nivel de desarrollo del alumno.
- b. Según los principios del *Constructivismo*, la actividad educativa debe estar condicionada por los conocimientos previos que posee el alumno, puesto que el inicio de un nuevo aprendizaje parte de los conceptos, representaciones y conocimientos que el alumno ha construido en el transcurso de sus experiencias previas.

#### 2. Significatividad y funcionalidad del aprendizaje

La práctica educativa debe asegurar la construcción de aprendizajes significativos de contenidos. El aprendizaje significativo presenta dos tipos de exigencias.

- a. Que los **contenidos impartidos sean intrínsecamente significativos**, no solamente en función de la *estructura lógica* del área de la que forman parte; sino que deben existir previamente una *estructuras cognitivas* en el alumno capaces de integrar y relacionar el nuevo aprendizaje.
- b. Que exista una **actitud favorable** para aprender significativamente; es decir, que el alumno esté motivado para relacionar lo que aprende con lo que ya sabe. Tal y como recoge el propio **D.C.B.**, solamente cuando se produce un aprendizaje significativo se puede asegurar su **funcionalidad**, de forma que pueda ser utilizado por el alumno de forma efectiva cuando lo necesite tanto en su vida real, como en la construcción significativa de nuevos aprendizajes en el área de Educación Física.

### 3. **Aprender a aprender y memorización comprensiva.**

Toda intervención educativa debe, además, de tratar que los alumnos realicen aprendizajes significativos por sí solos, tratar que sean capaces de aprender a aprender en una amplia gama de situaciones y aprendizajes de trascendental importancia en el área de Educación física. En definitiva, es necesario que el alumno adquiera estrategias no solamente cognitivas, sino de planificación y regulación de la propia actividad de aprendizaje. Esto está relacionado, con el funcionamiento de la memoria, puesto que el aprendizaje significativo supone una memorización comprensiva y no mecánica o repetitiva. Dice el D.C.B.: "*La memoria no es sólo el recuerdo lo aprendido, sino el punto de partida para realizar nuevos aprendizajes*".

### 4. **Aprendizaje significativo y esquemas de conocimiento.**

La intervención educativa debe dirigirse hacia la modificación de esquemas de conocimiento, como consecuencia del aprendizaje significativo. De acuerdo con los estudios de los procesos de aprendizaje, la aparición de un nuevo conocimiento supone romper el *equilibrio conceptual* en el que el sujeto está instalado, superado el *desequilibrio producido*, la *adaptación definitiva* supondrá una nueva seguridad cognitiva gracias a la asimilación de nuevos conocimientos y base de nuevas adquisiciones, en la medida que se llega a un aprendizaje funcional.

### 5. **Actividad, interactividad y aprendizaje significativo.**

Según todo lo anteriormente expuesto, el proceso mediante el cual se construye un aprendizaje significativo exige por parte del alumno una actividad fundamentalmente interna.

Hemos dicho que esta actividad es fundamentalmente de tipo interno porque no se desecha cualquier otra de *tipo externo* como podría ser *manipulativa* o de *análisis de objetos, hechos o situaciones*, que estimulen la actividad cognitiva interna del sujeto. A esta actividad externa o manipulativa se le ha denominado en muchos casos como aprendizaje por descubrimiento, de *gran importancia en el área de Educación Física*.

## 6.2. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS.

El D.C.B. establece una serie de planteamientos o principios didácticos, basándose en los principios psicopedagógicos vistos, que deben regular la práctica didáctica, y que de forma sintética son:

1. Programar actividades a partir de la experiencia del alumno y de su vida real.
2. Diseñar actividades que favorezcan la relación entre lo que el alumno sabe y los nuevos contenidos.
3. Potenciar el interés espontáneo del alumno.
4. Adaptar los métodos y los recursos a las peculiaridades de cada grupo y de cada alumno.
5. Utilizar métodos y recursos variados para potenciar la creación y capacidad de búsqueda y organización de elementos para resolver problemas.
6. Impulsar las relaciones dentro del grupo que permitan la coordinación, confrontación y modificación de puntos de vista, intereses, así como la toma de decisiones colectivas.
7. Promover equipos de trabajo, y distribución de tareas y responsabilidades.
8. Diseñar actividades dentro del aula, del ciclo y de la etapa.

### 6.3. DESARROLLO DE LA METODOLOGÍA.

En el desarrollo práctico de la sesión de E.F., el docente debe tomar una serie de decisiones en relación a la técnica de enseñanza, organización-control (de los alumnos y alumnas, de las actividades, del espacio y del tiempo), clima de aula, estrategia en la práctica y recursos a utilizar, de este modo se irá conformando el estilo de enseñanza del docente más adecuado para el aprendizaje de los contenidos.

#### **a) Técnica de enseñanza:**

A lo largo del curso iremos progresando de una técnica de enseñanza basada en la instrucción directa, donde el alumnado repetirá los modelos de ejecución propuestos por el docente, hacia una técnica de enseñanza basada en la indagación, donde los alumnos y alumnas deberán buscar sus propias soluciones. La información inicial de la tarea será breve y sencilla. A partir del segundo trimestre la técnica de enseñanza se basará en la indagación y búsqueda.

#### **b) Organización y control:**

A lo largo del curso del curso iremos progresando de una organización de tipo semi formal, donde los alumnos y alumnas tomarán algunas decisiones, se plantearán circuitos por estaciones, habrá cierta libertad, se formarán parejas para ayudar al compañero o compañera; hacia una organización de tipo informal, donde los alumnos y alumnas toman todas las decisiones, siendo ellos los encargados de organizar el desarrollo de la clase. Además en las sesiones culminativas de las unidades didácticas siempre se suelen plantear organizaciones peculiares y por lo tanto más complejas: "Pirámide de cartas", "Torneos", salidas al medio..., donde de nuevo el alumnado estará muy implicado.

Los alumnos y alumnas se van a organizar de forma individual, grupal y masiva. Será la grupal la organización más habitual. Los grupos casi nunca excederán de cinco componentes. Siempre serán mixtos. También utilizaremos criterios aleatorios para formar grupos, por ejemplo, color de la ropa, el juego de los paquetes, e incluso canciones de retahílas.

- **De las actividades:** Las actividades serán generales y específicas en función del contenido tratado, de esta manera se ejerce un mayor control de la actividad de clase y se evitan conductas disruptivas.

- **Del tiempo:** Las clases van a tener una duración real de unos 50 minutos. Se dividen en tres partes: inicial, donde se pasa lista, siempre en el mismo lugar, se reparten fichas, se dan explicaciones teóricas y se realiza el calentamiento; intermedia, donde se trabajan los contenidos propios de la sesión; final, donde se realiza actividades de vuelta a la calma, actividades de reflexión, actividades del cuaderno, además los alumnos y alumnas se deben asear, y mudarse al menos de camiseta. Las tareas serán de ejecución simultánea para optimizar el tiempo útil de compromiso motor. Cuando la ejecución sea de tipo alternativo, se intentará que la pareja observe y analice a su compañero o compañera. Cuando la ejecución sea de tipo consecutivo, se intentará que el tiempo de espera sea el menor posible. Cuando la intensidad de las actividades sea alta será conveniente el planteamiento de una ejecución de tipo consecutivo donde haya turnos de espera, para que de esta forma el alumnado descanse, por ejemplo en carreras de relevos.

- **Del espacio:** La ubicación del alumnado en el espacio debe ser aquella que nos permita un buen control de los mismos. Intentaremos que todos estén en nuestro campo de visión. Además hay que tener en cuenta la ubicación del alumnado en el espacio para evitar accidentes, choques, golpes, etc. No se permitirá que los alumnos o alumnas más capaces ocupen los mejores espacios, mientras que los menos capaces ocupen los espacios marginales.

