

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA
E.S.O. y BACHILLERATO
CURSO ACADÉMICO 2018/2019
EDUCACIÓN FÍSICA.**



ÍNDICE

- 1. DATOS GENERALES. CONSIDERACIONES PREVIAS**
- 2. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA**
- 3. OBJETIVOS DIDÁCTICOS**
- 4. COMPETENCIAS CLAVE**
- 5. ADQUISICIÓN DE COMPETENCIAS CLAVE Y CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA DE E.F.**
- 6. CONTENIDOS**
- 7. CONTENIDOS DIDÁCTICOS. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS POR CURSO**
- 8. METODOLOGÍA**
- 9. RECURSOS DIDÁCTICOS**
- 10. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**
- 11. EVALUACIÓN. CRITERIOS Y ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES**
- 12. ASPECTOS GENERALES EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN**
- 13. INSTRUMENTOS Y ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN**
- 14. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN**
- 15. CRITERIOS DE RECUPERACIÓN**
- 16. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES**
- 17. BASE LEGISLATIVA Y BIBLIOGRAFÍA**

DATOS GENERALES

1.1 CONSIDERACIONES PREVIAS.

Esta programación de área es elaborada por los profesores componentes del Departamento de Educación Física del IES "Laurel de la Reina" de La Zubia para el curso 2018-2019. Dichos profesores son:

-D. Francisco Javier Chaves Moyano, con destino definitivo y con el cargo de Jefe del Departamento. Imparte clases de E.F. en 1º Bachillerato, 3º ESO y 2º ESO Actividades Deportivas Complementarias.

- D. Gerardo García Angüita, con destino provisional, imparte clases de E.F. en 1º de ESO a 1 grupos en Optativa, 4 grupos de 2º de ESO, 3 grupo de 4º de ESO y 1 Grupos de 1º de Bachillerato.

-D. Mª Cristina Castilla Serrano con destino provisional en el centro imparte docencia a 4 grupos de de ESO en enseñanza bilingüe, 2 grupos de 3 de ESO y 1 grupo de 2º de ESO en Actividades Deportivas Complementarias

A la hora de la elaboración de esta programación nos basamos, en el currículo oficial establecido para ESO y Bachillerato en los correspondientes Reales Decretos de Enseñanzas Mínimas y Currículo establecidos por el Ministerio de Educación Cultura y Deporte así como en las Ordenes de Currículo que lo desarrollan como línea general concretando específicamente la aplicación de la citada normativa en los Decretos de ordenación del currículo en ESO y Bachillerato respectivamente, emitidos por la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía y que relaciono a continuación

-Real Decreto 1105/2014 de 26 de Diciembre. BOE del 3 de Enero de 2015 por el que se establece el currículo básico de la ESO y Bachillerato

-Decreto 110/2016 de 14 de Junio. BOJA del 28 de Junio de 2016 por la que se establece la ordenación y el currículo del bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía

- Decreto 111/2016 de 14 de Junio. BOJA del 28 de Junio de 2016 por la que se establece la ordenación y el currículo de la E.S.O. en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

-Ordenes de 14 de Julio de 2016 pro las que se regulan determinados aspectos de la evaluación y atención a la diversidad en ESO Y Bachillerato. BOJA del 28 y 29 de Julio de 2016 respectivamente

Toda la normativa autonómica anterior desarrollada en base a la normativa estatal establecida por la Orden ECD 1361/2015 de 3 de Julio, BOE del 9 de Julio, de desarrollo del currículo a nivel estatal.

Además de todo lo anterior nos valemos de los materiales curriculares disponibles, así como de nuestra experiencia docente

En referencia a la utilidad y necesidad de esta Programación Didáctica, hay que hacer hincapié en el carácter flexible de la misma, lo que nos permitirá llevar a la práctica las diferentes Unidades Didácticas programadas en función de parámetros de eficacia y de adaptación permanente en función de todas las incidencias que puedan aparecer a lo largo del curso. Ello supone aceptar el hecho de que la

programación ha de ser un elemento dinámico que nos permita realizar las adaptaciones necesarias en la forma y en el fondo cuando existan causas que así lo justifiquen, que deberán quedar suficientemente documentadas en las correspondientes actas de reuniones de departamento y en los análisis mensuales generales del desarrollo de la programación docente.

No podemos pretender, por tanto, que todo tal y como lo hemos programado, se podrá llevar a la práctica de manera taxativa e invariable, pues la tarea educativa no se realiza de modo rígido, sino que supone una **continua adaptación** a las exigencias de la realidad cotidiana.

La presente programación tiene un **carácter orientador**, sirve de guía para la acción, que debe ser modificada de acuerdo con las aportaciones que su puesta en práctica va suministrando, lo cual implica una **retroalimentación** constante.

1.2 DATOS TÉCNICOS DEL CENTRO

Nombre: I.E.S. "Laurel de la Reina".

Dirección: C/ Everest s/n.

Localidad: La Zubia (Granada).

C.P.18140

Tfno: 958893722

Niveles y etapas de enseñanza que se imparten.

NIVEL: Educación Secundaria Obligatoria: 1º a 4º de ESO

Bachillerato (Modalidades de Ciencias y Humanidades y Ciencias Sociales)

ETAPAS: Enseñanza Secundaria Obligatoria . 1º y 2º Ciclos

CURSOS: 1º, 2º, 3º y 4º de E.S.O. y Bachillerato 1º curso.

- Número de grupos.
 - 1º E.S.O.: 4 Grupos (A ,B, C,D).
 - 2º E.S.O.: 4 Grupos (A ,B,C,D). 2 grupos de Actividades Deportivas Complementarias
 - 3º E.S.O.: 4 Grupos (A ,B,C,D,E).
 - 4º E.S.O.: 4 Grupos (A, B,C).
 - 1º BACHILLERATO: 2 grupos (A,B)
- Número de sesiones de Educación Física por semana a cada grupo: 2
El número total de semanas anualmente es aproximadamente de 37, con un total de 74 horas a lo largo del curso académico.
Tiempo en cada sesión: 60 minutos.

1.3. CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL CENTRO.

NORMAS GENERALES DE LA ASIGNATURA

Descripción general.

El I.E.S. Laurel de la Reina, se encuentra ubicado en la zona conocida como "El Laurel de la Reina", zona con edificaciones de tipo residencial.

El alumnado procede mayoritariamente de La Zubia, aunque se incorporan alumnos procedentes de alguna de las localidades colindantes así como de diversos lugares de Granada.

Este centro inició su andadura teniendo entre otros aspectos diferenciadores uno especial que era un proyecto de innovación educativa de atención a alumnos con Síndrome de Down. Actualmente este proyecto en su planteamiento inicial no existe, pero se sigue manteniendo la matrícula de un buen número de alumnos con estas características y otros con NEAE (Necesidad Específica de Apoyo Educativo) no tipificadas específicamente en nuestro proyecto educativo, aunque si en todos los casos diagnosticadas y referenciadas que han de ser tenidas en cuenta en todos los casos atendiendo a la normativa legal establecida en la que se recoge la atención a la diversidad como un elemento integrador de nuestro sistema educativo.

A todo el alumnado se le ofrecerá desde el Departamento de Educación Física, como no podía ser de otra manera, la atención necesaria mediante la oportuna configuración de las adaptaciones curriculares tanto "significativas como " no significativas" según sea requerido en cada caso, y contando siempre con la colaboración y ayuda del Departamento de Orientación y del profesor/a de Educación Terapéutica destinada en el centro para el diseño y desarrollo de las adaptaciones curriculares para los alumnos con necesidades de las mismas en caso de ser necesarias. En general, en la parte práctica el alumnado se integra de manera efectiva en las actividades generales siendo las adaptaciones innecesarias ya que los alumnos en su globalidad trabajan a diferentes niveles de exigencia en función de sus capacidades independientemente de sus posibles discapacidades si es que las tiene. Por tanto no es este en ningún caso un elemento excluyente ni para este tipo de alumnado ni para el resto, ya que a todos y cada uno de los alumnos se le exige en función de sus capacidades de rendimiento y habilidad personal.

Para las actividades de carácter teórico en su caso se producirán las adaptaciones curriculares necesarias para adaptar a este tipo de alumnado las tareas en función de sus necesidades específicas en cada caso.

La atención a la diversidad, legislativamente se determina en la LOE 2/2006 de 3 de Mayo BOE del 4 de Mayo, no modificada por la LOMCE 8/2013 de 9 de Diciembre, BOE del 10 y donde se establece taxativamente que deberán estar recogidas en su proyecto Educativo. Revisando el mismo vemos como en su apartado VI se hace referencia a la "Atención a la Diversidad del Alumnado" y los cinco grupos en los que se dividen, no haciendo mención específica como en cursos anteriores al alumnado con Síndrome de Down, estando por tanto estos incluidos en el grupo I al que se hace referencia como de alumnado con NEAE. El resto de Grupos de alumnado reconocidos para la atención a la diversidad en este centro son el alumnado con dificultades de aprendizaje (DA) , con dificultades de enseñanza (DE),

Alumnado con rendimiento típico (RT) y finalmente el alumnado con rendimiento excelente o altas capacidades (RE o AC)

Descripción del nivel general y del interés asignatura del alumnado.

En general, el alumnado muestra bastante interés por el área de Educación Física. Además, una buena parte del alumnado practica algún deporte en sus horas extraescolares con diferentes niveles de implicación y dedicación. Sin embargo es necesario reseñar la presencia de un reducido número de alumnos y alumnas que se muestran apáticos ante la materia; estos alumnos y alumnas además en las otras áreas muestran en general el mismo desinterés por la adquisición de aprendizajes.

Es necesario reseñar también la organización por parte del Ayuntamiento de actividades deportivas como Escuelas Deportivas Municipales, en donde numerosos alumnos y alumnas del Centro participan. En nuestro centro se desarrollan en horario de tarde actividades de la Escuela Municipal de Baloncesto, Patinaje y Voleibol en horario extraescolar, siendo llevadas a cabo estas actividades por las propias organizaciones interesadas, no teniendo el centro mas participación que la cesión de instalaciones.

Formación del profesorado

El profesorado del área de Educación Física del Centro se implica anualmente en actividades de formación de manera personal y autónoma. En este año 2018/2019, al igual que en años anteriores y en el momento de confeccionar esta programación anual, no existe oferta de actividades específicas para la asignatura de E.F. por parte del CEP de Granada al menos en las ofertas de formación ofrecidas hasta el momento, lo que supone un agravio reseñable a nivel de posibilidades de formación del colectivo. No obstante el profesorado se integra en los proyectos y programas del centro aunque no sean específicos de la propia asignatura y en otros cursos de la oferta formativa existente a través del CEP u otras instituciones oficiales.

Normas del departamento de Educación Física sobre el uso de instalaciones, vestuarios y material deportivo, y otras normas de carácter general:**a) Material deportivo, Material de aseo personal**

Para llevar a cabo las clases de Educación Física será **obligatorio** utilizar **indumentaria deportiva adecuada**. En general hay que utilizar material adecuado tanto en la indumentaria como especialmente el **calzado** para una correcta práctica. Se considera obligatorio disponer de material de aseo personal para ser utilizado una vez finalicen las correspondientes sesiones. Independientemente de las marcas deportivas, la atención se centrará en que todos los elementos utilizados en la indumentaria del alumnado sean cómodos, seguros y sobre todo adecuados.

Si un alumno o alumna no trae indumentaria deportiva no podrá realizar clase de E.F. con normalidad y recibirá la correspondiente anotación en el cuaderno de incidencias. En su lugar el profesor planteará una actividad alternativa. En caso de reincidencia de manera reiterada se procederá a la comunicación a la Jefatura de Estudios para que se proceda a la oportuna comunicación a las respectivas familias, suponiendo en ese caso la asignación de notas negativas en su expediente personal por asistencia de manera inadecuada así como la de imposibilidad de la correcta realización de las correspondientes prácticas.

Justificación de enfermedad transitoria: Asimismo, el profesor programará algún tipo de actividad alternativa para los alumnos y/o alumnas que por motivos de enfermedad, no puedan realizar ejercicios físicos. No obstante, cuando la enfermedad les impida la realización de la parte práctica de la clase de Educación Física en más de dos sesiones consecutivas, los alumnos o alumnas deberán aportar un justificante médico que deberá contener obligatoriamente la definición correspondiente de la enfermedad, lesión o causa objetiva que justifica la no realización de la actividad emitida por el facultativo correspondiente, con expresa indicación de aquellas actividades que no pueda realizar, o por el contrario de las que no existe ningún inconveniente para su realización. En todo caso, cuando no esté recomendada la participación del alumno/a en la parte práctica de manera total, se le asignarán tareas de otra índole, relacionadas siempre con la asignatura que sean susceptibles de realización por el interesado/a.

Justificación de faltas de asistencia: Es obligación de los padres la justificación por escrito de las faltas de asistencia de sus hijos al centro. Cuando esto ocurra deberá aportar el correspondiente documento justificativo al tutor y al profesor afectado. La justificación de las faltas de asistencia a clase son exactamente eso, entendiéndose como la prueba de que los padres y/o responsables legales de la tutela del alumno son concededores y conscientes de tal situación, lo que en ningún constituye un elemento de superación de los contenidos de la asignatura, debiendo el alumno recuperar los mismos para la obtención de una calificación positiva.

No estará permitido bajo ningún concepto en las clases de Educación Física reloj, anillos, pendientes, pulseras, colgantes, etc. o cualquier elemento que pueda provocar lesiones tanto a los compañeros como a uno mismo..

Salidas de las aulas: todos los alumnos y alumnas saldrán del aula una vez suene el timbre y lo harán de manera ordenada y educada tratando de molestar lo mínimo posible y sin entretenerse para

llegar lo antes posible al gimnasio. Todos los alumnos y alumnas esperarán en la puerta del gimnasio hasta que el profesor lo indique.

Desarrollo de la clase: El alumnado esperará al profesor en la puerta del gimnasio. No está permitido el permanecer en los pasillos del edificio principal. Al acceder al gimnasio se ocupará el lugar que el profesor indique, esperando las oportunas indicaciones del profesor. En general la dinámica será que el alumnado se sienta en los bancos disponibles en el gimnasio frente a la pizarra a esperar a que el profesor haga la introducción de la clase

Está terminantemente **prohibido jugar, correr, utilizar el material del gimnasio sin que el profesor lo indique**. Asimismo está totalmente **prohibido comer en clase**.

Durante el transcurso de la clase **no se podrá ir al servicio** salvo en caso de emergencia y siempre con autorización expresa del profesor.

En todo momento **respetaremos el material** que utilicemos para la clase de Educación Física siendo todo el alumnado responsable de su buen uso así como de su colocación y recogida al inicio y finalización de la correspondiente sesión.

Salida del gimnasio: tras la clase de Educación Física se dará tiempo (unos 5') para el aseo personal y cambio de vestuario si procede. Los vestuarios se utilizarán de manera adecuada manteniendo en todo momento el orden y la limpieza.

Ningún alumno o alumna saldrá del gimnasio hasta que el profesor lo indique. El retorno a clase al aula del edificio principal, se hará de forma ordenada y educada tratando de molestar lo menos posible.

PROGRAMACION DIDACTICA

INTRODUCCIÓN

1. Justificación teórica de la programación.

Consideramos necesario exponer razones claras sobre la necesidad de elaborar una **programación de área**, destacando diversos aspectos que merecen especial importancia. Por tanto, comenzamos la programación de aula elaborando una **justificación y fundamentación** del trabajo a desarrollar además de el interés que deberá mostrar el alumnado por realizarla de la manera mas adecuada posible.

Cuando hablamos de programación nos referimos de una forma explícita a un área determinada de conocimientos y a la forma en que esta puede estar estructurada, distribuida, presentada a los alumnos y alumnas y evaluada .

Ésta pretende anticiparse a la acción y trata de conjugar **contenidos y medios** en función de unos **objetivos**. También debe explicitar la utilización de **recursos didácticos** más apropiados para que esa conjugación entre contenidos y **objetivos** pueda lograrse.

El diseño y desarrollo de programaciones debe partir del análisis de las diferentes variables de contexto en el que se va a desarrollar todo el proceso de enseñanza-aprendizaje, de la realidad particular en la que vamos a actuar: tipo y características del alumnado, del entorno del centro escolar, del proyecto educativo, etc.

