

I.E.S. Antonio Machado

SORIA

PROGRAMACIÓN

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA



E.S.O

Curso 2024-2025

ÍNDICE DE LA PROGRAMACIÓN ESO

- a. Introducción: conceptualización y características de la materia.
 - b. Diseño de la evaluación inicial.
 - c. Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos del Perfil de salida: Mapa de relaciones competenciales.
 - d. Criterios de evaluación e indicadores de logro, junto a los contenidos con los que se asocian.
 - e. Contenidos de carácter transversal que se trabajarán desde la materia.
 - f. Metodología didáctica:
 - 1. Principios metodológicos.
 - 2. Métodos pedagógicos: estilos, estrategias y técnicas de enseñanza.
 - 3. Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios.
 - g. Concreción de los proyectos significativos.
 - h. Materiales y recursos de desarrollo curricular.
 - i. Concreción de los planes, programas y proyectos de centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.
 - j. Actividades complementarias y extraescolares.
 - k. Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado:
 - 1. Técnicas e instrumentos de evaluación asociados a los criterios de evaluación y/o a los indicadores de logro.
 - 2. Momentos en los que se llevará a cabo la evaluación.
 - 3. Agentes evaluadores.
 - 4. Criterios de calificación asociados a los criterios de evaluación.
 - l. Atención a las diferencias individuales del alumnado:
 - 1. Generalidades sobre la atención al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.
 - 2. Planes específicos: de refuerzo, de recuperación, de enriquecimiento curricular.
 - 3. Adaptaciones curriculares: de acceso, no significativas y significativas.
 - m. Secuencia ordenada de las unidades temporales de programación que se van a emplear durante el curso escolar: unidades didácticas, unidades temáticas, proyectos u otros.
 - n. Orientaciones para la evaluación de la programación de aula y de la práctica docente.
 - o. Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.
- ANEXOS.
- 1. Nivel de utilización de las TIC en el departamento.
 - 2. Grupo bilingüe en 4º de ESO.

a. INTRODUCCIÓN: CONCEPTUALIZACIÓN Y CARACTERÍSTICAS DE LA MATERIA

La programación del curso 2023/24 del departamento de Educación Física para la etapa de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) se regirá por la siguiente normativa educativa:

- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se Modifica la Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo, de Educación (**LOMLOE**).
- **Real Decreto 217/2022**, de 29 de marzo, por el que se establece la Ordenación y las Enseñanzas Mínimas para la etapa de Educación Secundaria Obligatoria.
- **DECRETO 39/2022**, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la ESO en la comunidad de Castilla y León.

La materia de Educación Física (EF) tendrá en cuenta aquellos aspectos que construyen la LOMLOE como son la Agenda 2030 y ODS, los derechos de la infancia, el éxito escolar, la perspectiva de género, el enfoque competencial, un adecuado desarrollo digital y metodología, así como un enfoque centrado en el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA). Esto supone adecuar la metodología para permitir el acceso al aprendizaje a todo el alumnado, y usar instrumentos de evaluación variados, diversos y accesibles según las necesidades del alumnado, incluidas las específicas de apoyo educativo.

La ordenación del currículo de la etapa de ESO en Castilla y León según el mencionado Decreto 39, presenta la materia de Educación Física como obligatoria en los 4 cursos de la etapa, manteniendo las dos horas semanales para cada curso. Esta presencia se justifica en base al tratamiento que desde la EF se hace de la actividad física y la corporeidad, ejes de actuación que se consideran pilares básicos de la educación de los jóvenes.

Así, desde esta materia se abordará la cuestión física con un enfoque amplio, que dé respuesta a las necesidades actuales y futuras del alumnado, tanto a nivel individual como colectivo. El conocimiento, cuidado y disfrute de su corporeidad estará en la base de nuestro quehacer, siendo una prioridad la promoción de la salud física y mental de todos los ciudadanos, aprovechando las posibilidades que nos brinda la materia como pueden ser el control de las acciones motrices y de los aspectos perceptivos y decisionales de las mismas. A través de la materia se avanzará en la búsqueda de una educación inclusiva y equitativa, buscando reducir las desigualdades en todos los ámbitos de la sociedad, **empoderando al alumnado para que lleve una vida más saludable y sostenible, así como fomentando la tolerancia y una convivencia pacífica**. Este camino iniciado en la Educación Física de la etapa de primaria debe buscar su avance en etapas posteriores de la vida del alumnado, teniendo siempre presentes los objetivos aprobados por la Asamblea General de las Naciones Unidas en su Agenda 2030 sobre el Desarrollo Sostenible. Por encima de todo, esta materia **contribuye a favorecer el desarrollo integral de las personas**, puesto

que contiene en su esencia las bases del conocimiento: el pensamiento, la acción y el sentimiento, estando presentes a lo largo de toda la enseñanza obligatoria”.