**c) *Clima de aula.***

El clima de aula debe ser positivo, el alumnado debe sentirse en un ambiente de afecto y confianza. Pero además deben comprender que las clases de E.F. para que funcionen deben estar sujetas a unas normas que se han de cumplir. De nuevo se insiste en el respeto a los compañeros y compañeras de clase y en la educación en valores. No se debe coartar la actuación de ningún alumno o alumnos, sino todo lo contrario, para lo cual el docente deberá tener expectativas de éxito en todo momento y convertirse en dinamizador de la clase, procurando atender a todos los alumnos y alumnas, dando conocimiento de resultados de tipo positivo y dialogando con el alumnado y favoreciendo las relaciones sociales

**d) *Estrategia en la práctica.***

La estrategia en la práctica va a estar muy mediatizada por el contenido que se vaya a trabajar. En la primera unidad didáctica va a ser de corte analítico. A partir de entonces en el resto de unidades didácticas va a predominar la utilización de la estrategia en la práctica de tipo global. Este aspecto metodológico va a ser determinante en la unidades didácticas relacionadas con los deportes, ya que en cada sesión se empieza con el planteamiento de un juego de corte global, luego de forma analítica se trabaja el contenido fundamental de la sesión, y de nuevo de forma global se plantea el mismo juego pero añadiéndole el contenido analíticamente trabajado.

**e) *Recursos didácticos:***

Deben ajustarse al currículo planificado. En líneas generales podemos indicar que se va a utilizar una gran cantidad y variedad de material. Todo tipo de pelotas, balones reglamentarios de los deportes, material alternativo, autoconstruido, maquillaje, máscaras, luces, planos, mochilas, colchonetas, picas, espalderas, bancos suecos, plintos, etc. Lo cual es normal si tenemos en cuenta que el currículo planificado es muy variado.

**f) *Instalaciones:***

Las instalaciones más utilizadas van a ser las específicas de E.F., es decir, las pistas polideportivas y el gimnasio (en contadas ocasiones); aunque también vamos a utilizar la sala de informática para el trabajo de las TIC; sala de audiovisuales para el visionado y evaluación de vídeos en expresión corporal; salón de usos múltiples para el show de expresión corporal"; todo el recinto interior del centro para las Jornadas Recreativas Andaluzas; se realizará senderismo en el entorno del municipio.

Los estilos de enseñanza van a estar en función de los aspectos metodológicos que se van a proponer los estilos de enseñanza que se plantearán serán:

- **Tradicional**, fundamentalmente la Asignación de Tareas, durante el primer trimestre.

- **Individualizares**: poco a poco, y de forma progresiva, a lo largo del curso se irán diseñando tareas donde los alumnos y las alumnas tengan la posibilidad de elección.

- **Participativos**, fundamentalmente la Enseñanza Recíproca, de tal modo que en muchas actividades realizadas en pareja irán acompañadas de una hoja de observación sistemática muy sencilla, para que los alumnos y alumnas se evalúen recíprocamente. En algunas unidades didácticas, donde los alumnos y alumnas formen grupos estables se realizará una evaluación de cada uno de los componentes por parte de resto de miembros del grupo, sobre todo en aspectos actitudinales, de esta forma fomentaremos la reflexión grupal y el diálogo.

- **Socializadores**. Siempre van a estar presentes desde la primera sesión del curso, en el establecimiento de las diez normas fundamentales del curso. Cada vez que surja un conflicto se deberá llegar a una solución dialogada... Se plantearán numerosas actividades de coevaluación y autoevaluación para generar reflexiones acerca de los valores de tipo social. La filosofía de los juegos recreativos mediante la propuesta de dos unidades didácticas se relaciona directamente con la educación en valores.

- **Cognoscitivos**. Conforme vayan apareciendo los juegos complejos de cooperación y cooperación-oposición, estos estilos irán adquiriendo importancia. Destacar la Resolución de Problemas en las unidades didácticas referidas a deportes.

- **Creativos**. Al requerir organizaciones de los alumnos y alumnas de tipo informal irán apareciendo a lo largo de la segunda mitad del curso. La Libre Exploración en la unidad didáctica “Juegos con material autoconstruido”.

### 6.3.1 DESARROLLO DE LA METODOLOGÍA Y EVALUACIÓN ANTE UN POSIBLE CONFINAMIENTO

Ante la vuelta a un posible confinamiento, el departamento de Educación Física tomará las medidas oportunas en relación al mantenimiento de los objetivos, contenidos y criterios de evaluación, en busca de las menores modificaciones posibles y preservando la calidad del aprendizaje del alumno. Sólo se modificarán contenidos en caso de que sea imposible realizarlos en casa o a través de las plataformas digitales, ya sea por falta de espacio o de material.

A tal efecto, se dará, por este orden, mayor importancia a estas plataformas (Moodle, google classroom y correo electrónico), más la ya habitual de la que hacemos uso que es Séneca. Se hace necesario el establecimiento de una plataforma común para todos los alumnos, con el objetivo de poder facilitar el trabajo de todas las partes implicadas. Con todo esto claro, sí podrán modificarse en mayor medida los instrumentos de evaluación y la metodología, quedando todavía presente todo lo demás establecido en esta programación inicial.

Por ello, para la evaluación, se dará mayor importancia a los exámenes, pruebas o trabajos escritos o teórico-prácticos individuales, en los cuales los alumnos trabajen por sí mismos desde casa con la guía del profesor, por ejemplo a través de recursos prácticos o visuales y su grabación en vídeo. También se podrán trabajar artículos y resúmenes en formato digital o exposiciones de un tema concreto o presentaciones tipo power point, bailes individuales y tablas de ejercicios

o circuitos. Por último, pueden tener una especial importancia los resúmenes, búsqueda de información concreta y desarrollo de actividades o juegos online a través de plataformas como kahoot o youtube.

En los cursos de la ESO, en caso de un posible confinamiento, una propuesta sería la elaboración de un calendario por parte de jefatura de estudios, con 3 videoconferencias de clase al día (4 conferencias para 4º de ESO) y el resto de horas serían para trabajo en casa y tareas, dudas y correos en horario de clase normal, quedando reducido el porcentaje de contenidos de cada materia entre un 50% y un 80% del total a trabajar.

**EVALUACIÓN EN EL CONFINAMIENTO:** Tras lo acordado en el confinamiento anterior, en caso de una supuesta evaluación ordinaria, la nota no podrá ser inferior a la media aritmética de la 1ª y 2ª evaluación. Partiendo de este principio se realizará la media de las tres evaluaciones y saldrá la nota final (ordinaria). Para una evaluación trimestral, se tendrá en cuenta todo lo realizado hasta el momento (ya sea presencial u online), teniendo claro que las posibles notas tendrán más peso en la evaluación ordinaria y que habrá que estudiar cada alumno en cada caso.

En el establecimiento final de la nota en relación a los decimales se podrá realizar o bien de forma estrictamente matemática – es decir los decimales entre 0 y 0,4 corresponderán al número entero inferior y los decimales entre 0,5 y 0,9 corresponderán al número entero superior-, o bien teniendo en cuenta variables relacionadas con el adecuado cumplimiento de las tareas y que no hayan sido contempladas inicialmente. Estas variables, harán referencia al trabajo de los alumnos desde casa, pero también podrá tenerse en cuenta las dificultades que pueden presentar cada uno, para lo cual será necesaria la valoración de todo el equipo educativo y las opiniones del resto del profesorado.