Su confección es, por tanto, responsabilidad de los diferentes profesores de cada una de las áreas o materias, bien en conjunto o bien de forma individual.

Las funciones más importantes a cumplir por la programación son las siguientes:

- Analizar el problema y tratar de describir con precisión los resultados que se desean conseguir.
- Elegir los instrumentos más idóneos y el material y recursos más convenientes para conseguir los objetivos fijados.
- Fijar un orden o secuencia en la ejecución de las acciones.
- Controlar y analizar los resultados.

Y es que, todas estas funciones son básicas y necesarias para garantizar una eficacia y coherencia en el proceso programador, de lo contrario, podríamos caer en la realización de una serie acciones sin un orden ni una secuencia lógica de decisión y no seguir el debido proceso sistemático.

En definitiva, esta programación consistirá en el análisis de la situación general y en unas previsiones más o menos precisas que se intentarán conseguir a través de una serie de operaciones tales como:

- a) Análisis y diagnóstico previo de la realidad en la que vamos a operar.
- b) Determinación de unos objetivos a conseguir.
- c) Elección de unos contenidos más idóneos y de los recursos más convenientes.
- d) Elección de estrategias didácticas más apropiadas para corregir los contenidos y objetivos.
- e) Determinación de un orden de ejecución a través de una temporalización.

f) Diseño y organización de toda una serie de actividades para la enseñanza y el aprendizaje, y también el proceso de evaluación.

g) Evaluación de todo el diseño y desarrollo para tomar decisiones al respecto.

Por otra parte, la programación la hemos de considerar como un proceso continuo, abierto y flexible y en revisión y /o transformación constante. Es este carácter dinámico el que nos va a permitir un permanente ajuste de todo el proceso cuando las circunstancias así lo requieran.

Toda programación consta, según lo advertido anteriormente de una serie de fases:

1. Fase de análisis y diagnóstico previo.
2. Fase de planteamiento y elaboración.
3. Fase de ejecución y desarrollo a lo largo del curso académico.
4. Fase de evaluación.

Termina aquí la introducción, y seguidamente vamos a justificar las dos primeras fases, que son las que se tratan en este primer apartado de justificación y fundamentación de la programación de área.

- Fase de análisis y diagnóstico previo.

Es a partir de esta fase, donde trataremos de conocer cuáles son esas condiciones reales previas al proceso de enseñanza y aprendizaje, de forma que ésta misma nos condicionará totalmente la actuación posterior, pues no es ni más ni menos que el punto de partida.

Nos estamos refiriendo al contexto concreto y específico delimitado por un conjunto de variables que exponemos a continuación: entorno sociocultural, características del alumnado, características del centro escolar, diseño curricular, proyecto educativo y curricular de centro, recursos materiales, recursos humanos, recursos económicos.

Si consideramos que todo proceso de enseñanza y aprendizaje se realiza en una interacción continua entre el sujeto y el medio vital donde se desenvuelve, vemos y advertimos cuánta es la importancia del análisis de estos aspectos.

- Fase de planteamiento y elaboración.

En esta fase se realizará la delimitación y definición de **objetivos**, aquellos resultados finales que esperamos conseguir de nuestros alumnos y alumnas; **contenidos**, es decir, aquello que vamos a enseñar, **estrategias didácticas** (técnicas, estilos y recursos didácticos o pedagógicos que el profesor utiliza para enseñar los contenidos y alcanzar los objetivos, es el cómo enseñar), la **temporalización**, es decir, la ordenación y distribución en el tiempo de los diferentes contenidos, cuándo enseñar, diseño de **actividades**, las cuales permiten desarrollar los contenidos y alcanzar los objetivos propuestos; también se refiere a actividades de evaluación.

Existen tres tipos de planificación que son las siguientes:

- Planificación estratégica.
- Planificación didáctica.
- Planificación operativa.

Estos tres tipos de planificación se identifican con los tres niveles de concreción del currículum como relación con el Diseño Curricular Base.

La programación, tal y como es entendida y realizada hoy en día, responde a una evolución respecto a la programación tradicional, fruto, no sólo de la sociedad y su continuo progreso, sino también, fruto de esa nueva concepción educativa fundamentada en el aprendizaje significativo.

Los pilares sobre ellos que se asentará esta programación son los siguientes:

- La transversalidad
- La Educación en valores
- la interdisciplinariedad
- El desarrollo de las Competencias Clave
- La cultura andaluza y su significatividad

El Marco General común, al que de forma obligada se ha de adaptar la enseñanza.

La propuesta pedagógica del centro que incluirá la propuesta curricular, las programaciones didácticas y la oferta formativa determinarán las orientaciones generales que se desarrollarán en los distintos ámbitos de desarrollo del programa de la asignatura de Educación Física.

Así tenemos que en la definición del marco correspondiente al Centro Escolar, donde nos encontramos, tenemos dos instrumentos básicos: Proyecto Educativo de Centro y su correspondiente Propuesta Curricular de Centro.

En el siguiente nivel correspondiente al ámbito del equipo docente o a cada uno de los profesores es donde encontraremos las orientaciones adecuadas para el correcto desarrollo de esta programación. Este se basa fundamentalmente en la programación de área específica de la asignatura y la programación de aula.

Lógicamente, ante situaciones cerradas, donde el profesor se limita a hacer lo que le ordenan desde arriba, no tiene ningún sentido estas fases comentadas anteriormente: la de análisis y la de planteamiento y elaboración.

Ahora bien, cuando el currículum es abierto, la tercera fase de concreción cobra gran importancia y tiene mucho sentido. El profesor termina de definir el currículum peor de una forma fundamentada, con un por qué, que haya una adaptación al alumno, al contexto..., de todo el currículum, de forma que se alcanzan en todo lo posible esos mínimos establecidos desde el Marco General establecido por la ley.

Entonces, podemos decir que hemos encontrado aquí una parte de la respuesta al por qué de la programación. Enumeramos razones de la existencia de la programación de aula, justificando y fundamentando tal trabajo:

- El profesor tiene que plantear el acto de enseñanza y aprendizaje de acuerdo a lo que se encuentra en su contexto, tiene que elegir esos objetivos, contenidos..., tales, que sean los más adecuados para alcanzar lo establecido en los niveles de concreción más altos.
- De igual forma, la encontramos indispensable para el desarrollo de la enseñanza.
- Permite actuar con seguridad sobre la base de lo previsto, impide las improvisaciones y dudas que provoca el trabajo desorganizado.

También evita la rutina que supone repetir año tras año las mismas actividades aunque muchas de ellas inevitablemente tendrán que repetirse en cuanto a contenidos globales independientemente de las variaciones puntuales que puedan introducirse en su desarrollo.

Posibilita la reflexión crítica sobre la acción y analiza las distintas alternativas para desarrollar las tareas docentes.

Nos ayudará a preparar los materiales que se han de prever con anticipación en cada sesión.

Ejerce como hipótesis de trabajo.

Sirve para coordinar la acción de los departamentos didácticos.

Permite alcanzar con eficacia los objetivos, y articular de forma racional los distintos componentes de una situación de enseñanza-aprendizaje.

Todo proceso de programación, en este caso en la asignatura de Educación Física en el I.E.S. Laurel de la Reina contendrá los elementos del currículo: Objetivos, Contenidos, Metodología, Criterios e instrumentos de evaluación, Competencias Clave y la correspondiente inclusión de los estándares de aprendizaje evaluables que constituirán la guía general de trabajo

En desarrollo de los contenidos, las actividades a realizar y su organización para alcanzar el fin último previsto de consecución de los aprendizajes y su evaluación constituirán el elemento fundamental básico a la hora de afrontar el aprendizaje y desarrollo de los elementos incluidos en la asignatura de Educación Física.

Por este y otros motivos se deben hacer una selección de aquellos contenidos que creemos, desde el punto de vista de un especialista en Educación Física, que satisfaga, en la mayor medida de lo posible, a todos los alumnos y alumnas y teniendo en cuenta lo exigido por el Ministerio de Educación y Ciencia y por la Consejería de Educación y Ciencia de la Junta de Andalucía.

Se ha de procurar que el alumno no sea un mero ejecutor, donde el único objetivo que se busca es conseguir un alto rendimiento físico. Esto no quiere decir, que se intente apartar al alumno de la práctica sistemática de actividad física, todo lo contrario, se ha de fomentar la práctica deportiva pero no sólo con idea de rendimiento, sino como forma de ocupar el tiempo libre, de mejorar el estado de salud, como forma de crear valores de cara a la introducción a la vida real, etc.

El objetivo primordial que tiene esta programación de aula es: mediante contenidos teóricos y prácticos llevar a los alumnos y alumnas aquellos aspectos más útiles de la Educación Física no sólo para su formación física, sino para su formación integral; se pretende que el alumnado conozca, practique, adapte y programe sus propias actividades físicas.

Para ello se le aportará la información y medios disponibles en el centro, así como la ayuda del profesor, que debe convertirse en un colaborador, el cual ayuda y guía al alumno en aquello que necesite.

Los objetivos que se plantean parten de la zona de desarrollo efectivo del alumnado, lo cual implica conocer el nivel de desarrollo y a partir de ahí comenzar con la formulación de metas. Los objetivos deben alcanzarse de forma progresiva comenzando desde el nivel inicial de conocimiento del alumnado, para que así pueda construir aprendizajes significativos y vaya cumpliendo objetivos cercanos, a corto y medio plazo, intentando llegar al objetivo principal con perspectivas, en principio, a largo plazo.

Esta formulación de objetivos para el alumnado le va a ayudar a saber hacia donde y hasta donde ha de llegar.

La metodología y evaluación de los contenidos abarcados durante este curso, estarán en completa consonancia con los objetivos planteados para cada una de las etapas.

Creemos haber justificado la Programación de Área según lo planteado hasta el momento. No obstante, vamos a seguir incidiendo aun más en la misma, haciendo una mayor referencia a nuestra propia programación, donde haremos más hincapié en los aspectos que consideramos más importantes y relevantes.

La Educación Física, como un área más de aprendizaje, lejos ya de su concepción de materia y sí como parte integrante, junto con otras áreas, de ese proceso educativo, que busca en el alumnado la consecución de unos objetivos de etapa, ha de aportar desde su ámbito todo lo que por ella sea posible.

Por eso, una programación está fundamentada en los niveles de concreción anteriores a la misma (con objetivos, contenidos, metodología, criterios de evaluación, desarrollo de las competencias clave y el desarrollo de los estándares de aprendizaje evaluables que habrán de ser tenidos en cuenta de manera general en esta programación y de manera específica en los desarrollos puntuales de cada Unidad Didáctica y sus correspondientes sesiones, darán como resultado el desarrollo global y coordinado del currículo correspondiente en la asignatura en este caso de Educación Física.

Para ello, los contenidos, las estrategias, estilos, técnicas y actividades, buscan la mayor adaptación posible al alumno, que facilite esa individualización y diversidad, a la vez que existe una secuenciación y continuidad.

Dentro de esta programación de aula, está implícita la forma personal de entender la educación física, la cuál nos ha hecho enfocarla de la forma que exponemos a continuación, influyendo sin duda nuestras creencias y experiencias previas.

Pero también queda marcada la misma en las formas de plantear la unidad didáctica, tratando de interrelacionar unas con otras, intentando llegar más a ese tipo de unidad didáctica integrada y no tanto de contenido.

Una vez finalizada la justificación de la programación de área, donde referimos las razones importantes que son necesarias para su elaboración, consideramos imprescindible una elaboración adecuada.

Procedemos pues, a introducirnos de lleno en la programación, siguiendo los puntos o apartados indicados en el índice.

1.1. Datos del alumnado. Fundamentos psico-pedagógicos.

La presente programación va referida a alumnos y alumnas que están plena pubertad, y cuyas características psicológicas las detallaré más adelante así como las consecuencias educativas de las mismas.

La relación en porcentajes entre chicos y chicas varía en cada curso y aunque sería una propuesta ideal el reparto equitativo por grupos es difícil compaginarla con la oferta de optativas. Otro aspecto importante es el número de alumnos por grupo que se ha visto incrementado de manera notable en este curso académico, ya que en algunos cursos resulta excesivo. En general se está en torno a los

30 alumnos por grupo en ESO, 35 en bachillerato y solamente los grupos de actividades deportivas complementarias están en torno a 20 alumnos por grupo. Esto puede crear problemas de organización que se solventarán con la buena actitud del alumnado y la profesionalidad del profesorado..

1.2 Características generales del alumnado

A continuación vamos a destacar algunas características psicológicas de los alumnos y alumnas en los diferentes planos, sobre todo de los de ESO, que pensamos tienen una mayor incidencia educativa en el área de Educación Física:

En el plano físico-motriz el cuerpo aumenta de forma brusca, alternando el crecimiento y su grosor. Por lo que su cansancio es mayor. Los chicos a los 14 años y las chicas a los 12 años, es cuando alcanzan el mayor crecimiento anual en su talla, que puede llegar hasta 10 centímetros en un año. Este crecimiento hace que se produzcan sinergias, descoordinaciones. Esta situación se acentúa más en los chicos que en las chicas.

A nivel cardíaco el corazón aumenta de tamaño, casi se duplica, aunque su volumen cardíaco disminuye, debido a que el crecimiento no es proporcional al crecimiento del resto del cuerpo, por lo que la resistencia suele ser menor.

La presión arterial varía, debido a que las paredes de los vasos aumentan de espesor. El pulmón no crece al mismo ritmo, por lo que la capacidad pulmonar es pobre, quizás sea la menor que tenga durante toda su vida, esto hace que tenga propensión al cansancio, pereza y apatía.

Su sistema sexual alcanza igualmente un gran desarrollo, aumentando de forma significativa la actividad sexual. Debido a su desarrollo sexual, la fuerza hasta se triplica, debido a la segregación de testosterona. Por esta razón aparece el vello tanto en la cara, en el caso de los chicos, como en axilas y región púbica, además de que la voz se hace más grave.

Como consecuencia de la relación que hay entre el sistema endocrino y el nervioso, y debido a los cambios que se están ocasionando en el primero, nos encontraremos con alumnos fácilmente irritables.

En el plano afectivo-social, su carácter afectivo es alterado, debido a la eclosión del sistema sexual. Su carácter se hace inestable, realizando cambios muy drásticos, oscilando entre grandes extremos, pasando desde el entusiasmo a la depresión o desde el exhibicionismo al pudor. Comienza a oponerse a todo lo que le rodea: padres, profesores, sociedad. Se hace irascible y fácilmente lesionado en su amor propio. Comienzan las primeras relaciones sexuales, gran interés por todo lo que rodea la sexualidad. Comienza el alejamiento de la familia, que la sustituye por sus amigos, que según él están más próximos a sus ideales. Tiene problemas con el ambiente social, debido a su crisis de independencia favorecido por el desarrollo de su personalidad.

En el plano cognitivo comienzan a aflorar, de forma notable, sus capacidades cognitivas, mediante la percepción, comprensión y su capacidad de análisis, que comienza a distinguir las partes del todo. Su pensamiento se acerca al formal, dejando paulatinamente el pensamiento concreto. Este paso no está directamente influenciado por la edad cronológica, sino que tiene más que ver con la de desarrollo. Su capacidad de atención aumenta y su capacidad de aprendizaje es grande por el aumento de las funciones intelectuales.

Su capacidad de atención aumenta y su capacidad de aprendizaje es grande por el aumento de las funciones intelectuales.

Las implicaciones educativas que se producen son las siguientes:

Por este rápido aumento corporal, se producen desorganizaciones en el esquema corporal, debido a que no se haya identificado con su cuerpo, lo que hará que se produzcan conductas posturales negativas, como pueden ser el encorvarse. Igualmente y por la misma causa, se produce descoordinación en sus movimientos.

Como se apuntaba ya antes, debido igualmente al gran y desproporcionado crecimiento de sus miembros, músculos y sistema cardio-respiratorio, tendrá alterada negativamente, su capacidad de resistencia como consecuencia de un déficit de oxígeno; lo que hace aconsejable el trabajo de resistencia aeróbica. Por el contrario se sentirá con la necesidad de liberar energía por el aumento de su fuerza, encontrando los chicos un gran aliciente en los ejercicios de este tipo. Esto aconsejará el trabajo de la fuerza sin sobrecargas y seguido de ejercicios de flexibilidad y estiramientos.