## 7. EVALUACIÓN

### 7.1. EVALUACIÓN INICIAL, PROCESUAL Y FINAL.

#### a) *Evaluación inicial o diagnóstica.*

Que trata de conocer el grado de desarrollo del alumnado y los conocimientos previos que tienen adquiridos. El análisis de los resultados de la misma, permite al docente establecer las distancias entre la situación del alumnado y los nuevos aprendizajes, y poder adaptarse a la realidad diagnosticada a la hora de planificar el proceso de enseñanza.

La evaluación inicial de todas las unidades didácticas se realiza en la primera sesión del curso. En la primera sesión nos presentaremos como docentes y se presentará la asignatura. Se deben dejar muy claras desde el primer momento las normas de clase. Además se pasará un cuestionario donde se plantean preguntas para detectar los conocimientos teóricos iniciales. Por ejemplo: ¿Cuáles son las capacidades físicas básicas? Clasificación de los deportes.

#### b) *Evaluación procesual.*

Es decir, estamos evaluando durante todo el proceso de modo ininterrumpido, detectando los progresos y dificultades que se van originando para introducir las modificaciones que desde la práctica se vayan estimando convenientes.

Los instrumentos de evaluación que se van a utilizar durante el desarrollo de las unidades didácticas van a ser: la listas de control y escalas de valoración para evaluar los procedimientos y las actitudes (en el cuaderno del profesor), así por

ejemplo, al principio de cada clase, incluso durante el desarrollo del calentamiento, se pasará lista y se registrarán las anotaciones correspondientes.

**c) Evaluación sumativa.**

Se pretende conocer lo que se ha aprendido en cada unidad didáctica. Se recomienda que sea una consecuencia de la evaluación continua, completada, si fuera necesario, con alguna prueba específica.

Normalmente todas las unidades didácticas van a tener unas actividades culminativas, donde se pongan de manifiesto los objetivos fundamentales de las mismas. Estas actividades sirven para darle funcionalidad al aprendizaje, para motivar a los alumnos, y para completar el proceso de evaluación.

El docente terminará de completar las listas de control y las escalas de valoración. Además se pasarán cuestionarios finales de la unidad didáctica, escalas de valoración para que los alumnos y alumnas se coevalúen o autoevalúen, y se recogerán los posibles trabajos.

## **7.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.**

Los criterios de evaluación se van a concretar en el proceso de enseñanza y aprendizaje en actividades de evaluación. Los instrumentos de evaluación se constituirán en los medios a utilizar para llevar a cabo la evaluación, mientras que los mecanismos de evaluación se van a referir al modo, a la forma de llevar a cabo la evaluación.

Los mecanismos que se van a utilizar van a ser de experimentación, en actividades de evaluación diseñadas con esa intención (pruebas teóricas, situaciones de aplicación...), y de observación, en actividades cotidianas de enseñanza y aprendizaje, donde el docente de forma continua irá anotando y registrando información en sus listas de control, o escalas de valoración.

En cuanto a los instrumentos de evaluación se van a referir a los conceptos, a los procedimientos y a las actitudes.

### **Para evaluación asociada a la teoría:**

- *Apuntes de clase.* Se dará al alumnado el dossier de contenidos teóricos por evaluación, el cual se desarrollará en dos clases teóricas por trimestre.

- *Trabajos.* Estos trabajos se plantearán como actividades de ampliación, utilizándose para su desarrollo las Tecnologías de Información y Comunicación.

- *Cuestionarios o pruebas teóricas.* Se van a diseñar desde dos puntos de vista, para verificar el aprendizaje de los contenidos conceptuales de las unidades didácticas, y como actividades de recuperación para los alumnos y alumnas con dificultades, en este caso, su planteamiento se hará al final de cada trimestre, en la misma sesión donde los alumnos y alumnas que no hayan tenido dificultades preparan sus trabajos.

- *Fichas de juegos.* Será habitual que el alumnado tenga que rellenar y entregar fichas de juegos relativas a los contenidos trabajados. En estas fichas se indicará el título, la organización inicial, el desarrollo del juego, reglas fundamentales, material necesario, representación gráfica y unidad didáctica de referencia.

- *Fichas de lectura.* En tercero y cuarto de la ESO los alumnos/as deberán rellenar unas fichas acerca de los artículos leídos (véase plan de lectura).

A todos estos instrumentos se les aplicará un valor numérico de 1 a 10 y en caso de no ser realizado NP (no presentado).

#### **Para evaluación asociada a la forma de proceder:**

- *Situaciones de aplicación.* En las que el alumno o la alumna debe realizar una tarea o gesto técnico aplicando una serie de normas, criterios, principios. Por ejemplo: realizar un calentamiento de carácter específico para un deporte, arbitrar un encuentro, realizar un recorrido de orientación, realizar una entrada a canasta... *Estas situaciones se valorarán a través de ítems que podrán estar bien (B), regular (R) o mal (M). El bien equivaldrá a nota numérica 8, el regular a nota numérica 5, y el mal a nota numérica 2. Se realizará la media y obtendremos la nota de esa situación aplicada.*

- *Tests motores.* A partir de los resultados obtenidos en los tests a lo largo de la ESO el alumnado deberá confeccionar sus tablas y valorar su evolución en relación las capacidades físicas básicas. *Se valorarán de 1 a 10 según baremo estandarizado.*

- *Montajes.* En algunas unidades didácticas se realizarán montajes a modo de coreografías o representaciones.

#### **Para evaluación asociada al modo de actuar en clase:**

- *Las faltas y las normas de clase y de comportamiento,* como pueden ser respeto al material, comida en clase, ropa de deporte, retraso... se anotan directamente en el *cuaderno del docente* con la siguiente nomenclatura:

- $F \implies$  Falta (se rodeará la "F" si es justificada).
- $R \implies$  Retraso (se rodeará la "R" si es justificado).
- $\downarrow \implies$  Si el alumno/a no respeta alguna de las normas de clase (comer chicle, zapatillas desabrochadas, no traer ropa deportiva...).

### **7.3. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE.**

Los **criterios de evaluación** se van a constituir en las referencias para comprobar en qué grado se han adquirido los objetivos a través de los contenidos y serán los siguientes:

#### **1º ESO**

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.



3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.
5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. CMCT, CAA.
6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. CMCT, CAA, CSC.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. CCL, CSC.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios. CCL, CD, CAA.
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.
13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva. CCL, CD, CAA

## 2º ESO

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora. CMCT, CAA.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.
9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA
11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.
12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

### **3º ESO**

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.
3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
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. CMCT, CAA.
5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.
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 las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.
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. CCL, CSC.
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. CCL, CD, CAA.
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP

## 4º ESO

1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA.
5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud. CMCT, CAA.
6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. CMCT, CAA, CSC.
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 personas implicadas. CAA, CSC, SIEP.
8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. CAA, CSC, CEC.
9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno. CMCT, CAA, CSC.
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 salud y la seguridad de las personas participantes. CCL, CSC.
11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas. CCL, CAA, CSC, SIEP.
12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. CCL, CD, CAA.

13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

## 7.4 CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

En cuanto a los criterios de calificación, estos están asociados a los criterios de evaluación establecidos para cada curso. En función del porcentaje que establecemos para cada uno de los criterios y de la suma de los mismos, podemos establecer los siguientes porcentajes en cada uno de los siguientes aspectos:

- A. **FALTAS:** si no están justificadas cada una restará un punto de la nota de actitud.
- **Faltas de asistencia:** deberá enseñarse el justificante al profesor antes de entregarlo al tutor.
  - **Faltas prácticas:** el alumno que no realiza ese día la parte práctica de la asignatura copiará la clase. Si es por enfermedad deberá traer justificante médico.
- B. **ACTITUDES EN CLASE Y CON LOS DEMÁS** (30% para 1º y 2º ESO y 20% para 3º y 4º ESO):
- **Puntualidad:** los retrasos injustificados serán registrados y restarán medio punto en la nota de actitud (3 retrasos en el trimestre significa un parte).
  - **Ropa:** se exige la asistencia a clases prácticas con ropa deportiva y zapatillas de deporte. En caso de que no se traiga, restará medio punto en la nota de actitud.
  - **Material:** se tendrá en cuenta el uso que haga del material del centro, así como la ayuda que preste al recogerlo, en caso negativo, restará medio punto en la nota de actitud.
  - **Actividades extraescolares:** se calificará de forma positiva la asistencia a las actividades organizadas por el departamento. Se anotará en el cuaderno con el símbolo ↑ y sumará medio punto a la nota de actitud.
  - **Comportamiento:** Una valoración o “carita” negativa por mal comportamiento restará 0,1 por cada una sobre la nota final. Al igual que todas las positivas (voluntario, material, bolsa de aseo...etc.) sumarán 0,1 por cada una sobre la nota final.
- C. **TRABAJO PRÁCTICO** (30 - 40%):
- **Trabajo en clase práctico:** se valorará el día a día, el trabajo en clase, el rendimiento en las diferentes unidades. El 10 en este apartado suponen 2 puntos de la nota final.
  - **Examen práctico:** se realizarán exámenes prácticos en cada evaluación. Se valorarán de 1 a 10 contando todo ello otros 2 puntos,

que sumados a los anteriores forman un total de 4 puntos sobre la nota final en este apartado.

#### **D. CONOCIMIENTO TEÓRICO (30 - 40%).**

- **Tema teórico:** se impartirá un tema teórico por trimestre utilizando libro de texto.
- **Trabajos teóricos:** en cada trimestre se mandará un trabajo teórico sobre una de las Unidades Didácticas que se estén impartiendo. Se valorará de 1-10.
- **Prueba teórica:** en cada trimestre se realizará una prueba teórica, cuyos contenidos se habrán explicado en clase teórica (1-2 por trimestre) y desarrollados en las clases prácticas. Se puntuará de 1-10.

A partir de esta información se calificará cada trimestre de acuerdo con los siguientes criterios:

- ✓ La actitud hacia el trabajo y con los demás con un 30%.
- ✓ Los aspectos y trabajos prácticos con un 40%.
- ✓ Los conocimientos teóricos se valoran con un 30% de la nota final.
- ✓ Cada instrumento de evaluación se valora de 0 a 10 puntos y hará media con los instrumentos de su clase.

Se obtiene la nota media de los conceptos y se multiplica por 0,3, se obtiene la nota media del trabajo práctico y se multiplica por 0,4 y de las actitudes en clase y se multiplica por 0,3. Se suman las tres notas medias y tendremos la nota del trimestre.

Todos los alumnos/as parten con un 10 en la nota de actitudes. A dicha nota se le va restando en función de incumplimientos de las normas de clase y comportamiento lo que corresponda. También se le sumará en función de su grado de participación en actividades extraescolares (en caso de que se realicen).

La nota final del curso será la media de los tres trimestres. Si esta nota es 5 o mayor, el alumnado no tendrá que recuperar ningún trimestre, siempre y cuando haya participado en la coreografía final de curso. En caso de no participar en dichas actividades, el alumnado tendrá que realizar una prueba escrita para recuperar la materia en septiembre.

#### **7.5. PROGRAMA DE REFUERZO DE PENDIENTES.**

Refiriéndonos a las estrategias que adoptaremos para conseguir que los alumnos que no hayan conseguido los objetivos mínimos exigidos puedan superar la asignatura:

- Entrevistas individualizadas con los alumnos suspensos para detectar sus dificultades y conocer sus impresiones.
- Entrevistas con padres para detectar problemas en el seguimiento de la asignatura.
- Prueba escrita sobre conceptos menos exigente.
- Entrega de un resumen sobre los temas trabajados durante el curso.

Los alumnos/as pendientes deberán entregar por trimestre trabajos para recuperar. En su defecto, si aprueban la materia de manera ordinaria en el curso académico presente, queda automáticamente aprobada la pendiente.

<b>CURSO</b>	<b>TRABAJOS</b>
<b>2º ESO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexión escrita sobre la actitud del alumno/a en la asignatura y los motivos por los que piensa que no aprobó la misma.</li> <li>- Trabajo sobre el calentamiento: Objetivos y beneficios.</li> <li>- Historia y reglas básicas de un deporte.</li> <li>- Contenidos teórico-prácticos propuestos por el profesor del curso anterior.</li> <li>- Exposiciones o puestas en prácticas de algún aspecto solicitado por el profesor.</li> </ul>
<b>3º ESO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexión escrita sobre la actitud del alumno/a en la asignatura y los motivos por los que piensa que no aprobó la misma.</li> <li>- Trabajo sobre el calentamiento específico: Objetivos.</li> <li>- Historia y reglas de un deporte a elegir.</li> <li>- Trabajo sobre la orientación.</li> </ul>
<b>4º ESO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexión escrita sobre la actitud del alumno/a en la asignatura y los motivos por los que piensa que no aprobó la misma.</li> <li>- Trabajo sobre los beneficios de la actividad física para el organismo.</li> <li>- Historia y reglas básicas del deporte a elegir.</li> <li>- Trabajo sobre las actividades en la naturaleza.</li> </ul>

### **7.6 EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES DEL ALUMNO, DE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE EN ESO Y BACHILLERATO.**

<b>Evaluación cuantitativa de los aprendizajes del alumnado</b>		
<b>MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA</b>	<b>GRUPO:</b>	
<b>Momento para la valoración: Primera evaluación.</b>		
<b>INDICADORES DE LOGRO</b>	<b>RESULTADO (de 0 a 100)</b>	<b>OBSERVACIONES (y propuestas mejora)</b>
1. Porcentaje de aprobados.		
2. Tasa neta de aprobados (= $100 \cdot \frac{\text{nº de alumnos aprobados}}{\text{nº de alumnos que se esfuerzan y que han asistido regularmente a clase.}}$ )		
3. Número o % de alumnado lesionado		
<b>Momento para la valoración: Segunda evaluación.</b>		
<b>INDICADORES DE LOGRO</b>	<b>RESULTADO (de 0 a 100)</b>	<b>OBSERVACIONES (y propuestas mejora)</b>
1. Porcentaje de aprobados.		
2. Tasa neta de aprobados (= $100 \cdot \frac{\text{nº de alumnos aprobados}}{\text{nº de alumnos que se esfuerzan y que han asistido regularmente a clase.}}$ )		
3. Número o % de alumnado lesionado		
<b>Momento para la valoración: Evaluación ordinaria (final).</b>		
<b>INDICADORES DE LOGRO</b>	<b>RESULTADO (de 0 a 100)</b>	<b>OBSERVACIONES (y propuestas mejora)</b>
1. Porcentaje de aprobados.		
2. Tasa neta de aprobados (= $100 \cdot \frac{\text{nº de alumnos aprobados}}{\text{nº de alumnos que se esfuerzan y que han asistido regularmente a clase.}}$ )		
3. Número o % de alumnado lesionado		

Momento para la valoración: <b>Evaluación extraordinaria de septiembre).</b>		
INDICADORES DE LOGRO	RESULTADO (de 0 a 100)	OBSERVACIONES (y propuestas mejora)
4. Porcentaje de recuperados.		