Hay que cuidar su actitud postural, por la repercusión negativa que puede tener en el crecimiento rápido que está sufriendo el cuerpo, al encontrarse en plena transformación.

Se debe trabajar la coordinación, el equilibrio y el ritmo, que se ven alterados por el ya repetido aumento rápido del crecimiento.

En general la actividad física puede dar respuesta a muchas de las incertidumbres del alumno, para ello el profesor de Educación Física debe tomar una posición de respeto y prestigio, que dentro del esquema de valores del adolescente, entra en primera línea de las personas del círculo de él, como son sus amigos.

El deporte puede sustituir a los objetivos que se les presentan en otro momento como inalcanzables, mientras que en la actividad física, pueden encontrar el máximo de éxito.

Al poderse identificar con el deporte, puede desplazar el apego afectivo desde sus padres hacia otras personas.

Tiene y puede elaborar su proceso de individualización, para llegar a ser el hijo de si mismo y no de su padre.

El profesor representa los valores familiares de tipo afectivo, pero con mayor autonomía y una más segura identidad.

Esta situación reconforta al adolescente que siente el perder el (amor materno) y paradójicamente se reencuentra con nuevas situaciones, valores y objetos.

Debemos prestar atención especial a la **coeducación** y al contenido transversal de la educación para la igualdad entre los sexos, pues en estas edades se produce la diferenciación sexual, que unida a los agrupamientos y a la asunción de los roles propios de cada sexo puede contribuir a reforzar estereotipos de tipo sexista.

En esta edad se producen algunos desajustes en el comportamiento relacionados con los **altibajos emocionales** que pueden dar lugar a **comportamientos violentos** o agresivos. También los modelos publicitarios y las figuras del deporte influyen en el mimetismo hacia determinadas conductas. Por esto

haremos hincapié en el cumplimiento de las reglas, en el respeto a los demás y en las actividades cooperativas. Se trata pues de ofrecer modelos de comportamiento alternativos.

También es una época de imitación de **hábitos contrarios a la salud**, que el adolescente suele vincular a la aceptación en el grupo de amigos. Hablamos de tabaquismo, drogas, alcohol, etc. Nosotros debemos ofrecer información suficiente sobre efectos y consecuencias, así como ofrecer otras formas alternativas de relacionarse y de disfrutar del tiempo de recreo y ocio, como pueden ser la práctica de deportes, juegos, actividades en la naturaleza, etc.

1.3 Instalaciones y recursos disponibles.

a) Instalaciones cubiertas: Pabellón cubierto. Dimensiones internas que permiten la práctica reglada de baloncesto, voleibol bádminton y deportes de sala. No se pueden practicar a nivel reglamentario los deportes que requieren dimensiones de pista de balonmano o Fútbol sala (40*20 m). Siendo estos deportes necesariamente desarrollados en la pista exterior.

b) Instalaciones al aire libre: Una pista polideportiva donde hay señalizados varios campos (voleibol, balonmano, fútbol sala, baloncesto).

c) Material fijo de las instalaciones al aire libre: 2 porterías balonmano, y 4 canastas de baloncesto

d) Material fijo de las instalaciones cubiertas: espalderas, pizarra y canastas

e) Material móvil: No disponemos de colchonetas de ningún tipo en buen estado (hay 4 gruesa en regular estado de conservación) bancos suecos (9), plintos en muy mal estado de uso (2), postes móviles de voleibol y fijos (4) y bádminton (2).

Se hace por tanto necesaria la petición extraordinaria de materia no fungible de manera extraordinaria, extremo este último que se ha transmitido verbalmente a la dirección del centro y que en su reflejo en esta programación tratamos de darle la oficialidad necesaria. No obstante se procederá desde la jefatura de departamento a realizar la petición formal en el 1º claustro ordinario del curso académico.

Dentro de los aspectos generales de esta programación, nos remitimos a los documentos legislativos recogidos previamente en la página 3 de esta programación que son generales a nivel estatal (Real Decreto 1105/2014 de 26 de Diciembre) y las Ordenes aplicadas en su desarrollo publicadas por la Consejería de educación de la Junta de Andalucía (Ordenes 110/2016 y 111/2016, ESO y Bachillerato respectivamente, publicadas en BOJA de 29 y 29 de Junio respectivamente

Siguiendo la normativa general recogida en la LOMCE 8/2013 de 9 de Diciembre de 2013 BOE del 10, en sus artículos 6 (Currículo) y 6 bis (distribución de competencias) se tratarán de seguir los aspectos generales del currículo y sus diferentes apartados de desarrollo en su definición y elementos.

2. OBJETIVOS DIDACTICOS

La enseñanza de la Educación física en esta etapa tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

1. Conocer los rasgos que definen una actividad física saludable y los efectos beneficiosos que esta tiene para la salud individual y colectiva.
2. Valorar la práctica habitual y sistemática de actividades físicas como medio para mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
3. Realizar tareas dirigidas al incremento de las posibilidades de rendimiento motor, a la mejora de la condición física para la salud y al perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal, adoptando una actitud de auto exigencia en su ejecución.
4. Conocer y consolidar hábitos saludables, técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica físico-deportiva.
5. Planificar actividades que permitan satisfacer las necesidades en relación a las capacidades físicas y habilidades específicas a partir de la valoración del nivel inicial.
6. Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que tengan bajo impacto ambiental, contribuyendo a su conservación.
7. Conocer y realizar actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución.
8. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad.
9. Practicar y diseñar actividades expresivas con o sin base musical, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa.
10. Adoptar una actitud crítica ante el tratamiento del cuerpo, la actividad física y el deporte en el contexto social.

3. COMPETENCIAS CLAVE

La incorporación de competencias clave como elemento esencial del currículo, permite poner el acento en aquellos aprendizajes que se consideran imprescindibles, desde un planteamiento integrador y orientado a la aplicación de los saberes adquiridos; de ahí su carácter básico.

Son aquellas competencias que debe haber desarrollado un joven o una joven al finalizar la enseñanza obligatoria para poder lograr su realización personal, ejercer la ciudadanía activa, incorporarse a la vida adulta de manera satisfactoria y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

La inclusión de las competencias clave en el currículo tiene varias finalidades.

En primer lugar, integrar los diferentes aprendizajes, tanto los formales, incorporados a las diferentes áreas o materias, como los informales y no formales.

En segundo lugar, permitir a todos los estudiantes integrar sus aprendizajes, ponerlos en relación con distintos tipos de contenidos y utilizarlos de manera efectiva cuando les resulten necesarios en diferentes situaciones y contextos.

Y, por último, orientar la enseñanza, al permitir identificar los contenidos y los criterios de evaluación que tienen carácter imprescindible y, en general, inspirar las distintas decisiones relativas al proceso de enseñanza y de aprendizaje.

Con las áreas y materias del currículo se pretende que todos los alumnos y las alumnas alcancen los objetivos educativos y, consecuentemente, también que adquieran las competencias clave.

Sin embargo, no existe una relación unívoca entre la enseñanza de determinadas áreas o materias y el desarrollo de ciertas competencias.

Cada una de las áreas contribuye al desarrollo de diferentes competencias y, a su vez, cada una de las competencias se alcanzará como consecuencia del trabajo en varias áreas o materias.

El trabajo en las áreas y materias del currículo para contribuir al desarrollo de las competencias clave debe complementarse con diversas medidas organizativas y funcionales, imprescindibles para su desarrollo. Así, la organización y el funcionamiento de los centros y las aulas, la participación del alumnado, las normas de régimen interno, el uso de determinadas metodologías y recursos didácticos, o la concepción, organización y funcionamiento de la biblioteca escolar, entre otros aspectos, pueden favorecer o dificultar el desarrollo de competencias asociadas a la comunicación, el análisis del entorno físico, la creación, la convivencia y la ciudadanía, o la alfabetización digital. Igualmente, la acción tutorial permanente puede contribuir de modo determinante a la adquisición de competencias relacionadas con la regulación de los aprendizajes, el desarrollo emocional o las habilidades sociales. Por último, la planificación de las actividades complementarias y extraescolares puede reforzar el desarrollo del conjunto de las competencias clave.

En el marco de la propuesta realizada por la Unión Europea, y de acuerdo con las consideraciones que se acaban de exponer, se han identificado siete competencias clave:

1. Competencia en comunicación lingüística.
2. Competencia matemática y competencia en ciencia y tecnología.
3. Competencia digital.

4. Competencia social y cívica
5. Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.
6. Conciencia y expresiones culturales
7. Competencia para aprender a aprender.

ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE

CONTRIBUCION DE LA MATERIA DE EDUCACION FISICA

La materia de Educación física contribuye de manera directa y clara a la consecución de dos competencias clave:

- **La competencia en el sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor**

- **La competencia social y cívica.**

No obstante lo anterior entendiendo estas competencias clave como fundamentales, la materia contribuye al resto de competencias en mayor o menor medida de manera directa o en desarrollos interdisciplinarios de forma colegiada con el resto de departamentos .

El cuerpo humano constituye una pieza clave en la interrelación de la persona con el entorno y la educación física está directamente comprometida con la adquisición del máximo estado de bienestar físico, mental y social posible, en un entorno saludable.

Respecto a la competencia en el **conocimiento y la interacción con el mundo físico**, esta materia proporciona conocimientos y destrezas sobre determinados hábitos saludables que acompañarán a los jóvenes más allá de la etapa obligatoria. Además, aporta criterios para el mantenimiento y mejora de la condición física, sobre todo de aquellas cualidades físicas asociadas a la salud: resistencia cardiovascular, fuerza-resistencia y flexibilidad. Por otra parte, colabora en un uso responsable del medio natural a través de las actividades físicas realizadas en la naturaleza.

La Educación Física plantea situaciones especialmente favorables a la adquisición de la **competencia social y cívica**. Las actividades físicas, propias de esta materia, son un medio eficaz para facilitar la integración y fomentar el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación, la igualdad y el trabajo en equipo. La práctica y la organización de las actividades deportivas colectivas exige la integración en un proyecto común, y la aceptación de las diferencias y limitaciones de los participantes, siguiendo normas democráticas en la organización del grupo y asumiendo cada integrante sus propias responsabilidades. El cumplimiento de las normas y reglamentos que rigen las actividades deportivas colaboran en la aceptación de los códigos de conducta propios de una sociedad.

La Educación Física ayuda de forma destacable a la consecución de autonomía e iniciativa personal, fundamentalmente en dos sentidos. Por un lado, si se otorga protagonismo al alumnado en aspectos de organización individual y colectiva de jornadas y actividades físicas y deportivas o de ritmo, y en aspectos de planificación de actividades para la mejora de su condición física. Por otro lado, lo hace en la medida en que enfrenta al alumnado a situaciones en las que debe manifestar autosuperación, perseverancia y actitud positiva ante tareas de cierta dificultad técnica o en la mejora del propio nivel de condición física, responsabilidad y honestidad en la aplicación de las reglas y capacidad de aceptación de los diferentes niveles de condición física y de ejecución motriz dentro del grupo.

Contribuye también a la adquisición de la competencia **conciencia y expresiones culturales**. A la apreciación y comprensión del hecho cultural lo hace mediante el reconocimiento y la valoración de las manifestaciones culturales de la motricidad humana, tales como los deportes, los juegos tradicionales, las actividades expresivas o la danza y su consideración como parte del patrimonio cultural de los pueblos. A la expresión de ideas o sentimientos de forma creativa contribuye mediante la exploración y utilización de

las posibilidades y recursos expresivos del cuerpo y el movimiento. A la adquisición de habilidades perceptivas, colabora especialmente desde las experiencias sensoriales y emocionales propias de las actividades de la expresión corporal. Por otro lado, el conocimiento de las manifestaciones lúdicas, deportivas y de expresión corporal propias de otras culturas ayuda a la adquisición de una actitud abierta hacia la diversidad cultural.

En otro sentido, esta materia está comprometida con la adquisición de una actitud abierta y respetuosa ante el fenómeno deportivo como espectáculo, mediante el análisis y la reflexión crítica ante la violencia en el deporte u otras situaciones contrarias a la dignidad humana que en él se producen.

La Educación física ayuda a la consecución de la **competencia para aprender a aprender** al ofrecer recursos para la planificación de determinadas actividades físicas a partir de un proceso de experimentación, el autoaprendizaje y el aprendizaje cooperativo. Todo ello permite que el alumnado sea capaz de regular su propio aprendizaje y práctica de la actividad física en su tiempo libre, de forma organizada y estructurada. Asimismo, desarrolla habilidades para el trabajo en equipo en diferentes actividades deportivas y expresivas colectivas y contribuye a adquirir aprendizajes técnicos, estratégicos y tácticos que son generalizables para varias actividades deportivas.

A la adquisición de la competencia en **comunicación lingüística** la materia contribuye, como el resto, ofreciendo una variedad de intercambios comunicativos y a través del vocabulario específico que aporta en si misma la propia materia y el desarrollo de los contenidos específicos que conlleva.

A modo de resumen queda este apartado referente a las Competencias Clave de las siguiente manera:

La materia de Educación Física contribuye al logro tanto de los objetivos generales de la etapa como adquisición de las competencias básicas. De manera simultánea desarrolla las capacidades instrumentales y se habitúa a la práctica continuada de actividad física, debe de vincular la práctica de actividad física al conocimiento de los efectos que ésta tiene sobre el desarrollo personal y social.

La siguiente concreción de las competencias pretende favorecer los aprendizajes del alumnado de la siguiente manera:

- A) Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor: con su desarrollo favoreceremos conocimientos y destrezas sobre determinados hábitos saludables que acompañarán a los jóvenes más allá de la etapa obligatoria (práctica sistemática de actividad física, realización adecuada de actividad física, nociones de higiene y alimentación...)
- B) Competencia social y cívica: Las actividades físicas, propias de esta materia, son un medio eficaz para facilitar la integración y fomentar el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación, la igualdad y el trabajo en equipo. La práctica y la organización de las actividades deportivas colectivas exige la integración en un proyecto común, y la aceptación de las diferencias y limitaciones de los participantes, siguiendo normas democráticas en la organización del grupo y asumiendo cada integrante sus propias responsabilidades.
- C) Competencia en comunicación lingüística: la materia contribuye ofreciendo una variedad de intercambios comunicativos y a través del vocabulario específico que aporta, así como favoreciendo la desinhibición y el dialogo en público.

- D) Competencia matemática y competencia en ciencia y tecnología: implica el conocimiento y manejo de los elementos matemáticos básicos (distintos tipos de números, medidas, símbolos, elementos geométricos, etc.) en situaciones reales o simuladas de la vida cotidiana, y la puesta en práctica de procesos de razonamiento que llevan a la solución de los problemas o a la obtención de información.
- E) Competencia digital: consiste en disponer de habilidades para buscar, obtener, procesar y comunicar información, y para transformarla en conocimiento. Incorpora diferentes habilidades, que van desde el acceso a la información hasta su transmisión en distintos soportes una vez tratada, incluyendo la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación como elemento esencial para informarse, aprender y comunicarse.
- F) Competencia para aprender a aprender: al ofrecer recursos para la planificación de determinadas actividades físicas a partir de un proceso de experimentación. Todo ello permite que el alumnado sea capaz de regular su propio aprendizaje y práctica de la actividad física en su tiempo libre, de forma organizada y estructurada. Asimismo, desarrolla habilidades para el trabajo en equipo en diferentes actividades deportivas y expresivas colectivas y contribuye a adquirir aprendizajes técnicos, estratégicos que son generalizables para varias actividades deportivas.
- G) Conciencia y expresiones culturales a través de elementos propios de nuestra cultura e idiosincrasia.

CONTENIDOS

A continuación pasan a desarrollarse los contenidos por niveles en los diferentes cursos así como su distribución temporal a lo largo del curso.

Se está pendiente de la inclusión de alguna actividad extra que en su caso producirá la oportuna modificación de la programación didáctica y su oportuna inclusión en esta programación y la correspondiente

Concreción y secuenciación de contenidos por ciclos/ cursos en la E.S.O.

Concreción de contenidos para 1º de E.S.O.

Bloque 1. Condición física y salud.

El calentamiento y su significado en la práctica de la actividad física.

Ejecución de juegos y ejercicios apropiados para el calentamiento.

Valoración del calentamiento como hábito saludable al inicio de una actividad física.