<b>Autoevaluación cualitativa de los procesos de enseñanza practicados</b>		
MATERIA/PROFESOR:		GRUPO:
Momento del proceso de enseñanza: <b>Motivación para el aprendizaje.</b>		
INDICADORES DE LOGRO	VALORACIÓN (de 1 a 5)	OBSERVACIONES (y propuestas mejora)
1. Presento y planteo situaciones introductorias previas al tema que se va a tratar (trabajos, diálogos, lecturas, etc.).		
2. Mantengo el interés del alumnado partiendo de sus experiencias, con un lenguaje claro y adaptado.		
3. Comunico la finalidad de los aprendizajes, su importancia, su funcionalidad, su aplicación real, etc.		
4. Doy información de los progresos conseguidos así como de las dificultades encontradas.		
Momento del proceso de enseñanza: <b>Organización.</b>		
INDICADORES DE LOGRO	VALORACIÓN (de 1 a 5)	OBSERVACIONES (y propuestas mejora)
5. Relaciono, estructuro y organizo los contenidos y actividades con los intereses y conocimientos previos de mis alumnos.		
6. Para asegurar la adquisición de los objetivos didácticos previstos y las habilidades y técnicas instrumentales básicas, propongo y planteo actividades variadas.		
7. Existe equilibrio entre las actividades individuales y los trabajos en grupo, que propongo.		
8. Distribuyo el tiempo adecuadamente y adopto agrupamientos en función del momento, de la tarea a realizar, de los recursos a utilizar, etc., controlando siempre que el adecuado clima de trabajo.		
9. Utilizo recursos didácticos variados (audiovisuales, informáticos, técnicas de aprender a aprender, etc.), tanto para la presentación de contenidos como para la práctica de los alumnos, favoreciendo el uso autónomo por parte de los mismos.		
Momento del proceso de enseñanza: <b>Orientación del trabajo de los alumnos.</b>		
INDICADORES DE LOGRO	VALORACIÓN (de 1 a 5)	OBSERVACIONES (y propuestas mejora)
10. Compruebo y controlo, de diferentes modos, que los alumnos han comprendido la tarea que tienen que realizar: haciendo preguntas para que verbalicen el proceso, por ejemplo.		



11. Facilito estrategias de aprendizaje: cómo solicitar ayuda, cómo buscar fuentes de información, pasos para resolver cuestiones, problemas, doy ánimos y me aseguro la participación de todos.		
12. Las relaciones que establezco con mis alumnos dentro del aula y las que éstos establecen entre sí son correctas, fluidas y no discriminatorias.		
13. Fomento el respeto y la colaboración entre los alumnos y acepto sus sugerencias y aportaciones, tanto para la organización de las clases como para las actividades de aprendizaje.		
<b>Momento del proceso de enseñanza: Seguimiento del proceso aprendizaje.</b>		
<b>INDICADORES DE LOGRO</b>	<b>VALORACIÓN (de 1 a 5)</b>	<b>OBSERVACIONES (y propuestas mejora)</b>
14. Reviso y corrijo, con frecuencia, los contenidos, las actividades propuestas dentro y fuera del aula, la adecuación de los tiempos, los agrupamientos y los materiales utilizados.		
15. Propongo actividades de refuerzo en caso de localizar objetivos insuficientemente alcanzados, para facilitar su adquisición.		
16. Propongo actividades de ampliación en caso de localizar objetivos suficientemente alcanzados, para afianzar su grado de adquisición.		
17. Tengo en cuenta el nivel de habilidades de los alumnos, sus ritmos de aprendizajes, las posibilidades de atención, etc., y en función de ellos, adapto los distintos momentos del proceso de enseñanza-aprendizaje (motivación, contenidos, actividades, etc.).		
18. Me coordino con otros profesionales (profesores de apoyo, Equipos de Orientación Educativa y Psicopedagógica, Departamentos de Orientación), para modificar y/o adaptar contenidos, actividades, metodología, recursos, etc., a los diferentes ritmos y posibilidades de aprendizaje.		

<b>Autoevaluación cualitativa de la práctica docente</b>		
<b>MATERIA/PROFESOR:</b>		<b>GRUPO:</b>
<b>Momento del ejercicio de la práctica docente: Programación.</b>		
<b>INDICADORES DE LOGRO</b>	<b>VALORACIÓN (de 1 a 5)</b>	<b>OBSERVACIONES (y propuestas mejora)</b>
1. Los objetivos didácticos se han formulado en función de los estándares de aprendizaje evaluables que concretan los criterios de evaluación.		
2. La selección y temporalización de contenidos y actividades ha sido ajustada.		
3. La programación ha facilitado la flexibilidad de las clases, para ajustarse a las necesidades e intereses de los alumnos lo más posible.		

4. Los criterios de evaluación y calificación han sido claros y conocidos por los alumnos, y han permitido hacer un seguimiento del progreso.		
5. La programación se ha realizado en coordinación con el resto del profesorado.		
<b>Momento del ejercicio de la práctica docente: Desarrollo.</b>		
INDICADORES DE LOGRO	VALORACIÓN (de 1 a 5)	OBSERVACIONES (y propuestas mejora)
6. Antes de iniciar una actividad, se ha hecho una introducción sobre el tema para motivar a los alumnos y saber sus conocimientos previos.		
7. Las actividades propuestas han sido variadas en su tipología y han favorecido la adquisición de las competencias clave.		
8. La distribución del tiempo en el aula y pista es adecuada.		

9. Se han utilizado recursos varios (audiovisuales, informáticos)		
10. El ambiente de la clase ha sido adecuado y productivo.		
11. Se ha proporcionado al alumno información sobre su progreso.		
12. Se han proporcionado actividades alternativas cuando el objetivo no se ha alcanzado en primera instancia.		
13. Ha habido coordinación con otros profesores del grupo.		

<b>Momento del ejercicio de la práctica docente: Evaluación.</b>		
INDICADORES DE LOGRO	VALORACIÓN (de 1 a 5)	OBSERVACIONES (y propuestas mejora)
14. Se ha realizado una evaluación inicial para ajustar la programación a la situación real de aprendizaje.		
15. Se han utilizado de manera sistemática distintos procedimientos e instrumentos de evaluación.		
16. Se han proporcionado los recursos adecuados para recuperar la materia, a alumnos con alguna evaluación suspensa, o con la materia pendiente del curso anterior, o en la evaluación final.		
17. Los padres han sido adecuadamente informados sobre el proceso de evaluación: criterios de calificación y promoción, etc.		

### **EVALUACIÓN DEL PROFESOR**

Cuando nos referimos a la evaluación del profesor hacemos referencia a la evaluación que el alumno realiza del proceso de enseñanza y aprendizaje del profesor. Para ello, al final del curso pasaremos a los alumnos la siguiente ficha de evaluación donde el alumno podrá valorar la actividad del profesor para que podamos mejorar en el futuro nuestro proceso de E/A realizando las modificaciones oportunas.

Valoración que realiza el alumnado de su profesor (a)

Solicito que evalúes mi práctica docente con la descripción que creas más adecuada:

1 = Nunca, 2 = Muy pocas veces, 3 = A veces, 4 = Casi siempre, 5 = Siempre.

Profesor (a):

..... Materia:

..... Curso: .....

Obligaciones en el	01. Asiste regularmente a las clases que imparte.	1	2	3	4	5
	02. Deja actividades cuando se ausenta. [Si nunca faltó, deja en blanco la puntuación.]	1	2	3	4	5
	03. Inicia y termina las clases puntualmente.	1	2	3	4	5
	04. Atiende y resuelve las dudas adecuadamente.	1	2	3	4	5
	05. Resuelve las dificultades que se presentan en el aula.	1	2	3	4	5

Metodología de trabajo	06. Crea un buen ambiente en la clase.	1	2	3	4	5
	07. Promueve la participación y el trabajo en equipo de los alumnos.	1	2	3	4	5
	08. Hace las clases entretenidas a la vez que educativas.	1	2	3	4	5
	09. Se comunica de una forma respetuosa, clara y fácil de entender.	1	2	3	4	5
	10. Utiliza ejemplos útiles para explicar la asignatura.	1	2	3	4	5
	11. Utiliza recursos didácticos adecuados (ordenadores, internet, vídeos, etc.)	1	2	3	4	5
	12. Se adapta a los diferentes ritmos de aprendizaje del grupo.	1	2	3	4	5

Evaluación	13. Ha informado de cómo evalúa y califica (exámenes, participación, actitud, etc.)	1	2	3	4	5
	14. Al evaluar ha aplicado la información que nos dio.	1	2	3	4	5
	15. Muestra los exámenes corregidos y resuelve las dudas surgidas adecuadamente.	1	2	3	4	5

Para ayudar a mejorar a tu	16. ¿Has estado satisfecho (a) con la labor que ha realizado este curso?	1	2	3	4	5
	17. ¿Qué cosas debería cambiar para hacer más motivadora esta materia?					
	<input type="checkbox"/> Nada, la materia ya ha sido muy motivadora. <input type="checkbox"/> Aplicar más los contenidos de clase a la vida real. <input type="checkbox"/> Hacer la materia más práctica (realizar debates, actividades, proyectos, etc.) <input type="checkbox"/> Debería dejarnos actuar más a los alumnos (entre nosotros y con él (ella)). <input type="checkbox"/> No lo sé.					
	18. ¿Querrías que te diese clase el próximo curso?					
	<input type="checkbox"/> Sí. <input type="checkbox"/> No. <input type="checkbox"/> No lo sé.					

### **AUTOEVALUACIÓN DEL ALUMNADO**

La autoevaluación del alumnado es un instrumento a través del cual el alumno toma parte activa en su propia evaluación y que valora la evaluación que realiza de su trabajo. Podemos considerarlo como un instrumento para contrastar su nota. Para ello pasaremos al final del curso la siguiente ficha.

A continuación describo el trabajo que he realizado este curso, con la puntuación:

1 = Nunca, 2 = Muy pocas veces, 3 = A veces, 4 = Casi siempre, 5 = Siempre.

Alumno (a):

..... Materia:

..... Curso: .....

iones	01. He asistido regularmente a clase y si alguna vez falté, lo justifiqué debidamente.	1	2	3	4	5
	02. He asistido a clase con puntualidad.	1	2	3	4	5
	03. Realicé las actividades propuestas por el profesor de guardia, cuando las hubo.	1	2	3	4	5
	04. He respetado la duración de las clases, hasta que el profesor indicó su final.	1	2	3	4	5
	05. He favorecido la convivencia respetando a mis profesores y a mis compañeros.	1	2	3	4	5
	06. He favorecido la convivencia mediando entre compañeros confrontados.	1	2	3	4	5

Metodología de trabajo	07. He realizado las tareas, trabajos y actividades, conforme se me ha pedido.	1	2	3	4	5
	08. He atendido y aprovechado las clases adecuadamente.	1	2	3	4	5
	09. Al intervenir en clase, me he dirigido con respeto a profesores y a compañeros.	1	2	3	4	5
	10. He mostrado interés por la materia formulando preguntas y transmitiendo dudas.	1	2	3	4	5
	11. He usado con provecho recursos didácticos como ordenadores, pizarras, libros, etc.	1	2	3	4	5
	12. He usado adecuadamente las instalaciones, el material, el mobiliario del centro, etc.	1	2	3	4	5
	13. He respetado los diferentes ritmos de aprendizaje de mis compañeros.	1	2	3	4	5

Evaluación	14. He tenido claro cómo, mi profesor, ha evaluado y calificado mi trabajo.	1	2	3	4	5
	15. A la hora de estudiar, he tenido en cuenta cómo me evalúan y califican.	1	2	3	4	5
	16. He aplicado medidas correctoras para mejorar mi rendimiento académico.	1	2	3	4	5
	17. Mi actitud ha sido favorable respecto a las actividades propuestas durante el curso.	1	2	3	4	5
	18. He trabajado y me he esforzado, con compromiso, para superar mis dificultades.	1	2	3	4	5

Para mejorar como	19. Estoy satisfecho (a) con el esfuerzo y trabajo realizado durante el curso.	1	2	3	4	5
	20. Volvería a realizar las mismas acciones en el curso siguiente.	1	2	3	4	5
	21. Abajo indico qué haría para evitar o corregir errores que he tenido.					
	<input type="checkbox"/> Nada, porque todo ha ido muy bien.	<input type="checkbox"/> Prestar más atención en clase.				
	<input type="checkbox"/> Intentar motivarme más.	<input type="checkbox"/> Reaccionar ante los suspensos y evitarlos.				
	<input type="checkbox"/> Centrarme más en el estudio.	<input type="checkbox"/> Corregir mis actitudes negativas.				
	<input type="checkbox"/> Estudiar mejor.	<input type="checkbox"/> Procurar no recibir amonestaciones.				
	<input type="checkbox"/> Trabajar más en casa.	<input type="checkbox"/> Perseguir que no me pongan partes.				

## 8. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

### 8.1. RECURSOS PERSONALES.

En la puesta en práctica de esta programación participarán, los profesores de la asignatura, así como los alumnos que lo deseen en alguna actividad puntual. Asimismo serán partícipes de la misma aquellos monitores y profesionales que organicen y guíen cualquier actividad tanto complementaria como extraescolar

### 8.2. RECURSOS DIDÁCTICOS.

#### a) Material Convencional de EF (USO LIMITADO O NULO):

Colchonetas, cuerdas, conos, balones medicinales, bancos suecos, picas, raquetas y volantes de bádminton, balones de baloncesto, balonmano, voleibol y fútbol sala, sticks y bolas de hockey, bicicletas, mapas y brújulas.

#### b) Material no Convencional de EF:

Pizarra, tiza, equipo de música, cinta adhesiva, material reciclable...

#### c) Otros materiales de apoyo/documentos impresos impresos:

Apuntes de clase, recortes de periódico, fotocopias.

#### d) Audiovisuales:

Equipo de música, DVD, televisión y proyector.

#### e) TIC:

Ordenadores, páginas web, webquest y blog del profesor.

**f) Instalaciones:**

Edificio principal, aulario, espacios comunes exteriores.

**g) Instalaciones deportivas:**

Gimnasio, pista polideportiva y pista de baloncesto.

## 9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

### 9.1. NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO.

Brennan, citado por Echeita (1999) ha definido, de una manera muy sencilla, que alumnos con necesidades educativas especiales son aquellos que presentaban mayores dificultades que el resto para acceder a los aprendizajes comunes a su edad. En Andalucía el Decreto, incluye el concepto de alumnos/as con NEE dentro del capítulo denominado ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD. Se afirma en él que para los alumnos y alumnas con características educativas específicas la Consejería de Educación determinará un procedimiento para la aprobación de adaptaciones que se aparten significativamente del currículo. Tales adaptaciones, que tendrán como objetivo que el alumnado alcance las capacidades generales propias de la Educación Secundaria, comprenderán:

- La adecuación de los objetivos educativos.
- La eliminación o inclusión de determinados contenidos
- La metodología que se va a seguir
- La modificación de los criterios de evaluación
- La ampliación de las actividades educativas de determinadas áreas curriculares.

Decir que las adaptaciones llevadas a cabo en mi materia son consideradas todas de baja significación (no significativas), centradas en alumnado con dificultades en una serie de contenidos (lo cual se soluciona individualizando la enseñanza), alumnado lesionado (tareas alternativas), alumnado con problemas en la espalda, como escoliosis (evitar todo tipo de deportes y tareas contraindicadas a nivel específico), enfermos..., etc.

Durante algunas clases, el alumno de educación especial JMHC saldrá de su aula específica para participar en clase de EF junto a los cursos 3º ESO B y 2º ESO B.