Realización de actividades de baja intensidad en la finalización de la actividad física.

Condición física. Cualidades físicas relacionadas con la salud.

Acondicionamiento físico a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud.

Ejercitación de posiciones corporales adecuadas en la práctica de actividades físicas y en situaciones de la vida cotidiana.

Fortalecimiento de la musculatura de sostén mediante ejercicios de movilidad articular y de relajación.

Atención a la higiene corporal después de la práctica de actividad física.

Bloque 2. Juegos y deportes.

El deporte individual y colectivo como fenómeno social y cultural.

Ejecución de habilidades motrices vinculadas a acciones deportivas.

Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de un deporte individual.

Las fases del juego en los deportes colectivos: concepto y objetivos.

Realización de juegos y actividades en que prevalezcan aspectos comunes de los deportes colectivos.

Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a su mejora.

Valoración de las actividades deportivas como una forma de mejorar la salud.

Respeto y aceptación de las reglas de las actividades, juegos y deportes practicados.

Bloque 3. Expresión corporal.

El cuerpo expresivo: postura, gesto y movimiento. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.

Experimentación de actividades expresivas orientadas a favorecer una dinámica positiva del grupo.

Combinación de distintos ritmos y manejo de diversos objetos en la realización de actividades expresivas.

Disposición favorable a la desinhibición en las actividades de expresión corporal.

Bloque 4. Actividades en el medio natural.

Las actividades físico-deportivas en el medio natural: tierra, aire y agua.

Realización de recorridos a partir de la identificación de señales de rastreo.

Aceptación y respeto de las normas para la conservación del medio urbano y natural.

Concreción de Contenidos para 2º ESO*Contenidos*

Bloque 1. Condición física y salud.

Objetivos del calentamiento. Calentamiento general y específico.

Identificación y realización de juegos y ejercicios dirigidos al calentamiento.

Cualidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica y flexibilidad.

Control de la intensidad del esfuerzo: toma de la frecuencia cardiaca y cálculo de la zona de actividad.

Acondicionamiento físico general con especial incidencia en la resistencia aeróbica y en la flexibilidad.

Reconocimiento y valoración de la relación existente entre una buena condición física y la mejora de las condiciones de salud.

Reconocimiento y valoración de la importancia de la adopción de una postura correcta en actividades cotidianas.

Relación entre hidratación y práctica de actividad física.

Efectos que tienen sobre la salud determinados hábitos como el consumo de tabaco y alcohol.

Bloque 2. Juegos y deportes.

Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de un deporte individual diferente al realizado en el curso anterior.

Los deportes de adversario como fenómeno social y cultural.

Realización de juegos y actividades con elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes de adversario.

Respeto y aceptación de las normas de los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo.

Práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de un deporte colectivo.

Autocontrol ante las situaciones de contacto físico que se dan en los juegos y el deporte.

Cooperación en las funciones atribuidas dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos comunes.

Tolerancia y deportividad por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.

Bloque 3. Expresión corporal.

El lenguaje corporal y la comunicación no verbal.

Los gestos y las posturas. Experimentación de actividades encaminadas al dominio, al control corporal y a la comunicación con los demás.

Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas.

Realización de movimientos corporales globales y segmentarios con una base rítmica, combinando las variables de espacio, tiempo e intensidad, destacando su valor expresivo.

Realización de improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación espontánea.

Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás.

Bloque 4. Actividades en el medio natural.

El senderismo: descripción, tipos de sendero, material y vestimenta necesaria.

Realización de recorridos preferentemente en el medio natural.

Toma de conciencia de los usos adecuados del medio urbano y natural.

Respeto del medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades recreativas.

La programación de actividades para los grupos de Actividades Deportivas Complementarias se realizará en función de la asignación final de instalaciones según los horarios y disponibilidad de material. Habrán de constituirse siguiendo un elemento complementario de las sesiones ordinarias.

Concreción de contenidos para 3º de E.S.O.

Bloque 1. Condición física y salud.

El calentamiento. Efectos. Pautas para su elaboración.

Elaboración y puesta en práctica de calentamientos, previo análisis de la actividad física que se realiza.

Relación entre la mejora de las cualidades físicas relacionadas con la salud y la adaptación de los aparatos y sistemas del cuerpo humano.

Acondicionamiento de las cualidades relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia general, mediante la puesta en práctica de sistemas y métodos de entrenamiento.

Reconocimiento del efecto positivo que la práctica de actividad física produce en los aparatos y sistemas del cuerpo humano.

Adopción de posturas correctas en las actividades físicas y deportivas realizadas.

Alimentación y actividad física: equilibrio entre la ingesta y el gasto calórico.

Valoración de la alimentación como factor decisivo en la salud personal.

Ejecución de métodos de relajación como medio para liberar tensiones.

Bloque 2. Juegos y deportes.

Las fases del juego en los deportes colectivos: organización del ataque y de la defensa.

Práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de un deporte colectivo diferente al realizado en el curso anterior.

Participación activa en las actividades y juegos y en el deporte colectivo escogido.

Asunción de la responsabilidad individual en una actividad colectiva, como condición indispensable para la consecución de un objetivo común.

Bloque 3. Expresión corporal.

Bailes y danzas: aspectos culturales en relación a la expresión corporal.

Ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectiva.

Predisposición a realizar los bailes y danzas con cualquier compañero y compañera.

Bloque 4. Actividades en el medio natural.

Normas de seguridad para la realización de recorridos de orientación en el medio urbano y natural.

Realización de recorridos de orientación, a partir del uso de elementos básicos de orientación natural y de la utilización de mapas.

Aceptación de las normas de seguridad y protección en la realización de actividades de orientación.

Concreción de contenidos para 4º ESO

Contenidos

Bloque 1. Condición física y salud.

Realización y práctica de calentamientos autónomos previo análisis de la actividad física que se realiza.

El calentamiento como medio de prevención de lesiones.

Sistemas y métodos de entrenamiento de las cualidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia.

Efectos del trabajo de resistencia aeróbica, de flexibilidad y de fuerza resistencia sobre el estado de salud: efectos beneficiosos, riesgos y prevención.

Aplicación de los métodos de entrenamiento de la resistencia aeróbica, de la flexibilidad y de la fuerza resistencia. Elaboración y puesta en práctica de un plan de trabajo de una de las cualidades físicas relacionadas con la salud.

Toma de conciencia de la propia condición física y predisposición a mejorarla.

Relajación y respiración. Aplicación de técnicas y métodos de relajación de forma autónoma y valoración de dichos métodos para aliviar tensiones de la vida cotidiana.

Valoración de los efectos negativos de determinados hábitos (fumar, beber, sedentarismo,..) sobre la condición física y la salud. Actitud crítica ante dichos hábitos y frente al tratamiento de determinadas prácticas corporales por los medios de comunicación.

Primeras actuaciones ante las lesiones más comunes que pueden manifestarse en la práctica deportiva.

Bloque 2. Juegos y deportes.

Realización de juegos y deportes individuales, de adversario y colectivos de ocio y recreación.

Práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de deportes de adversario que precisen la utilización de un implemento.

Planificación y organización de torneos en los que se utilicen sistemas de puntuación que potencien las actitudes, los valores y el respeto de las normas.

Valoración de los juegos y deportes como actividades físicas de ocio y tiempo libre y de sus diferencias respecto al deporte profesional.

Aceptación de las normas sociales y democráticas que rigen en un trabajo en equipo.

Bloque 3. Expresión corporal.

Adquisición de directrices para el diseño de composiciones coreográficas.

Creación de composiciones coreográficas colectivas con apoyo de una estructura musical incluyendo los diferentes elementos: espacio, tiempo e intensidad.

Participación y aportación al trabajo en grupo en las actividades rítmicas.

Bloque 4. Actividades en el medio natural.

Relación entre la actividad física, la salud y el medio natural.

Participación en la organización de actividades en el medio natural de bajo impacto ambiental, en el medio terrestre o acuático.

Realización de las actividades organizadas en el medio natural.

Toma de conciencia del impacto que tienen algunas actividades físico-deportivas en el medio natural.

Criterios de Evaluación y Calificación

Se tiene como punto de partida inicial que esta es una materia de elección voluntaria y de carácter optativo y no obligatoria, por lo que se supone de antemano que el alumnado que la elija como opción tendrá como punto de partida una actitud positiva hacia la misma, un interés fuera de toda duda, y una voluntad de trabajo y aprendizaje de nuevas actividades dentro del ámbito de la actividad física y el deporte.

Teniendo en cuenta esto, los parámetros de valoración serán los siguientes:

1. Asistencia a clase. Es un parámetro obligatorio máxime en ESO, pero tundra especial consideración la asistencia y participación en las actividades excepto en aquellas que por causa debidamente justificada no pudiera realizar. La asistencia no justificada hará perder el derecho a la evaluación continua a partir del 10% de faltas a clase
2. Actitud. En base a lo anterior y teniendo en cuenta elementos de valoración individualizados que fomentan el reconocimiento y esfuerzo en función de las capacidades individuales, la actitud en clase y al desarrollo de las actividades planteadas será valorado con un porcentaje del 50% en la calificación final. Esto se ha de traducir tanto en el trabajo en clase, la disposición a la realización de actividades, el adecuado uso del material e instalaciones, la puntualidad, el uso adecuado de indumentaria deportiva, el respeto a las normas de clase y deportivas de cada actividad, y el respeto a los compañeros como elemento esencial de la convivencia en un centro educativo.
3. Trabajo diario de clase que será valorado en base a rúbricas de dominio de la actividad en cada caso que serán conocidas por el alumnado previamente a su realización para cada Unidad Didáctica planteada y su ejecución individualizada. 30%
4. Registro de observación del profesor en cuanto al esfuerzo, participación en clase, cumplimiento de normas y actividad diaria de clase 20%
5. Podrá plantearse en función de las actividades realizadas la ejecución de trabajos o actividades teóricos orientados fundamentalmente al conocimiento de los reglamentos deportivos de las actividades prácticas realizadas, tratando de inculcar al alumnado elementos de corresponsabilidad en el control de la actividad en toda su dimensión

Concreción y secuenciación de contenidos por ciclos/ cursos en Bachillerato**Concreción de contenidos para 1º de Bachillerato****Concreción de contenidos***Contenidos*

Bloque 1. Condición física y salud.

Realización y práctica de calentamientos autónomos previo análisis de la actividad física que se realiza.

El calentamiento como medio de prevención de lesiones.

Sistemas y métodos de entrenamiento de las cualidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia. Sistemas de entrenamiento

Efectos del trabajo de resistencia aeróbica, de flexibilidad y de fuerza resistencia sobre el estado de salud: efectos beneficiosos, riesgos y prevención.

Aplicación de los métodos de entrenamiento de la resistencia aeróbica, de la flexibilidad y de la fuerza resistencia, fuerza velocidad y fuerza máxima

Elaboración y puesta en práctica de un plan de trabajo de una de las cualidades físicas relacionadas con la salud. Trabajos realizados en grupo y desarrollados en clase.

Toma de conciencia de la propia condición física y predisposición a mejorarla.

Relajación y respiración. Aplicación de técnicas y métodos de relajación de forma autónoma y valoración de dichos métodos para aliviar tensiones de la vida cotidiana.

Valoración de los efectos negativos de determinados hábitos (fumar, beber, sedentarismo,.) sobre la condición física y la salud. Actitud crítica ante dichos hábitos y frente al tratamiento de determinadas prácticas corporales por los medios de comunicación.

Primeras actuaciones ante las lesiones más comunes que pueden manifestarse en la práctica deportiva.

Bloque 2. Juegos y deportes.

Realización de juegos y deportes individuales, de adversario y colectivos de ocio y recreación.

Práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de deportes de adversario que precisen la utilización de un implemento.

Planificación y organización de torneos en los que se utilicen sistemas de puntuación que potencien las actitudes, los valores y el respeto de las normas.

Valoración de los juegos y deportes como actividades físicas de ocio y tiempo libre y de sus diferencias respecto al deporte profesional.

Aceptación de las normas sociales y democráticas que rigen en un trabajo en equipo.

Bloque 3. Expresión corporal.

Adquisición de directrices para el diseño de composiciones coreográficas.

Creación de composiciones coreográficas colectivas con apoyo de una estructura musical incluyendo los diferentes elementos: espacio, tiempo e intensidad.

Participación y aportación al trabajo en grupo en las actividades rítmicas.

Bloque 4. Actividades en el medio natural.

Relación entre la actividad física, la salud y el medio natural.

Participación en la organización de actividades en el medio natural de bajo impacto ambiental, en el medio terrestre o acuático. Posibilidad de desarrollo de Unidad Didáctica en Piscina

Realización de las actividades organizadas en el medio natural.

Toma de conciencia del impacto que tienen algunas actividades físico-deportivas en el medio natural.

CONTENIDOS DIDACTICOS .**DISTRIBUCION TEMPORAL DE CONTENIDOS POR CURSO**

A continuación se desarrolla la planificación anual prevista , determinando las correspondientes unidades didácticas por niveles y su temporalización prevista para el presente curso académico 2017/2018.

1º DE ESO

Unidades Didácticas	SEMANAS	SES
EVALUACIÓN INICIAL. TESTS DE VALORACIÓN TEÓRICA Y PRÁCTICA	1,2	4
U.D.1. CALENTAMIENTO Y CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS	3,4,5	6
U.D. 2. TAREAS MOTRICES BÁSICAS. HABILIDADES BÁSICAS	6	2
U.D. 3. JUEGOS Y DEPORTES POPULARES	7,8	4
U.D.4. DEPORTES COLECTIVOS. BALONCESTO	9,10,11,12	8
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN. PRUEBAS PRÁCTICAS Y TEÓRICAS	13	2
PREVIO VACACIONES NAVIDAD. SESIONES RECUPERACIÓN. REPASO UD ANT.	14	2
U.D. 5. CUALIDADES FÍSICAS. CONTINUACIÓN	1	2
U.D. 6 . COMBA	2,3	4
U.D. 7. BALONMANO	4,5,6	6
U.D. 8 JUEGOS Y DEPORTES. BADMINTON	7,8	4
J.D 9. DEPORTES ALTERNATIVOS. Malabares y pompones. Frisbees e Indica. Diabolo	9	2
U.D. 10. EXPRESIÓN CORPORAL. Juegos y actividades básicos. Baile colectivo	10,11,12	6
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN.PRUEBAS PRÁCT . Y TEOR	13,14	4
U.D. 11. VOLEIBOL. DEPORTES COLECTIVOS.	1,2,3,4	8
U.D. 12.ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA. Orientación con mapa. Senderismo	5,6,7	6
U.D. 13. ACTIVIDADES DE RECREACION. LIBRE	8,9	4
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN. PRUEBAS PRÁCT . Y TEOR	10	2
EVALUACIÓN FINAL		
Pruebas de recuperación extras y juegos variados fin curso	Fin curso	
Fin de curso previsto 25 de Junio de 2019		

2º DE ESO

Unidades Didácticas	Fechas	
EVALUACION INICIAL. TESTS DE VALORACIÓN TEORICA Y PRÁCTICA	1,2	4
U.D.1 CALENTAMIENTO. El control del Ejercicio Físico. Efectos en el Organismo. Elaboración de un calentamiento general.Test de valoración	3,4,5,	6

U.D. 2. DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS. Factores Resistencia. Factores Flexibilidad. Factores Fuerza. Factores Velocidad.	6	2
U.D. 3. MEJORA DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS. Acondicionamiento Físico. La recuperación tras el entrenamiento. Cont. CFB. Entren. En circuito	7,8	4
U.D.4. DEPORTES COLECTIVOS. BALONCESTO	9,10,11,12	8
U.D. 5. SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN. PRUEBAS PRÁCT. Y TEOR	13	2
PREVIO VACACIONES NAVIDAD. SESIONES RECUPERACIÓN Y JUEGOS VARIADOS	14	2
U.D. 6. Deporte Individual. ATLETISMO. Técnica de Carrera. Los relevos.	1	2
U.D. 7. Deporte colectivo. BALONMANO. Historia. Técnica y Táctica básicas. Juego en equipo. Reglamento básico.	2,3,4,5	8
U.D. 8. JUEGOS TRADICIONALES. Juegos populares y tradicionales de Fuerza	6,7	4
U.D. 9. EXPRESIÓN CORPORAL. El cuerpo. El espacio. El tiempo y la energía. Elementos facilitadores. Creatividad. Propuestas de trabajo	8,9	3
U.D. 10. BADMINTON. Historia. Técnica y Táctica básicas. Juego individual y dobles. Reglamento básico	10,11,12	6
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN. PRUEBAS PRÁCT. Y TEOR	12,14	4
U.D. 11. ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA. Senderismo y Orientación.	1,2,3	6
U.D. 12. DEPORTES ALTERNATIVOS. Indiacca, Frisbees.	4,5	4
U.D. 13. DEPORTE COLECTIVO. FUTBOL	6,7,8,9	8
SEMANAS DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN. PRUEBAS PRÁCT. Y TEOR EVALUACIÓN FINAL Y PRUEBAS DE RECUPERACIÓN	10	2
Fin de curso previsto 25 de Junio de 2019		

3º de ESO

Unidades Didácticas	Fechas	
EVALUACIÓN INICIAL. TEST DE VALORACIÓN TEÓRICA Y PRÁCTICA	1,2	4
U.D.1. DESARROLLO DEL CALENTAMIENTO. Beneficios del Ejercicio Físico. Efectos en el Organismo. Control de la intensidad del esfuerzo. Elaboración Calentamiento específico	3	2
U.D. 2. DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS. Resistencia. Flexibilidad. Fuerza. Velocidad.	4,5,6	6
U.D. 3. MEJORA DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS. El entrenamiento de Resistencia y Flexibilidad. Sistemas de Entrenamiento	7,8,9	6
U.D.4. Deporte Colectivo. Voleibol. Iniciación Parte I	10,11	4
U.D. 5. Deporte Colectivo Voleibol. Juego Colectivo. Parte II	12	2
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN. PRUEBAS PRÁCT. Y TEOR	13,14	4

U.D. 6. Deporte Individual. ATLETISMO. Técnica de carrera	1	2
U.D. 7. Deporte colectivo. BALONCESTO. Historia. Técnica y Táctica.	2,3,4,5	8
U.D. 8 . JUEGOS TRADICIONALES. Juegos colectivos de lanzamiento y golpeo. Beisbol.	6,7	4
U.D. 9 EXPRESIÓN CORPORAL. Comunicación No Verbal. Los gestos. La postura. Propuestas de trabajo	8,9	4
U.D. 10 BADMINTON. Historia.Técnica y Táctica básicas. Juego individual y dobles. Reglamento básico	10,11,12	6
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN.PRUEBAS PRÁCT . Y TEOR	13,14	4
U.D. 11.ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA. Senderismo y Orientación. Utilización del plano y brújula. Modalidades de Competición	1,2,3,	6
U.D. 12. DEPORTES ALTERNATIVOS. Indiacá, Balonkorf, Frisbees,	4,5,6	6
U.D.13 SELECCIÓN DEPORTE SELECCIÓN ALUMNADO. DEPORTE LIBRE	7,8	4
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN.PRUEBAS PRÁCT . Y TEOR EVALUACIÓN FINAL Y PRUEBAS DE RECUPERACIÓN	9,10	4
Fin de curso previsto 25 de Junio de 2019		

4º de ESO

Unidades Didácticas	Fechas	S
EVALUACION INICIAL. TESTS DE VALORACIÓN TEORICA Y PRÁCTICA	1	2
U.D.1. CONDICIÓN FISICA: CFB. Nutrición y alimentación. Normas generales	2,3,4,5	8
U.D. 2. . DEPORTES ADAPTADOS	6,7,8	6
U.D. 3 EXPRESIÓN CORPORAL.: Propuestas varias: Pirámides, Danza, Drama	9,10,11	6
U.D.4. TORNEO DE DEPORTES COLECTIVOS	12,13	4
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN.PRUEBAS PRÁCT . Y TEOR	14	2
U.D. 5. PLANIFICACIÓN RESISTENCIA.PRIMEROS AUXILIOS	1,2,3,4	8
U.D. 6 . BAILES DE SALON: Modalidades varias. Clásico, Moderno Tradicionales	5,6,7	6
U.D. 7. DEPORTES ALTERNATIVOS. Beisbol, Frisbee	8,9,10	6
U.D. 8 FLEXIBILIDAD. TECNICAS	11	2
U.D. 9.RUGBY. : EL rugby tag	12,13	4
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN.PRUEBAS PRÁCT . Y TEOR	14	2
U.D. 10. BADMINTON	1,2,3	4
U.D. 11. ACTIVIDADES FÍSICAS EN LA NATURALEZA. Orientación con brújula y mapa	4,5,6	4
U.D. 12. JUEGOS Y DEPORTES POPULARES	7,8	2
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN.PRUEBAS PRÁCT . Y TEOR EVALUACIÓN FINAL Y PRUEBAS DE RECUPERACIÓN	9,10	4
Fin de curso previsto 25 de Junio de 2019		

1º DE BACHILLERATO

Unidades Didácticas	Fechas Aprox	S
EVALUACION INICIAL. TESTS DE VALORACIÓN TEORICA Y PRÁCTICA	1,2	4
U.D.1. DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS. CFB	3,4	4
U.D. 2. TAREAS MOTRICES. HABILIDADES BASICAS. CONTINUACION CFB	5,6	4
U.D. 3. JUEGOS Y DEPORTES POPULARES. TRABAJOS GRUPALES	7,8,9	6
U.D.4.RITMO. DESARROLLO DE COREOGRAFIAS GRUPALES. PREPARACION	10,11,12	6
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN.PRUEBAS PRÁCT . Y TEOR	13,14	4
U.D. 5. CONDICION FÍSICA. ACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL	1,2,3	6
U.D. 6 . COMBA . TRABAJOS POR EQUIPOS CON DESARROLLOS GRUPO	4,5	4
U.D. 7.BALONMANO	6,7,8,9	8
U.D. 9.ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA. Orientación con mapa.	10,11,12	6
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN.PRUEBAS PRÁCT . Y TEOR	13,14	2
U.D. 10. EXPRESION CORPORAL. Finalización y presentación final baile colectivo	1,2,3	6
U.D. 11. DEPORTES ALTERNATIVOS. Malabares. Frisbee, Indica, Otros.	4,5	4
U.D.12. DEPORTE LIBRE SEGÚN PREFERENCIAS ALUMNADO	6,7,8	6
SEMANA DE VALORACIÓN Y EVALUACIÓN.PRUEBAS PRÁCT . Y TEOR	9,10	4
EVALUACIÓN FINAL Y PRUEBAS DE RECUPERACIÓN		

METODOLOGIA

Aspectos específicos de la metodología.

Nos referimos a los **Estilos de Enseñanza** propios del área y que estarán estrechamente relacionados con los contenidos a impartir, las actividades planteadas y con el tipo de alumnos. Siguiendo a Miguel Ángel Delgado en su libro "*Bases para una Didáctica de la Educación Física*":

Asignación de tareas: será el más utilizado al comienzo de cualquier contenido, salvo expresión corporal y sobre todo al principio de curso, para conseguir el control de la clase, así mismo será el más efectivo en este curso por las características de los alumnos en esta edad tan crítica.

Enseñanza recíproca: aunque no sea llevado de forma rígida, sí que se empleará en aspectos técnicos de los deportes.

Microenseñanza: se empleará en el caso de alumnos aventajados que dirigen al resto en un contenido determinado (por ejemplo técnica en un deporte), así como al trabajar los juegos autóctonos, juegos y/o deportes populares, alternativos, etc., que ciertos alumnos recogen y los exponen al resto del grupo.

Socialización: es el estilo ideal para los debates de cualquier contenido actitudinal o algún tema teórico.

Creatividad: sobre todo para los temas de expresión corporal. De cualquier modo se pondrá de manifiesto en los trabajos escritos, actividades individuales...

Resolución de problemas con actividades orientadas a la implicación directa del alumnado en la búsqueda de soluciones prácticas propias a las actividades realizadas

Mando Directo como elemento básico en la ordenación de los inicios de actividades en general y como complemento a los anteriores cuando sea necesario

Gamificación

Aprendizaje basado en proyectos

Flipped classroom

RECURSOS DIDÁCTICOS.

Nos referimos no sólo a recursos materiales, sino también a recursos impresos, medios audiovisuales y medios informáticos.

Para ser coherentes con los planteamientos de la reforma los materiales para el trabajo de los alumnos y profesor, deberán tener estas características:

Deben ofrecer al profesor vías de análisis y reflexión para que pueda adaptarlos con más facilidad a las condiciones concretas en las que va a desarrollar su trabajo.

Han de estar en consonancia con las actividades que se plantean

Deben referirse a los tres tipos de contenidos: conceptos, procedimientos y actitudes.

Deben respetar la atención a los distintos ritmos de aprendizaje de los alumnos. Esto se traduce en ofrecer una amplia gama de materiales didácticos que correspondan a diferentes grados de aprendizaje, siempre limitados por las posibilidades presupuestarias existentes.

La multiplicidad de funciones que deben cumplir los materiales curriculares apunta a unos criterios de diversidad y variedad.

Recursos materiales

A principios de cada curso se estudian las necesidades tanto de reparación y mantenimiento, como de adquisición de material, en función de las nuevas actividades que se quieran incorporar, presentándose un presupuesto al equipo directivo. Actualmente el material existente en el departamento es el siguiente: (para más información ver el inventario del departamento)

Balones de baloncesto, balonmano, voleibol, fútbol-sala, gimnasia rítmica, de goma variados.

Balones medicinales.

Raquetas de bádminton y palas de tenis de mesa.

Discos voladores. Frisbees

Indiacas

Sticks y pelotas de hockey.

Cuerdas.

Vallas, conos y picas.

Material alternativo variado

Material del gimnasio: espalderas, plintos, potro, colchonetas quitamiedos, colchonetas finas , bancos suecos , postes de bádminton, saltómetros y pizarra.

Material de las pistas: canastas de baloncesto y porterías de fútbol-balonmano.

Recursos impresos

Libro "*Educación Física*" de la Editorial Teide para 4º de ESO y Editorial Bruño para 1º, 2º y 3º, siendo utilizados a discreción del profesorado cuando sea necesario. En principio no se establece como obligatorio el uso del libro de texto, utilizándose los recursos teóricos disponibles en Internet a discreción del profesorado con fichas de trabajo diseñadas específicamente para contenidos concretos

Medios audiovisuales.

Reproductor de CD para contenidos musicales. (En mal estado)

Pizarras Electrónicas. En aulas ordinarias

Medios informáticos.

Estos medios son de incorporación inminente y actual a la enseñanza y son cada vez más usados por los jóvenes. Es necesario que el profesor eduque en el uso correcto de los mismos y en su aprovechamiento educativo-formativo. Al ser un centro TIC disponemos de acceso a los medios que nos facilita la informática, al menos en la teoría ya que la realidad es que este Departamento no tiene acceso a los medios disponibles por estar ocupadas las aulas que disponen de estos medios permanentemente y ser el único departamento del centro que no tiene acceso a Internet directo como el resto

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

La Educación Física es un área que ofrece una gran variedad de posibilidades para hacer adaptaciones curriculares con las que atender a la diversidad de los alumnos; sin interrumpir el desarrollo normal de la clase, se puede trabajar por grupos de nivel, ocuparse de unos alumnos determinados mientras el resto de la clase realizan otras tareas que se les ha asignado, hacer que los alumnos de mayor nivel colaboren en el aprendizaje de los que tienen un nivel inferior, etc.

Asimismo y en especial en el desarrollo del programa de atención a la diversidad, solamente se harán en caso necesario, adaptaciones curriculares **No Significativas**

Presentamos a continuación las orientaciones metodológicas que nuestro departamento propone para los alumnos y alumnas con necesidades educativas especiales :

- Plantear las actividades de forma que cualquier alumno del grupo pueda echar una mano en un momento dado al compañero que presente alguna dificultad.
- Tener en cuenta siempre , en la presentación de los contenidos que se van a trabajar, que los canales de información sean los más adecuados en cada caso. (Ej.:auditivo, visual,...)
- Introducir actividades individuales cuando sea necesario afianzar algún contenido. En el caso de que el alumno , a causa de su discapacidad (por ejemplo al tener una lesión), no pueda participar, se planteará una específica para él.
- Cuando surjan dificultades o conflictos en alguna actividad, se puede plantear que todos los alumnos participen en la búsqueda de la solución más adecuada.
- Utilizar estrategias para centrar la atención del grupo en aquello que es verdaderamente importante. A veces , los alumnos con dificultades de aprendizaje, demandan que la información esté más focalizada.
- Proponer las actividades con distintos niveles de dificultad o con distintas adaptaciones.
- Asignar tareas o funciones específicas para alumnos exentos, dentro del desarrollo de algunos juegos o actividades, organizando el material, colaborando en la toma de tiempos, observando y dando conocimiento de resultados, rellenando fichas de trabajo, etc..

Si bien todos los temas son tratados con el suficiente carácter básico, también se realiza con una profundidad como para atender a cualquier demanda que pueda darse en los alumnos y alumnas. Además la importancia concedida a la evaluación inicial al comienzo de cada U.D. permite conocer tanto las capacidades como los intereses y motivaciones del alumnado, para poder de esta manera adoptar las diferentes medidas de atención a la diversidad.

Los **procedimientos** pueden ser realizados por la totalidad de los alumnos, según su capacidad, excepto por aquellos que por prescripción facultativa estén exentos de alguna practica física en concreto, en cuyo caso ejercerán de ayudantes del profesor o colaboradores del resto de compañeros (en otros casos realizan una ficha de las tareas que se realizan en clase). El profesor, debe tener presente que la calidad del movimiento debe ser exigido al alumno según su capacidad y nunca debe ser exigido en términos de rendimiento deportivo.

El ejercicio debe ser un recurso para educar al alumno para una vida activa normal y para que disponga de herramientas para desarrollar una vida sana. Igualmente nos servirá para evaluar la capacidad de aprendizaje y la voluntad del alumno. No es importante que un alumno sepa meter una canasta de baloncesto o que realice una paloma en gimnasia, como objetivos en si mismos. El meter la canasta o realizar la paloma, únicamente nos interesa como instrumento:

- 1º) Para cubrir ciertas deficiencias o para reafirmar su potencialidad.
- 2º) Como instrumento de maduración de su inteligencia.
- 3º) Como descubrimiento de actividades para el tiempo libre.

En este sentido trataremos de conseguir lo siguiente:

1º) Detectar posibles deficiencias y poner al alumno en el camino de superación de éstas, que no sólo son de índole físico, también lo son del orden pedagógico. El profesor indagará si ese fracaso en Matemáticas o Lengua se debe a deficiencias coordinativas o percepciones espacio temporales, o por el contrario tienen lateralidades no definidas o no reeducadas.

2º) Haciendo nuestro lo de "si quieres a un amigo no le des un pez, dale una caña y enséñale a pescar". En Educación Física no trataremos de hacer un campeón, eso vendrá por añadidura si el alumno está interesado en la práctica deportiva. Nuestro objetivo es que tenga los instrumentos para tener una vida de adulto sana y para que se sienta bien consigo mismo. En otras palabras que sepa como mantener en perfecto funcionamiento todo su cuerpo de acuerdo con el estadio en que se encuentre en su evolución como ser humano, que desarrolle una vida laboral y una vida de ocio en perfecta armonía con las diferentes facetas de su personalidad, social, física, afectiva y cognitiva.

Por esta razón el profesor de Educación Física debe tratar más que nadie de impartir la docencia de acuerdo con la diversidad de capacidades del alumnado, que por otra parte es una práctica que se viene realizando ya en la mayoría de los profesores desde hace tiempo.

Como conclusión podemos decir que las actividades se han diseñado con un doble objetivo: Por una parte consolidar los aprendizajes conseguidos y por otra atender la diversidad del alumnado.

EVALUACION- CRITERIOS DE EVALUACION Y ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

Se remite la información contenida en las paginas 312 a 317 del Real Decreto 1105/2014 de 26 De Diciembre, BOE del 3 de Enero de 2015, donde se desarrollan de manera simultanea los criterios de evaluación y Estándares de Aprendizaje Evaluables para las enseñanzas obligatorias, en 1º ciclo de ESO (1º,2º y 3º cursos) y en el 2º ciclo (4º de ESO) , así como para 1º curso de Bachillerato.

TEMAS TRANSVERSALES.