#### 9.1.1. Alumnado de altas capacidades.

Teniendo en cuenta la *Orden de 25 de julio de 2008, por la que se regula la atención a la diversidad del alumnado que cursa la educación básica en los centros docentes públicos de Andalucía*, debemos arbitrar las medidas que permitan que el alumnado obtenga el máximo desarrollo posible de las capacidades personales, garantizando así el derecho a la educación que les asiste. De conformidad con lo establecido en el artículo 113 de la Ley 17/2007, de 10 de diciembre, el Sistema Educativo Público de Andalucía garantizará el acceso y la permanencia en el sistema educativo del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo, entendiéndose por tal también al alumnado que presente altas capacidades intelectuales.

A estos alumnos/as (una vez detectados por tutores y evaluados psicopedagógicamente por la orientación del centro) se les llevará a cabo Adaptaciones Curriculares:

1. Ampliación y enriquecimiento de los contenidos del currículo ordinario. (a nivel teórico-práctico).
2. Actividades específicas de profundización de los contenidos teórico-prácticos.
3. Cambio en la metodología aplicada, ya que estos alumnos/as asumirán funciones del profesor y ayudarán en la enseñanza de contenidos al resto de sus compañeros, siempre bajo la supervisión del profesor (micro-enseñanza).

### 9.3. ADAPTACIONES MÁS COMUNES EN CLASES EF.

Pasamos a describir a continuación cada una de las adaptaciones más comunes dentro de la materia de Educación Física.

**Alumnado obeso:** Se tomarán medidas de control de la intensidad y el volumen en la realización de actividades sobre todo aeróbicas y anaeróbicas especialmente, tendiendo a evitar estas últimas.

**Alumnado inmigrante:** Priorizaremos (trabajo común a otras áreas) el dominio del castellano, tratando de introducir medidas bilingües en relación con los contenidos conceptuales.

**Alumnado con asma:** Como norma general, administrar broncodilatador antes de la sesión de ejercicio. Realizar ejercicios aeróbicos, intermitentes de baja intensidad, con duración de esfuerzos inferior a cinco minutos. Insistir en el trabajo de respiración, para reducir la hiperventilación. Enseñar a relajarse y a controlar conscientemente la respiración. Evitar actividades en ambientes fríos y secos, así como considerar la exposición a alérgenos estacionales.

**Alumnado con escoliosis o patologías en la columna vertebral:** Se valorará por parte del profesor, a través del informe médico presentado por el alumno a cerca de su patología, la importancia de la misma así como sus contraindicaciones, realizando el alumnado aquellas que estén indicadas y sin ningún riesgo ni perjuicio para su salud.

**Atención al alumno con necesidad educativa temporal:** Los alumnos con necesidad educativa temporal, tendrán que recoger en su cuaderno todos aquellos aspectos relativos a la sesión elaborando un diario que será evaluado sustituyendo a los contenidos procedimentales. Asimismo colaborarán en la organización y desarrollo de las sesiones.

## 10. TEMAS TRANSVERSALES

El carácter integrador del currículo requiere una cooperación efectiva de Educación Física con otras materias, destacando, por ejemplo, su relación con la Biología y Geología, Lengua Castellana y Literatura, Geografía e Historia, Música, Tecnología, etc. Esta cooperación se puede realizar potenciando los aprendizajes basados en proyectos donde, desde diferentes materias de forma interdisciplinar, se trabajen núcleos temáticos de interés para el alumnado permitiendo un aprendizaje integral.

Educación Física trabaja los distintos elementos transversales del currículo, especialmente aquellos relacionados con las habilidades sociales, la convivencia, la tolerancia y la igualdad.

La educación para la convivencia y el respeto se desarrolla especialmente en esta materia, pues se interacciona constantemente y se fomentan habilidades básicas de comunicación interpersonal, escucha, respeto, resolución pacífica de conflictos, el establecimiento y respeto de normas, etc.

La igualdad real y efectiva se fomentará a través del análisis crítico y superación de estereotipos socio-culturales implantados en nuestra sociedad y más en concreto en el ámbito de la actividad física-deportiva.

La educación vial se potenciará con actividades tales como el fomento de la práctica de desplazamientos activos al centro urbano y en la vida cotidiana.

En esta materia las actividades complementarias y extraescolares adquieren un protagonismo especial. La riqueza y diversidad del entorno natural de Andalucía, sierras, montañas, ríos, entornos costeros, parques, etc., ofrecen el escenario ideal para su desarrollo. Además, es esencial que el alumnado pueda conocer, disfrutar y aprender a conservar nuestros entornos, tanto urbanos como naturales. Educación Física debe educar para valorar y aprovechar la riqueza cultural de Andalucía, como los juegos populares y los bailes tradicionales, así como reconocer las grandes figuras andaluzas a nivel deportivo y artístico-expresivo.

Y más en concreto, los temas transversales van a incidir directamente sobre la base ética, social y personal, razón por la que el tratamiento de la educación en valores está inmerso en los temas transversales. A continuación se indican los temas transversales y el tratamiento que se le va a dar desde el currículo de la ESO:

### **Cultura Andaluza:**

Se va trabajar este contenido desde dos puntos de vista:

1. Práctica y valoración del juego popular, autóctono y tradicional como parte de nuestro patrimonio cultural. Especial incidencia haremos unidades didácticas relacionadas con los juegos tradicionales y autóctonos, cuya actividad culminativa serán las Jornadas Lúdico-recreativas Andaluzas en las fechas previas al 28 de Febrero, día de nuestra comunidad.
2. Conocimiento y valoración de nuestro patrimonio natural, mediante actividades realizadas en el medio natural cercano al municipio.

### **Educación para la paz.**

Los valores éticos y actitudes positivas van a estar presentes en todo el currículo de de ESO: cooperación y ayuda a los demás, oposición sin rivalidad, resolución dialogada de los conflictos del juego, adaptación y concepción relativa de las reglas a favor de incrementar la participación de todos, valoración de los aspectos lúdicos y recreativos por encima de los competitivos.

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

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

### **Educación para la salud.**

Aspectos relacionados con la higiene corporal, higiene postural, higiene alimenticia y seguridad en la realización de actividad física van a estar presentes en todas las sesiones.



Se realiza un tratamiento diferenciado en las unidades didácticas “Actividad física y salud”, pero a partir de entonces los hábitos higiénicos de cuidado corporal y normas relacionadas con la realización de ejercicio físico seguro siempre serán contenidos referidos a actitudes en todas las unidades didácticas.

Por otro lado, desde primero, poco a poco, se ha ido capacitando a los alumnos y alumnas para que puedan y se interesen por la práctica de ejercicio físico seguro, saludable y recreativo en su tiempo libre: conocimiento de la oferta físico-deportiva del municipio, de los recursos para realizar actividad física... En cuarto el alumnado debe adquirir la autonomía suficiente como para ocupar su tiempo de ocio practicando actividad física segura, saludable, adaptada, continua y variada.

### **Educación para la igualdad entre los sexos.**

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

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

Luego la coeducación y la igualdad van a ser contenidos que van a estar presentes en todas las unidades didácticas. Se presenta un currículo equilibrado, no considerándose el modelo masculino como universal, si acaso existe una orientación hacia el modelo femenino. Además se planifican contenidos desconocidos para los alumnos y alumnas y por lo tanto exentos de sesgos sexistas.