Destacan aspectos que tienen importancia relevante en nuestra sociedad, aunque no tienen tratamiento explícito en los diversos currículos educativos, si lo tienen de una forma implícita.

Estos temas deben tener un tratamiento interdisciplinar en el que la Educación Física vuelve a tomar un papel protagonista, ya que sus características y peculiaridades la destacan como posible área organizadora de muchos de ellos.

Cultura Andaluza

Los contenidos propios de la Cultura Andaluza que se pueden y deben tratar en el área de Educación Física tienen que ver con dos aspectos fundamentales: los juegos y deportes tradicionales y las danzas andaluzas.

En cuanto a los deportes y juegos propios de Andalucía , en la programación del área de E.F. se tratan en general en todos los cursos y de forma especial en primer ciclo, ya que creemos que es el momento idóneo para que los alumnos puedan conectar, gracias a la edad y evolución natural, con su experiencia vivencial. El mismo currículo de la Consejería señala como uno de los objetivos del área el "*Conocer, valorar y practicar los juegos y deportes habituales de su entorno*". Y en los comentarios se añade: "*En especial hay que destacar la práctica de juegos tradicionales andaluces*".

La propuesta dinámica consiste en mostrar al alumnado la importancia de conservar estos juegos y deportes propios de nuestra Comunidad, y de saber describirlos y analizarlos utilizando los parámetros generales para la clasificación y análisis de los juegos tradicionales. No se trata, por tanto, de enseñar a los alumnos algo que sin duda ya conocerán, sino más bien de inducirles a reflexionar sobre estas prácticas que serán habituales en sus momentos de recreo.

En cuanto a las danzas, se atiende a ellas en varios momentos a distintos niveles de profundización didáctica. Cabe recordar, sin embargo , que desde el área de Educación física hay que tratar solamente una parte de este tipo de contenidos: la que se relaciona más directamente con las actividades de índole física. El objetivo se especifica en el currículo de la Consejería: "*Entender, valorar y utilizar las posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo como enriquecimiento vivencial*".

Mi propuesta curricular ha partido del supuesto de que los alumnos adolescentes ya conocerán de forma práctica y a un nivel básico las danzas andaluzas (generales o peculiares de cada provincia o comarca) . Se trata ahora de mostrar el valor significativo y de reflexionar sobre este elemento de la cultura y del folclore andaluz, tan vivo y tan importante como elemento de comunicación personal y colectiva.

Además de los aspectos específicos citados, la Cultura Andaluza puede estar presente en muchas otras actividades del área.

Educación para la Salud.-

Nuestras prácticas están dirigidas no sólo a mejorar la salud, la EF hace que el alumno tenga los conocimientos necesarios para mantenerla. Todos nuestros contenidos caminan hacia ello. Son muchos los hábitos que en nuestra sociedad son contrarios a la salud (estrés, tabaquismo, drogas, sobrealimentación, ...), por ello nuestra actuación como profesores de EF va a ser clave en la promoción de conductas alternativas, relacionadas con la vida sana y el deporte, así como de un espíritu crítico hacia todas aquellas conductas contrarias a la salud.

Educación para la convivencia.-

Un medio idóneo para la realización de actividad es el juego, que está basado en la colaboración y convivencia de nuestros congéneres. Para poder jugar no podemos destrozarnos nuestro propio juguete, nuestro cuerpo y nuestro compañero de juego. Además los juegos y los deportes están basados en unas reglas cuyo cumplimiento y respeto implican la asunción de unos valores de alto contenido educativo, como son la no violencia, la solidaridad y cooperación, aceptación de la derrota, autoestima, etc.

Educación para la paz.-

Mediante el juego el alumno aprende a respetar unas reglas y respetar a su oponente en el juego, sabe sacar consecuencias de la derrota y de la victoria, por lo que aprende a respetar al oponente. Cuando perdemos, debemos analizar las causas de la derrota y nunca menospreciar al contrario. La derrota nos servirá como incentivo para nuestra propia superación. Si ganamos es siempre un incentivo agradable y gratificante para seguir jugando.

Educación para la igualdad entre los sexos.-

La Educación Física nos enseña que nadie es más que otros. Si bien hay parámetros que unos tienen superiores a los otros a consecuencia de factores sociales y fisiológicos, son diferencias que en ningún caso pueden ser criterio de agrupamientos o distribución de actividades, más bien son diferencias que nos hacen iguales en la diversidad y que en una labor de equipo se complementan perfectamente.

Educación ambiental.-

El medio puede ser nuestro mejor aliado para la práctica de ejercicio físico. Además la EF actual incluye contenidos como las actividades realizadas en el medio natural, que nos permiten no sólo educar en las posibilidades que nos ofrece el medio natural para nuestra puesta en forma y el disfrute del tiempo libre, sino que también se puede concienciar en la defensa y conservación de este medio, que a menudo está en peligro.

Educación multicultural.-

La práctica de ejercicio físico siempre va acompañada de cargas culturales. El alumno lo puede observar mediante el estudio de la evolución del juego. Mediante este estudio puede observar cómo cambia el juego por razones culturales, económicas etc.

ASPECTOS BÁSICOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

1. Elaborar y poner en práctica de manera autónoma pruebas de valoración de la condición física orientadas a la salud.

Mediante este criterio se pretende comprobar que el alumnado es capaz de evaluar por sí mismo su nivel de condición física inicial, fundamentalmente en aquellas cualidades físicas directamente relacionadas con la salud, es decir resistencia aeróbica, fuerza-resistencia y flexibilidad.

El alumnado preparará cada prueba, la ejecutará y registrará el resultado, obteniendo así la información necesaria para iniciar su propio programa de actividad física y salud.

2. Realizar de manera autónoma un programa de actividad física y salud, utilizando las variables de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad.

A través de este criterio se evaluará la elaboración de un programa de actividad física para la mejora de la condición física, organizando los componentes de volumen, frecuencia e intensidad de forma sistemática durante un período de tiempo, y adaptándolos al tipo de actividad física elegida. De esta manera, se comprobará el incremento del nivel de la condición física respecto al estado de forma inicial y también el proceso que ha llevado a la mejora. Asimismo, se podrá valorar en el programa el uso autónomo de técnicas de relajación.

3. Organizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles en el centro y en sus inmediaciones.

Este criterio permite valorar la participación en la organización de actividades físicas atendiendo a criterios organizativos básicos, tales como la utilización racional del espacio, el uso del material y su control, la participación activa, el diseño de normas y su cumplimiento o la conducción de las actividades.

4. Demostrar dominio técnico y táctico en situaciones reales de práctica en el deporte individual, colectivo o de adversario seleccionado.

A través de este criterio se constatará si se es capaz de resolver situaciones motrices en un contexto competitivo, utilizando de manera adecuada los elementos técnicos y tácticos propios de cada disciplina deportiva.

5. Elaborar composiciones corporales colectivas, teniendo en cuenta las manifestaciones de ritmo y expresión, cooperando con los compañeros.

El objetivo de este criterio es evaluar la participación activa en el diseño y ejecución de composiciones corporales colectivas, en las que se valorará la originalidad, la expresividad, la capacidad de seguir el ritmo de la música, el compromiso, la responsabilidad en el trabajo en grupo y el seguimiento del proceso de elaboración de la composición.

6. Realizar, en el medio natural, una actividad física de bajo impacto ambiental, colaborando en su organización.

Con este criterio se valorarán dos aspectos complementarios.

Por un lado, el alumnado realizará una actividad física en el medio natural, preferentemente fuera del centro, aplicando las técnicas de esa actividad. Por otro lado, identificará los aspectos necesarios para llevarla a cabo, como la recogida de información sobre la actividad (lugar, duración, precio, clima...), el material necesario el nivel de dificultad.

Las líneas maestras que definen la intervención didáctica del docente, pueden ser las marcadas en la etapa anterior, manteniéndose la necesidad de entender la Educación

Física como cultura, cultura para la salud dinámica y para la utilización constructiva del ocio, principales espacios de convergencia de la mayoría de los ciudadanos y ciudadanas con la actividad física y el deporte. Desde la salud dinámica, habrá que abrir al alumnado la puerta de los conceptos, principios y procedimientos básicos que van a sustentar la práctica saludable de la actividad física, facultándole para la planificación y realización autónoma de su propia práctica. Por otro lado, el conocimiento de las diversas posibilidades que ofrecen las actividades motrices para una utilización constructiva del ocio, debe ser otro espacio en el que se debe profundizar en esta etapa, haciendo especial incidencia en los juegos y los deportes, en las actividades recreativas, rítmicas y expresivas y en el entorno natural, sin olvidar la incorporación de las nuevas tendencias en relación a la cultura del cuerpo.

La Educación Física debe contribuir activamente al logro de las capacidades generales de la etapa. En este sentido, hay que recordar que las conductas motrices son el espacio ideal de manifestación de actitudes sociales e individuales, que deben ser orientadas hacia la asunción de los principios y valores que rigen la convivencia democrática.

En consecuencia, es muy importante recordar que las relaciones entre géneros deben ser sensiblemente respetuosas de sus matices diferenciadores y a la vez integradora, en la medida en que personas de ambos sexos comparten todos los ámbitos y funciones propias de la vida social. La convivencia pacífica y armoniosa entre géneros se construye desde unas relaciones interpersonales de igualdad, alejadas de falsas etiquetas y estereotipos. Este aprendizaje puede y tiene que tener lugar también en el ámbito de la Educación Física, porque constituye un contexto muy dado a los clichés sociales y a la asignación de roles erróneos. También a éste, propiciando su participación y compromiso con el ejercicio de los valores que se derivan de ellos. Desde esta perspectiva, la evaluación cobra especial valor como proceso de maduración personal del alumnado, desde el ejercicio de la responsabilidad y la autonomía.

Por último, hay que recordar que la Educación Física debe orientar sus objetivos hacia el logro de una práctica regular de actividades físicas por parte del alumnado, adecuada a sus intereses, al nivel de destreza alcanzado y a sus propias posibilidades. Pero esta práctica perdería parte de su valor si no fuese capaz de contribuir a generar actitudes positivas de respeto y tolerancia desde el reconocimiento y la aceptación de las limitaciones propias y de los demás.

CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN

La evaluación es un proceso que en Enseñanza Secundaria y bachillerato se desarrolla a lo largo del curso de manera Continua, Formativa e Integradora por un lado y Continua y Diferenciada según hablemos de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato respectivamente, según se establece en la normativa vigente a nivel estatal en el Real Decreto 1105/2014 de 26 de Diciembre, B.O.E. de 3 de Enero, desarrollado normativamente a nivel autonómico en Andalucía por los decretos 110/2016 de 14 de Junio para Bachillerato y 111/2016 de 14 de Junio para ESO, por la que se desarrolla el currículo vigente en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

Los criterios son los siguientes:

Criterios de evaluación 1º ESO

1. Recopilar actividades, juegos, estiramientos y ejercicios de movilidad articular apropiados para el calentamiento y realizados en clase.

Se comprobará que el alumnado, una vez ha realizado en clase juegos y ejercicios diversos para calentar, propuestos por el profesorado, recoge en soporte escrito o digital ejercicios que pueden ser utilizados en el calentamiento de cualquier actividad física.

2. Identificar los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida cotidiana.

Se pretende analizar si el alumnado, durante la práctica de actividad física, identifica y lleva a cabo determinados hábitos, como por ejemplo usar la indumentaria adecuada, hidratarse durante la actividad o atender a su higiene personal después de las sesiones. El alumnado, igualmente, deberá reconocer las posturas adecuadas en las actividades físicas que se realicen y en acciones de la vida cotidiana como estar sentado, levantar cargas o transportar mochilas.

3. Incrementar las cualidades físicas relacionadas con la salud trabajadas durante el curso respecto a su nivel inicial.

Con este criterio se pretende que el alumnado se muestre autoexigente en su esfuerzo para mejorar los niveles de las cualidades físicas relacionadas con la salud. Para la evaluación se deberá tener en cuenta, sobre todo, la mejora respecto a sus propios niveles iniciales en las capacidades de resistencia aeróbica, fuerza resistencia y flexibilidad, y no sólo el resultado obtenido.

4. Mejorar la ejecución de los aspectos técnicos fundamentales de un deporte individual, aceptando el nivel alcanzado.

Mediante este criterio se evaluará la progresión de las capacidades coordinativas en las habilidades específicas de un deporte individual. Además se observará si hace una autoevaluación ajustada de su nivel de ejecución, y si es capaz de resolver con eficacia los problemas motores planteados.

5. Realizar la acción motriz oportuna en función de la fase de juego que se desarrolle, ataque o defensa, en el juego o deporte colectivo propuesto.

El alumnado deberá demostrar que en situaciones de ataque intenta conservar el balón, avanzar y conseguir la marca, seleccionando las acciones técnicas adecuadas; y en situaciones de defensa intenta recuperar la pelota, frenar el avance y evitar que los oponentes consigan la marca. Dentro de este criterio también se tendrán en cuenta los aspectos actitudinales relacionados con el trabajo en equipo y la cooperación.

6. Elaborar un mensaje de forma colectiva, mediante técnicas como el mimo, el gesto, la dramatización o la danza y comunicarlo al resto de grupos.

Se pretende evaluar la capacidad de elaborar colectivamente un mensaje y comunicarlo, escogiendo alguna de las técnicas de expresión corporal trabajadas. Se analizará la capacidad creativa, así como la adecuación y la puesta en práctica de la técnica expresiva escogida. También se podrán evaluar todos aquellos aspectos relacionados con el trabajo en equipo en la preparación de la actividad final.

7. Seguir las indicaciones de las señales de rastreo en un recorrido por el centro o sus inmediaciones.

El alumnado deberá identificar el significado de las señales necesarias para completar el recorrido y, a partir de su lectura, seguirlas para realizarlo en el orden establecido y lo más rápido posible. También se valorará en este criterio la capacidad de desenvolverse respetuosamente con el entorno físico y social en el que se desarrolle la actividad.

Criterios de evaluación para 2º ESO

1. Incrementar la resistencia aeróbica y la flexibilidad respecto a su nivel inicial.

Se pretende comprobar que el alumnado es autoexigente en su esfuerzo para mejorar los niveles de resistencia y flexibilidad, sesiones. Se deberá tener en cuenta la mejora respecto a su propio nivel inicial, y no sólo respecto al resultado obtenido.

2. Reconocer a través de la práctica, las actividades físicas que se desarrollan en una franja de la frecuencia cardiaca beneficiosa para la salud.

En relación a los conceptos, se evaluará si el alumnado calcula su zona de trabajo óptima a partir de un cálculo porcentual de su frecuencia cardiaca máxima teórica. Posteriormente, en cuanto a los procedimientos, analizará si diferentes actividades físicas se encuentran dentro del intervalo de lo que se considera una actividad aeróbica.

3. Mostrar autocontrol en la aplicación de la fuerza y en la relación con el adversario, ante situaciones de contacto físico en juegos y actividades de lucha.

Este criterio servirá para comprobar si el alumnado aplica la fuerza de forma proporcionada atendiendo a la variabilidad de la situación y aplicando de forma correcta las técnicas enseñadas. También se valorará la capacidad de mostrarse respetuoso con el oponente, realizando la actividad de lucha dentro de las normas establecidas.

4. Manifestar actitudes de cooperación, tolerancia y deportividad tanto cuando se adopta el papel de participante como el de espectador en la práctica de un deporte colectivo.

El alumnado participará en situaciones competitivas del deporte colectivo escogido. Se valorará su capacidad de implicarse y esforzarse en cumplir las responsabilidades que le asigna su propio equipo. También se valorará el respeto a las normas, al árbitro, a los propios compañeros y a los oponentes, así como la aceptación del resultado.

Cuando actúe como espectador se valorará, la capacidad de mostrarse participativo y motivado por la competición y el respeto a jugadores, al árbitro y sus decisiones.

5. Crear y poner en práctica una secuencia armónica de movimientos corporales a partir de un ritmo escogido.

El alumnado deberá escoger un ritmo y seleccionar una secuencia de movimientos para desarrollarlos armónicamente.

Se valorará la adecuación de la secuencia al ritmo, así como la capacidad creativa y la desinhibición personal en la preparación y ejecución de la actividad.

6. Realizar de forma autónoma un recorrido de sendero cumpliendo normas de seguridad básicas y mostrando una actitud de respeto hacia la conservación del entorno en el que se lleva a cabo la actividad.