### **Educación del consumidor.**

Los alumnos y alumnas de cuarto de ESO están influenciados por el fenómeno consumista que en E.F. se puede reproducir a través de la “Ropa de marca”, o las “Zapatillas de marca”. Venir a clase con ropa de deporte, será una de las normas fundamentales de las clases de E.F., pero no necesariamente la ropa debe ser de marca, debemos orientarles acerca del consumo irresponsable, inconsciente y falto de criterio

### **Educación vial.**

En cuarto se van a trabajar las principales normas de educación vial, especialmente las relacionadas con la circulación de ciclomotores. El trabajo se incluirá en unidades didácticas donde hay planificadas salidas del instituto.

### **Educación Ambiental.**

En el ámbito escolar, la educación ambiental supone:

- Que el alumnado se sensibilice ante los problemas del medio ambiente.
- Que adquieran una serie de conocimientos sobre el medio ambiente y los problemas que se plantean.
- Que sientan interés y preocupación por el medio y participen en su protección, conservación y mejora.

### **Interculturalidad.**

Además de conocer y valorar nuestra cultura, también debemos conocer y valorar las culturas de otros pueblos. En el ámbito de E.F. la interculturalidad va a tener un tratamiento especial, sobre todo en las unidades didácticas del bloque temático de expresión corporal.

## 11. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

La realización de actividades extraescolares y complementarias son un complemento necesario al currículum ordinario, especialmente en esta materia, pero a su vez suponen una sobrecarga de organización y coordinación tanto intra como interdepartamental que no siempre es viable y más en una época como la actual. En los últimos años se han llevado a cabo algunas de las actividades propuestas con gran éxito como por ejemplo la Gymkana u Olimpiada Educativa interdepartamental, organizada por este departamento y en las que participa todo el centro, pero que quedará a expensas de la situación por la pandemia.

La realización de este tipo de actividades se ve limitada por diferentes factores como puede ser el nivel de aceptación del alumnado, la carga horaria y aumento de responsabilidad por parte del profesorado, una coordinación adecuada con el resto de actividades y el desarrollo normal del centro, con el suplemento económico que a veces podría suponer por parte del alumnado o del centro. Teniendo en cuenta todo esto, proponemos desarrollar las siguientes:

### 1.1.1 ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODOS LOS CURSOS (EN REVISIÓN)

- Salidas a entornos cercanos para realizar actividades de orientación, carreras de orientación y todo tipo de actividades relacionadas con el entrenamiento de la condición física y el entorno natural. (Todos los cursos). La autorización de esta actividad se recoge al realizar la matrícula.
- Salidas en bicicleta y cross paseo en medio natural.
- Pendiente: Salida al pantano del Tranco para realización de actividades en el medio natural y acuático como remo, piragüa, etc. (ESO y Bachillerato) Se plantea la posibilidad de introducir a otros grupos para realizar esa salida propuesta por la Diputación.

### 1.1.2 ACTIVIDADES DIRIGIDAS A ESO (EN REVISIÓN SEGÚN SITUACIÓN).

(Los cursos a los que van dirigidos puede variar dependiendo de las ofertas realizadas por agentes externos)

- Gymkana deportiva en la que los alumnos deberán superar determinadas pruebas en grupo (mayo). Lugar campo de fútbol
- Carrera de orientación en el entorno próximo (2º, 3º y 4º de ESO).
- Carreras de la limpieza. (ESO).
- Senderismo en el entorno próximo y cercano (1º, 2º y 3º de ESO).
- Senderismo por rutas de la Sierra de Segura (1º, 2º, 3º, 4º de ESO).
- Actividades en el medio natural Cazorla o Granada (1º, 2º, 3º, 4º de ESO).
- Curso de 1ºs Auxilios impartido por personal del centro de salud (4º ESO).
- Olimpiada alternativa.
- Excursión a esquiar a Sierra Nevada (20, 21 y 22 de diciembre).
- Senderismo en las rutas de Poyotello y Navalperal (3º y 4º de ESO)

### 1.1.3 PROYECTOS DEPARTAMENTALES E INTERDEPARTAMENTALES ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y JUEGOS EN LOS RECREOS.

**Coordina:** 4º ESO, y toda la ESO participa

**Objetivos:**

- Utilizar el tiempo de descanso realizando juegos deportivos asequibles.
- Promover el ejercicio físico.

Profesores supervisores: Profesor de Educación Física

- Supervisarán que las actividades se desarrollen con normalidad, sin altercados.
- En caso de detectar algún altercado, pararán la actividad inmediatamente si lo consideran necesario.
- En caso de accidente se seguirá el protocolo establecido en el plan de riesgos laborales: atender- informar al directivo de guardia- llamar al centro de salud y a la familia- trasladar al herido al centro de salud en caso de necesidad- realizar el parte de accidente.

**Tiempo de desarrollo de la actividad:**

- Primer recreo **ESO**

**Actividades:**

- Juegos deportivos de libre organización: El departamento de educación física lo supervisará.
- Ligas Deportivas: A revisar según la situación.

## 12. BIBLIOGRAFIA

ANTÚNEZ, S.; Y OTROS (1992): *“Del Proyecto Educativo a la Programación de aula”*. Ed. Grao. Barcelona.

BAENA EXTREMERA, A (1999) *“Las actividades en la naturaleza como medio educativo”* Jornadas de Intercambio de Experiencias Docentes en Educación Física. Ed. Universidad de Granada. Granada.

BLÁZQUEZ, D. *“Iniciación a los deportes de equipo”*. Ed. Integral.

BLÁZQUEZ, D (1995): *“La iniciación deportiva y el deporte escolar”* Ed. Inde. Barcelona

BRABO, R. (1998): *“Actividades Juveniles de Tiempo Libre”* Ed. Doncel. Madrid.

CALZADA, A. (1995). *“Proyecto curricular base en Educación Física E.S.O. y 1º de Bachillerato”*. Madrid. Ed. Gymnos.

CASADO, J.M. Y cols. (1995). *“Fundamentos teóricos para la E.S.O. y Bachillerato. Educación Física”*. Madrid. Ed. Pila Teleña S.L.

CONTRERAS, O. (1998). *“Didáctica de la EF. Un enfoque constructivista”* Ed. Inde. Barcelona.

COLL, C.; 1992. *“Psicología y Currículum”*; Barcelona. Editorial Paidós. pp. 151 D.C.B.A de Educación Secundaria para el área de Educación Física. CEJA 1992.

DELGADO, M.A. (1991). *“Los estilos de enseñanza en la Educación Física. Propuesta para una reforma de la enseñanza”*. Granada. Ed. Universidad de Granada, ICE. DIAZ BURRULL, JORDI (1997). *“Unidades Didácticas para Secundaria VI. Juegos y actividades sobre patines en línea. El hockey en la escuela.”* Editorial INDE. Barcelona.

GIMENO SACRISTÁN, J.; PÉREZ GÓMEZ, E.; 1993: *“La enseñanza, su teoría y su práctica”*. Ed. Akal. Madrid.

IBÁÑEZ, J.S. (1993). *“El diagnóstico educativo en la Educación Física en la E.S. (Obligatoria y Bachiller)”*. Granada. Ed. Universidad de Granada, ICE.

MARTÍNEZ DE DIOS, M. CARMEN (1990). *“Jugar y disfrutar con el hockey”*. Ed. Gymnos. Madrid

SÁNCHEZ, F. (1992). *“Bases para una didáctica de la educación física y el deporte”*. Madrid. Ed. Gymnos.

VICIANA, J. (2000). *“Apuntes de Planificación de la enseñanza de la Educación Física Escolar”*. Prof. de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Granada.

M.E.C. ;1992; *“Proyecto Curricular de Secundaria”*. Cajas Rojas. Madrid.

RIVERA GARCÍA, E. y TORRES GUERRERO, J. ( Abril 1998). *“Criterios generales para la elaboración de Unidades Didácticas de Educación Física en ESO”*. Ponencia “ Centro de profesores de Jerez.