El alumnado será capaz de realizar el recorrido de forma autónoma cumpliendo unas normas de seguridad básicas como llevar una indumentaria adecuada, seguir el sendero y contar con todo el material necesario para completar el recorrido, También se evaluará la capacidad de usar recipientes donde depositar los residuos producidos durante la marcha, o cómo evolucionar por terrenos sin perjudicar la flora y la fauna del entorno.

Criterios de evaluación 3º ESO

1. Relacionar las actividades físicas con los efectos que producen en los diferentes aparatos y sistemas del cuerpo humano, especialmente con aquéllos que son más relevantes para la salud.

Se pretende saber si el alumnado conoce los aparatos y sistemas sobre los que incide la práctica de ejercicio físico, así como las adaptaciones que ésta produce. Se hará hincapié en aquellos aparatos y sistemas más directamente relacionados con la salud, es decir, básicamente al aparato cardiovascular y el aparato locomotor. Asimismo deberá mostrar la repercusión que dichos cambios tienen en la calidad de vida y en la autonomía de las personas en el curso de su vida.

2. Incrementar los niveles de resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia a partir del nivel inicial, participando en la selección de las actividades y ejercicios en función de los métodos de entrenamiento propios de cada capacidad.

El alumnado conocerá un abanico de actividades y ejercicios que deberá combinar para, a partir de los métodos de entrenamiento establecidos por el profesorado, incrementar el nivel de las capacidades físicas citadas. Por lo tanto, deberá desarrollar un trabajo regular, autónomo y responsable encaminado al incremento de las cualidades físicas relacionadas con la salud, de acuerdo a sus posibilidades y basado en el esfuerzo diario.

3. Realizar ejercicios de acondicionamiento físico atendiendo a criterios de higiene postural como estrategia para la prevención de lesiones.

Este criterio evalúa la ejecución correcta de muchos ejercicios, sobre todo de fuerza muscular y de flexibilidad que, realizada incorrectamente, pueden resultar potencialmente peligrosos para la salud del alumnado. Además deberá aplicar las pautas de movimiento facilitadas para transferirlas a las posiciones corporales de las actividades cotidianas.

4. Reflexionar sobre la importancia que tiene para la salud una alimentación equilibrada a partir del cálculo de la ingesta y el gasto calórico, en base a las raciones diarias de cada grupo de alimentos y de las actividades diarias realizadas.

El alumnado calculará el aporte calórico de la ingesta y el consumo, reflexionando posteriormente sobre la importancia de mantener un equilibrio diario entre ambos aspectos. Así mismo, deberá ser consciente de los riesgos para la salud y las enfermedades que se derivan de los desequilibrios que se puedan producir entre la ingesta y el gasto calórico.

5. Resolver situaciones de juego reducido de uno o varios deportes colectivos, aplicando los conocimientos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos.

Se deberá valorar prioritariamente la toma de decisiones necesaria para la resolución de situaciones de juego reducido más que la ejecución técnica de las habilidades que se desarrollan. Las situaciones escogidas serán aplicables a la mayoría de los deportes colectivos trabajados, fomentarán la participación del alumnado y simplificarán los mecanismos de decisión.

6. Realizar bailes por parejas o en grupo, indistintamente con cualquier miembro del mismo, mostrando respeto y desinhibición.

El alumnado deberá interactuar directamente con sus compañeros y compañeras, respetándose y adaptándose a cada uno de ellos. En la propuesta de formas jugadas o bailes se plantearán actividades donde la distancia y el contacto directo entre los integrantes sea variable, de menor a mayor proximidad entre los participantes, y serán seleccionadas en función de las características del grupo.

7. Completar una actividad de orientación, preferentemente en el medio natural, con la ayuda de un mapa y respetando las normas de seguridad.

Se pondrá en juego la capacidad del alumnado para completar una actividad en la que deberá orientarse con la ayuda de un mapa y si se considera pertinente, con la ayuda de otros métodos de orientación, atendiendo a las medidas de seguridad en relación sobre todo a la ropa y calzado adecuado, a la hidratación, al uso de mapas, etc. Cada centro elegirá el espacio para realizar la actividad en función de sus instalaciones y su entorno, priorizando el hecho de llevar a cabo dicha actividad en un entorno natural.

Criterios de evaluación para 4º ESO

1. Planificar y poner en práctica calentamientos autónomos respetando pautas básicas para su elaboración y atendiendo a las características de la actividad física que se realizará.

Se trata de comprobar si el alumnado ha adquirido una relativa autonomía en la planificación y puesta en práctica de calentamientos adecuados a las pautas y características requeridas para que sean eficaces. Se observará también que sean adecuados a la actividad física que se realizará.

2. Analizar los efectos beneficiosos y de prevención que el trabajo regular de resistencia aeróbica, de flexibilidad y de fuerza resistencia suponen para el estado de salud.

Con este criterio de evaluación se pretende que el alumnado conozca los efectos y las adaptaciones generales que el trabajo continuado de cada cualidad física relacionada con la salud supone para el organismo y para la mejora del estado del mismo. También deberá reconocer los riesgos que comporta el déficit de actividad física diaria para la salud y la calidad de vida.

3. Diseñar y llevar a cabo un plan de trabajo de una cualidad física relacionada con la salud, incrementando el propio nivel inicial, a partir del conocimiento de sistemas y métodos de entrenamiento.

A partir de la práctica y desarrollo de los sistemas y métodos de entrenamiento de las cualidades relacionadas con la salud, el alumnado elaborará un plan de trabajo de una de esas cualidades, con el objetivo de mejorar su nivel inicial. Se hará necesario guiar al alumnado en todo el proceso y proporcionar unas pautas básicas para el desarrollo del plan y recursos materiales que le permitan compilar ejercicios y actividades para el trabajo de la cualidad que ha decidido mejorar.

4. Resolver supuestos prácticos sobre las lesiones que se pueden producir en la vida cotidiana, en la práctica de actividad física y en el deporte, aplicando unas primeras atenciones.

El alumnado demostrará tener un conocimiento teórico- práctico básico de las actuaciones que deben llevarse a cabo ante lesiones que puedan producirse en su entorno habitual y, concretamente, en la práctica de actividad física. Se incidirá muy especialmente en los aspectos preventivos y en aquéllos que evitan la progresión de la lesión. El alumnado aprenderá por ejemplo a limpiar una herida o aplicar frío ante un traumatismo músculo-esquelético.

5. Manifestar una actitud crítica ante las prácticas y valoraciones que se hacen del deporte y del cuerpo a través de los diferentes medios de comunicación.

Con este criterio se pretende que el alumnado, a partir del análisis de la información que ofrecen los medios de comunicación: prensa, revistas para adolescentes, Internet, radio, TV, aborde temáticas vinculadas al deporte y al cuerpo, vigentes en la sociedad y analice de forma crítica temas como la imagen corporal, los estilos de vida en la sociedad actual, los valores de las diferentes vertientes del deporte o la violencia y la competitividad.

6. Participar en la organización y puesta en práctica de torneos en los que se practicarán deportes y actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.

El alumnado colaborará en la organización de situaciones deportivas competitivas de los diferentes deportes realizados a lo largo de la etapa, además de participar activamente en las mismas. En estos

encuentros, auto gestionados por el propio alumnado, se valorará en cuanto a la organización aspectos como la iniciativa, la previsión y la anticipación ante posibles desajustes; en cuanto a la práctica, aspectos como la participación activa, la colaboración con los miembros de un mismo equipo y el respeto por las normas y por los adversarios.

7. Participar de forma desinhibida y constructiva en la creación y realización de actividades expresivas colectivas con soporte musical.

El alumnado deberá participar activamente en el diseño y ejecución de coreografías sencillas con soporte musical en pequeños grupos, en las que se valorará la capacidad de seguir el ritmo de la música, la expresividad del cuerpo, la originalidad de la coreografía, así como el seguimiento del trabajo de cada grupo a lo largo del proceso de creación de la coreografía.

8. Utilizar los tipos de respiración y las técnicas y métodos de relajación como medio para la reducción de desequilibrios y el alivio de tensiones producidas en la vida cotidiana.

Con este criterio de evaluación se pretende que el alumnado sea capaz de aplicar autónomamente tipos de respiración y las técnicas y los métodos de relajación aprendidos a lo largo de la etapa. Se tendrán en cuenta indicadores tales como la localización y control de la respiración, la concentración, la disociación de sensaciones de tensión-relajación o frío-calor y las sensaciones corporales después de su uso.

* Desde el Departamento de Educación Física se plantean unos **niveles mínimos** que todo alumno o alumna habrá de superar:

1. Realizar de manera autónoma actividades de calentamiento de tipo general.
2. Identificar las capacidades físicas que se están desarrollando en la práctica de distintas actividades físicas .
3. Haber incrementado las capacidades físicas de acuerdo con el momento de desarrollo motor.
4. Aplicar las habilidades específicas adquiridas a situaciones reales de práctica de actividades físico-deportivas, prestando una especial atención a los elementos de ejecución.
5. Ajustar progresivamente la propia ejecución de las habilidades específicas a los problemas planteados en las tareas motrices deportivas, evaluando la adecuación de la ejecución al objetivo previsto.
6. Expresar y comunicar de forma individual y colectiva, estados emotivos e ideas utilizando las combinaciones de algunos elementos de la actividad física.
7. Coordinar las acciones propias con las del equipo interpretando con eficacia la táctica para lograr la cohesión y eficacia cooperativas.
8. Participar en la búsqueda y realización de actividades y juegos propios del territorio.

1º BACHILLERATO. Criterios de Evaluación y estándares de aprendizaje evaluables

1. Planificar y poner en práctica calentamientos autónomos respetando pautas básicas para su elaboración y atendiendo a las características de la actividad física que se realizará.

Se trata de comprobar si el alumnado ha adquirido una relativa autonomía en la planificación y puesta en práctica de calentamientos adecuados a las pautas y características requeridas para que sean eficaces. Se observará también que sean adecuados a la actividad física que se realizará.

2. Analizar los efectos beneficiosos y de prevención que el trabajo regular de resistencia aeróbica, de flexibilidad y de fuerza resistencia suponen para el estado de salud.

Con este criterio de evaluación se pretende que el alumnado conozca los efectos y las adaptaciones generales que el trabajo continuado de cada cualidad física relacionada con la salud supone para el organismo y para la mejora del estado del mismo. También deberá reconocer los riesgos que comporta el déficit de actividad física diaria para la salud y la calidad de vida.

3. Diseñar y llevar a cabo un plan de trabajo de una cualidad física relacionada con la salud, incrementando el propio nivel inicial, a partir del conocimiento de sistemas y métodos de entrenamiento.

A partir de la práctica y desarrollo de los sistemas y métodos de entrenamiento de las cualidades relacionadas con la salud, el alumnado elaborará un plan de trabajo de una de esas cualidades, con el objetivo de mejorar su nivel inicial. Se hará necesario guiar al alumnado en todo el proceso y proporcionar unas pautas básicas para el desarrollo del plan y recursos materiales que le permitan compilar ejercicios y actividades para el trabajo de la cualidad que ha decidido mejorar.

4. Resolver supuestos prácticos sobre las lesiones que se pueden producir en la vida cotidiana, en la práctica de actividad física y en el deporte, aplicando unas primeras atenciones.

El alumnado demostrará tener un conocimiento teórico- práctico básico de las actuaciones que deben llevarse a cabo ante lesiones que puedan producirse en su entorno habitual y, concretamente, en la práctica de actividad física. Se incidirá muy especialmente en los aspectos preventivos y en aquéllos que evitan la progresión de la lesión. El alumnado aprenderá por ejemplo a limpiar una herida o aplicar frío ante un traumatismo músculo-esquelético.

5. Manifestar una actitud crítica ante las prácticas y valoraciones que se hacen del deporte y del cuerpo a través de los diferentes medios de comunicación.

Con este criterio se pretende que el alumnado, a partir del análisis de la información que ofrecen los medios de comunicación: prensa, revistas para adolescentes, Internet, radio, TV, aborde temáticas vinculadas al deporte y al cuerpo, vigentes en la sociedad y analice de forma crítica temas como la imagen corporal, los estilos de vida en la sociedad actual, los valores de las diferentes vertientes del deporte o la violencia y la competitividad.

6. Participar en la organización y puesta en práctica de torneos en los que se practicarán deportes y actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.

El alumnado colaborará en la organización de situaciones deportivas competitivas de los diferentes deportes realizados a lo largo de la etapa, además de participar activamente en las mismas. En estos encuentros, auto gestionados por el propio alumnado, se valorará en cuanto a la organización aspectos como la iniciativa, la previsión y la anticipación ante posibles desajustes; en cuanto a la práctica,

aspectos como la participación activa, la colaboración con los miembros de un mismo equipo y el respeto por las normas y por los adversarios.

7. Participar de forma desinhibida y constructiva en la creación y realización de actividades expresivas colectivas con soporte musical.

El alumnado deberá participar activamente en el diseño y ejecución de coreografías sencillas con soporte musical en pequeños grupos, en las que se valorará la capacidad de seguir el ritmo de la música, la expresividad del cuerpo, la originalidad de la coreografía, así como el seguimiento del trabajo de cada grupo a lo largo del proceso de creación de la coreografía.

8. Utilizar los tipos de respiración y las técnicas y métodos de relajación como medio para la reducción de desequilibrios y el alivio de tensiones producidas en la vida cotidiana.

INSTRUMENTOS Y ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

Ocupa un lugar destacado en esta programación, con información relativa a qué evaluar y los procedimientos concretos para hacerlo. No se refiere sólo al aprendizaje del alumno, sino también a la evaluación de mi propia práctica docente. Así pues, la evaluación va a constituir un elemento esencial para saber lo que hago, tiene sentido y puedo lograr lo que pretendemos.

Por Evaluación se entiende "el conjunto de actividades, análisis y reflexiones, que permiten obtener un conocimiento y valoración lo más real, integral y sistemático posible sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje, a fin de comprobar en qué medida se ha conseguido lo que se pretendía y poder actuar sobre ello para poder regularlo".

La evaluación del aprendizaje en la ESO, ha de ser **continua, formativa e Integradora en Secundaria y Continua y Diferenciada en Bachillerato** y además, **integradora**. Este carácter integrador exige no centrarse sólo en cada una de las áreas, sino tener en cuenta además si se han conseguido globalmente los objetivos generales o de etapa. Igualmente la evaluación no atenderá solamente a los resultados finales del alumno, sino que también se debe **contemplar los diversos elementos que integran el proceso y la dinámica de éste**:

El modo en que los alumnos abordan el aprendizaje, las dificultades y lagunas que van encontrando, el nivel de esfuerzo e interés, sus posibilidades educativas y sus ritmos de aprendizaje, los avances en lo conceptual, procedimental y actitudinal y el trabajo de los grupos en su conjunto

El aprendizaje significativo supone que en la evaluación:

No es válido un criterio uniforme de evaluación. Por ello se utilizarán rúbricas de evaluación adaptadas a cada alumno, lo mas individualizadas posible.

Lo que es objeto de evaluación, no es lo que el alumno o alumna sabe, lo evaluable es lo que el alumno ha aprendido significativamente, lo que supone como desarrollo personal.

La evaluación se debe realizar sobre las capacidades y no sobre los saberes.

Se debe evaluar todo el proceso y no el resultado. Es decir la posición inicial, las actividades propuestas, la mediación del profesor, etc.

La evaluación es un instrumento de toma de decisiones y no de encasillar al alumno.

La evaluación debe dar cabida a técnicas como la autoevaluación y la evaluación recíproca entre los

propios alumnos y alumnas, pues poseen un importante valor pedagógico y se pueden convertir asimismo en actividades de enseñanza-aprendizaje.

Nos debe proporcionar información sobre la evolución del proceso de enseñanza aprendizaje, en todas sus facetas, la evolución del alumnado, la programación del profesor, las relaciones que se establecen, y en definitiva sobre el grado de consecución de los objetivos planteados.

Mención especial merece la evaluación de la Condición Física, que tradicionalmente ha tenido un gran peso en la Educación Física y que este departamento se plantea con un valor meramente formativo y que en ningún momento se considerará baremo de calificación. Esta decisión se justifica en el hecho de que con dos horas de clase a la semana solamente no es posible lograr adaptaciones en la condición física de un sujeto, además del estrés y tensión que el enfoque tradicional provocaba en los alumnos y alumnas, y que no contribuía precisamente a promover la práctica de actividades físicas fuera del marco escolar. Por tanto la evaluación de las cualidades físicas se va a plantear desde unos requisitos mínimos, como son el conocimiento de las diferentes pruebas, su función, y su ejecución correcta en los términos planteados, así como una actitud positiva de superación.

Los Criterios de Evaluación nos servirán como referencia para comprobar en qué grado se han adquirido los objetivos a través de los contenidos. En cada unidad didáctica se establecerá una gradación de dichos criterios de evaluación, de forma que ponga de manifiesto los diferentes grados de aprendizaje logrados por los alumnos y alumnas y que serán la base para las calificaciones.

Es la culminación del proceso evaluativo y se entiende como la medida o cuantificación del rendimiento del alumno/a en el área.

En función del tipo de escala el alumno, deberá superar todos los niveles mínimos, es decir, conocimientos, procedimientos, actitudes, asistencia. La superación en función de la escala sería la siguiente:

Escala de registros: Suma de positivos y resta de negativos. Los negativos no deberán superar a los positivos.

Escala numérica: 5

Escala descriptiva: Regular.

Respecto a **la calificación**, esta será flexible en función del tipo de contenidos trabajados en el trimestre y del nivel educativo que se esté tratando:

- Para de 1º, 2º, 3º y 4º E.S.O.

Teoría **20 %**

Práctica **50%**

Actitud **30%**

Para ello los criterios se valorarán en todos los cursos a través de los siguientes instrumentos de evaluación:

- a)** Pruebas escritas para la valoración de los desarrollos de las Unidades Didácticas en sus contenidos teóricos

- b) Cuadernos de clase que en este curso académico se va a implantar el cuaderno digital dando lugar a la realización de las distintas actividades en soporte digital contribuyendo con ello a desarrollo igualmente de la competencia para el tratamiento de la información y competencia digital. Para aquellos alumnos que no dispongan de esta posibilidad se les seguirá permitiendo el realizar la presentación del trabajo en formato papel.
- c) Trabajos individuales y grupales a nivel de desarrollo teórico.
- d) Las pruebas prácticas se desarrollarán en función de las distintas unidades didácticas planteadas. Se utilizarán rúbricas de valoración individualizada
- e) Actitud ante la asignatura se valorará de manera especial en cuanto a su nivel de dedicación, implicación, participación en todos los aspectos de la clase, y el interés general por la asignatura. Igualmente rúbricas de valoración individual

Aunque el área de Educación Física es eminentemente práctica se comprende que la teoría es el fundamento de la práctica, por lo que cada parte habrá que superarla por separado demostrando un mínimo tanto en la parte procedimental como en la conceptual y actitudinal.

Igualmente aunque la actitud suponga un 20% aproximado de la asignatura, para aprobar el área de Educación Física el alumno deberá superar un mínimo, el alumno demostrará que es capaz de mantener una actitud de respeto mínima hacia la asignatura, hacia el profesor y los compañeros, siendo esto igual de importante o más que los conceptos o procedimientos; se entiende que "el saber estar" y el respeto suponen la base para la adquisición y aprendizaje de conceptos y procedimientos. El alumno o alumnos que impidan o dificulten constantemente el normal desarrollo de la clase privando a sus compañeros de una Educación Física de calidad no demuestran la madurez necesaria para compartir una clase de Educación Física donde la predisposición y la colaboración es indispensable, por lo que no darán el mínimo de actitud para aprobar la asignatura.

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACION

De Observación: se utilizan para observar la conducta o comportamiento de los alumnos en un determinado contenido. No miden resultados máximos y deben ser sistemáticos y estructurados y el alumno/a no tiene conciencia de estar siendo evaluado. Son los siguientes:

Registro personal del alumno o Cuaderno de notas: donde se recoge todo lo que hace el alumno, es como un fichero de datos que facilita una visión global y rápida del mismo. En él se deja constancia de las actividades que realiza y observaciones sobre las mismas, las valoraciones de pruebas específicas, datos suministrados por los alumnos, padres, o tutores, observaciones sobre sus trabajos en grupo...

Lista de control de faltas: el alumno o alumna con más de 3 faltas sin justificar, no será evaluado.

Escalas de valoración y cuadros de observación: abarcan descriptivamente los diversos aspectos que se tienen en cuenta a la hora de valorar el aprendizaje. La diferencia entre ambos, radica en que en las escalas se gradúan los elementos que se observan (ejemplo Se desmarca en el ataque, siempre, a

veces, nunca), mientras que en los cuadros sólo se constata la existencia de los elementos (ejemplo Acude al rebote, SI-NO). Son muy utilizados en Educación Física para evaluar las actitudes, tácticas en los deportes, encadenamiento de habilidades, situaciones de aplicación (ejemplo Calentamiento), expresión corporal..., además por su sencillez son muy útiles para la evaluación recíproca entre alumnos y alumnas, implicándolos de esta forma en la evaluación

Diario del profesor: en el que se recoge: el contraste entre el trabajo planteado y el realizado, las incidencias de clase y el ambiente creado, el interés o desinterés que una actividad ha generado, problemas de organización-control que se presenten, etc..

Cuaderno del alumno: es una rica fuente de información sobre el aprendizaje seguido por el alumno. En él aparece el trabajo diario: ejercicios, resúmenes, esquemas, comentarios, apuntes, investigaciones, aportaciones al trabajo de grupo, etc..

De Experimentación: presentan mediciones muy objetivas y exactas donde se controlan todas las variables. La mayor parte de las veces van referidas a la norma y tratan de medir resultados máximos. El alumno o alumna tiene conciencia de estar siendo examinado.

Exámenes: orales o escritos y que pueden adoptar diferentes formas como:

Pruebas de evocación, en las que el alumno responde a preguntas breves y de respuesta única: ejemplo "dimensiones del campo, número de sustituciones permitidas..."

Pruebas de completar un texto mutilado, ejemplo "la carrera continua y a baja intensidad mejora la resistencia"

Pruebas de V-F, ejemplo "la FC depende de la intensidad del esfuerzo" (V o F).

Pruebas de elección múltiple, en las que se ofrece una proposición con varias opciones de respuesta).

Técnicas sociométricas : para estudiar el clima en la clase y la dinámica del grupo así como la posición que ocupa cada alumno en el mismo. No debemos olvidar que en la clase de EF, por sus propias características las interacciones entre alumnos/as se ven aumentadas, siendo más frecuentes los agrupamientos y los conflictos sociales, de forma que este tipo de información nos puede ofrecer pautas de actuación para mejorar la integración del grupo y la participación de todos los alumnos y alumnas.

Pruebas de ejecución: donde el alumno realiza una tarea en la que debe poner de manifiesto la eficacia del aprendizaje. Ejemplo "realizar un salto, lograr un tanto...", cuando las tareas se vuelven más complejas, ejemplo "las habilidades deportivas", exigen la utilización de una escala de valoración donde se fijen los criterios a observar.

Test: es "una situación experimental estandarizada que sirve de estímulo a un comportamiento". Este comportamiento se evalúa mediante una comparación estadística con el de otros sujetos colocados en la misma situación, de modo que es posible, clasificar al sujeto examinado, tanto desde el punto de vista cuantitativo como desde el tipológico. Se pueden utilizar tests unifactoriales, donde se evalúa un solo parámetro (ejemplo "Course Navette para potencia aeróbica máxima) o bien baterías de test (ejemplo "Eurofit para Condición Física salud).

En definitiva los procedimientos de evaluación se aplicarán mediante la utilización de las siguientes fórmulas para cada apartado:

- a) Para las pruebas teóricas y práctica se realizará una prueba inicial al principio de curso consistente en la realización de una batería de tests para la valoración de la condición física y una prueba teórica inicial.
- b) Al termino de cada unidad didáctica o unidades de bloques de contenidos se realizarán pruebas teóricas y prácticas. En ellas se valorará especialmente la competencia lingüística en lo referente a utilización de terminología específica de la materia.
- c) Cuadernos de clase en soporte papel y/o digital. En ellos valoraremos los contenidos, la presentación, la originalidad y los ejercicios que se contemplan al final de cada tema.
- d) Los trabajos podrán realizarse de manera individual o grupal según indique el profesor en cada caso. La valoración se realizará en base a los siguientes aspectos:
 - Realización o no del trabajo/s propuesto/s en tiempo y forma
 - Forma de realización (Tipo de formato, presentación, etc.)
 - Porcentaje de participación en los trabajos en grupo.
 - Actitud positiva ante el trabajo
- e) En referencia a la actitud los aspectos a tener en cuenta serán los siguientes:
 - Asistencia a clase. Puntualidad. Aseo personal.
 - Interés por la materia
 - Actitud positiva y respetuosa hacia profesorado y compañeros
 - Respecto y cuidado del material y las instalaciones.
 - Si trae o no el material de teoría (libro) como indumentaria adecuada a las clase de E.F.

CRITERIOS DE RECUPERACIÓN.

De manera general los criterios que se establecen para la recuperación de la signatura srán establecidos por el profesor de manera individual para cada alumno en función de los contenidos y factores no superados, contribuyendo de esta manera a una mayor integración del alumno en su responsabilidad para con las actividades que de manera personal e individual se le plantearán para su superación.

De forma genérica tenemos dos bloques de trabajo que son los referidos a las actividades prácticas y teóricas. En referencia a las primeras una vez no superadas las mismas se le propondrá al alumno un plan de trabajo individualizado para la mejora de los factores que requieran especialmente su atención con una temporalización adecuada para que finalmente se pueda lograr el objetivo deseado.

La parte teórica por otro lado requerirá la preparación y desarrollo de las tareas propuestas por el profesorado en función de los contenidos no superado que podrán consistir en entrega de trabajos orientados desde el Departamento, realización de pruebas escritas para la superación delos mismos o finalmente el trabajo realizado en el cuaderno personal del alumnado así como la utilización de medios

relativos a las nuevas tecnologías para su presentación e formato digital. Todo ello conllevará una valoración numérica que determinará la superación total o parcial de la asignatura según corresponda si se refiera al curso vigente o en su caso a la asignatura en su totalidad cuando se trate de asignaturas pendientes de cursos anteriores.

El alumnado en su caso recibirá la comunicación previa de los resultados obtenidos dándole opción a disponer de los plazos oportunos para realización de reclamaciones a las calificaciones obtenidas en caso de desacuerdo con las mismas.

9. PROPUESTA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS..

2018/2019

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

1 ^{er} TRIME S-TRE	SEP				
	T				
	O C T				
	NO V	ACTIVIDADES DE ORIENTACIÓN. 1º y 2º de ESO			
2º TRIME S-TRE	DI C	VISITA CARD Y CENTRO DE VISITANTES EL DORNAJO ACTIVIDADES LUDICAS EN LA NIEVE. 3º Y 4º ESO			
	ENE	CURSO ESQUI DIPUTACION. 1 día ENERO Pendiente de fechas y programación Diputación. 3º,4º ESO 1º Bach.			
3º TRIME S-TRE	F E B	AVENTUR	PARQUE AVENTURA AMAZONIA. 1 Día FEBRERO 3º Y 4º de ESO		
	M A R Z		1 DIA SENDERISMO. 1º BACHILLER		
3 ^{er} TRIM ES- TRE	M A Y	SENDERISMO. 1 DIA Llano de la perdiz. 3º , 4º ESO ACAMPADA 1º ESO SIERRA HUETOR (2 DIAS) JORNADAS CONVIVENCIA INSTITUTOS DIPGRA			Asistencia Jornada convivencia institutos diputación provincial granada
	J U N	1 DIA	Act. Acuáticas Playa	2º ESO 3º ESO 4º ESO	Act. Acuáticas Playa

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES 18/19**1º TRIMESTRE:**

Actividades de Carrera de >Orientación. 1º Ciclo ESO

Visita al CARD (Centro de Alto Rendimiento Deportivo de Sierra Nevada) y visita al centro de visitantes el Dornajo. Alumnado de 3º Y 4º curso de ESO. Se plantearán en función de la demanda salidas por niveles asignándose en principio las siguientes fechas: Noviembre

2º TRIMESTRE:

Curso de Esquí en Sierra Nevada. Un día para alumnos de 2º, 3º Y 4º de ESO y 1º de Bachillerato en convenio con la Diputación Provincial como en cursos anteriores.

Se podrán plantear dos salidas si hay alumnado suficiente y se nos conceden los días por parte del Area de Deporte de la Diputación Provincial

Las fechas previstas para este curso en función de la disponibilidad para el mes de Enero .

(Programa de Diputación Provincial de Granada)

Parque multiaventura amazonia. 1 día . Febrero. Pendiente asignación fechas. 2º,3º y 4º ESO

3º TRIMESTRE:

Actividades en la Naturaleza: Senderismo. Salidas de una mañana de duración al Parque Natural de Sierra Nevada cercano a la ubicación de centro. La idea es realizar una actividad de senderismo por niveles en días a determinar en el 3º trimestre preferentemente en el mes de Junio como actividad de Fin de curso

Acampada en las Sierra de Huetor. " 2 días. Mes de Mayo. Alumnado 1º ESO

Actividades acuáticas en la playa 3º y 4º ESO : Mes de Junio, Paddle surf, vela, juegos acuaticos , etc.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS.

Durante todo el curso se realizarán actividades durante los recreos coordinadas por el Jefe del Departamento de educación Física. La idea es plantear actividades en una doble vertiente: Competitiva y No Competitiva.

Se ofertaran las actividades a todos los grupos del centro y se desarrollarán por niveles.

Inicialmente se ofertarán Fútbol, Voleibol y Baloncesto en el primer y segundo trimestre. Para el 3º se plantearan deportes de raqueta (bádminton) y actividades alternativas en la pista exterior

BASE LEGISLATIVA UTILIZADA

- Real decreto 1631/2006 de 29 de Diciembre, BOE de 5 de Enero de 2007
- Orden 2220/2007 de 12 de Julio, BOE del 21 de Julio por la que se establece el Currículo de las enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria
- Decreto 327/2010 de 13 de Julio, BOJA 16 de Julio de 2010 por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria en Andalucía.

BIBLIOGRAFÍA.

- ÁLVAREZ, C. (1992). *"La Preparación Física del fútbol basada en el Atletismo"*. Gymnos: Madrid.
- ARIÑO, J. Y OTROS (1996). *"Educación Física. Primer Ciclo de la E.S.O. Libro del Profesor."* Del Serbal: Barcelona.
- ARIÑO, J. Y OTROS (1996). *"Educación Física. Primer Ciclo de la E.S.O."* Del Serbal: Barcelona.
- CASADO, J.M^a (1996). *"Educación Física. Fundamentos Teóricos para la Enseñanza Secundaria y el Bachillerato"*. Pila Teleña: Madrid.
- DELGADO, M. A. (1992). *"Los Estilos de Enseñanza en Educación Física"*. ICE de la Universidad de Granada: Granada.
- MONTÁVEZ, M. Y ZEA, M^a. J. (1998). *"Expresión Corporal propuestas para la Acción"*. Editorial Mar Montávez y M^a Jesús Zea: Málaga.
- MOSSTON, M. (1993). *"La Enseñanza de la Educación Física"*. Hispano Europea: Barcelona.
- PIERON, M. (1986). *"Pedagogía de la Actividad física y el Deporte"*. Unisport: Málaga.
- RUEDA, A. (1996). *"La Condición Física en la Educación Secundaria Obligatoria"*. INDE: Barcelona.
- SÁENZ-LÓPEZ BUÑUEL, P. (1997). *"La Educación Física y su Didáctica"*. Wanceulen: Sevilla.
- UREÑA, F. (1997). *"La Educación Física en Secundaria. Primer Ciclo: Primer Curso"*. INDE: Barcelona.
- UREÑA, F. (1997). *"La Educación Física en Secundaria. Primer Ciclo: Segundo Curso"*. INDE: Barcelona.
- VARIOS (1995). *"La Educación Física en la Educación Secundaria Obligatoria"*. Paidotribo: Barcelona.
- VARIOS (1992). *"La Educación Física en Secundaria. Su práctica"*. CEPID: Zaragoza.
- VARIOS (1992). *"La Educación Física en la Enseñanzas Medias. Teoría y Práctica."* Paidotribo: Barcelona