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

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

- La Educación Física contribuirá a que el alumnado sea respetuoso y tolerante, para conseguir una ciudadanía democrática, utilizando los recursos que la materia tiene a su alcance para lograr que la cooperación y la solidaridad se conviertan en su modo de vida, exponiendo sus puntos de vista y comprendiendo los del resto de sus compañeros, valorando la honestidad como un valor esencial, no solo en el ámbito deportivo, sino en cualquiera en el que tome partido.
- A fin de lograr el desarrollo personal del alumnado, se fomentarán la disciplina y el esfuerzo, tanto individual como de equipo, mediante la práctica de diferentes actividades y ejercicios físicos, teniendo siempre presente la importancia de ser perseverantes, afrontando los errores como grandes oportunidades de aprendizaje que contribuyen a aumentar la capacidad de resiliencia, adquiriendo con ello una necesaria tolerancia a la frustración.
- Valiéndonos de las características de la materia, podremos contribuir al desarrollo emocional, crítico, empático y proactivo de la personalidad del alumnado, potenciando que aprenda comportamientos igualitarios frente a cualquier causa de exclusión o inequidad, rechazando los prejuicios y la violencia, así como aprendiendo a resolver pacíficamente los conflictos ineludibles a la propia convivencia.
- A lo largo de la etapa se potenciará que el alumnado conozca el funcionamiento de su propio cuerpo y el de los demás, aceptándolo tal como es, con las características individuales que lo hacen único; se abordará especialmente el respeto por la singularidad y la diferencia de todos los individuos. A través de la práctica de diferentes actividades físicas y deportivas, esta materia tiene la posibilidad de que el alumnado aprenda a promover y proteger su propia salud y la de su entorno, físico y social.
- A través de la EF podemos ayudar a crear y fomentar un espíritu crítico respecto a las prácticas perjudiciales para la salud individual y colectiva, incluyendo a todos los seres vivos y prestando especial atención al cuidado del medio ambiente.
- La evolución del conocimiento científico que rodea la materia hace imprescindible que el alumnado aprenda a utilizar con sentido crítico las fuentes de información a las que tiene acceso y que le ayudarán en su proceso de formación integral.

- Contribuirá, mediante la diversidad de actividades físicas que comprende la materia, a dotarles de una visión global del mundo que los lleve a cuidarlo y respetarlo empezando por sí mismos, abarcando también las conductas sociales respecto a salud y consumo que incidan en la conservación y mejora del medio ambiente.
- No se puede olvidar la capacidad expresiva y artística del ser humano, debiéndose potenciar desde diferentes niveles para contribuir de forma notoria a generar en el alumnado una riqueza de recursos y una sensibilidad ajustada a las nuevas demandas del siglo XXI.

En definitiva, se contribuirá a desarrollar las diferentes capacidades en esta etapa de ESO que les permita **utilizar la educación física y el deporte para favorecer su desarrollo personal y social**, centrando la atención en el **conocimiento y la aceptación del propio cuerpo y el de los otros**, respetando las diferencias y afianzando los **hábitos de cuidado y salud corporales**.

- **Contribución de la materia al desarrollo de las competencias clave.**

Establecidas en el artículo 2.b. del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la ESO, se definen como *“desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo, y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales. Las competencias clave aparecen recogidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica y son la adaptación al sistema educativo español de las competencias clave establecidas en la Recomendación del Consejo de la Unión Europea de 22 de mayo de 2018 relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente.”*

La materia Educación Física contribuye a la adquisición de las distintas competencias clave en la ESO en la siguiente medida:

- Competencia en comunicación lingüística. (CCL)

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

- Competencia plurilingüe (CP):

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

- Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM):

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

- Competencia digital (CD):

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

- Competencia personal, social y aprender a aprender (CPSAA):

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

- Competencia ciudadana (CC):

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

- Competencia emprendedora (CE):

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

- Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC):

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

b. DISEÑO DE LA EVALUACIÓN INICIAL

En primer lugar, señalar que, con respecto al alumnado que se incorpora al centro procedente de los colegios de Primaria, con el fin de favorecer una transición cómoda y que repercuta en un correcto desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje de estos alumnos, se lleva a cabo, ya en junio, una primera reunión con los departamentos de Orientación de los mismos, entre ellos, Pedrizas y Arboleda. En octubre, tiene lugar otra reunión con Jefatura de Estudios y los diferentes departamentos, con el objetivo de adaptar programaciones con la información que aporten los tutores de 6º de Primaria.

Por otro lado, y para toda la etapa de la ESO, al iniciarse el curso, y con el fin de comprobar la adquisición de las diferentes competencias específicas de la materia, los profesores del departamento realizarán, con los grupos asignados, una serie de ejercicios, actividades o pruebas (prácticas, teóricas o teórico-prácticas) relacionadas con la valoración de los criterios de evaluación del curso anterior y así afrontar con perspectiva los del curso actual.

Esta evaluación inicial seguirá las siguientes directrices, quedando a criterio de cada docente la realización de las mismas en la manera que así lo considera oportuno, siempre teniendo en cuenta cada grupo en particular:

- **Se realizará al iniciarse el curso**, en las primeras sesiones de clase, tanto en su aula de referencia como en las instalaciones deportivas (1º, 2º y 3º ESO en el pabellón del IES Antonio Machado y 4º de ESO, tanto en el pabellón del IES Antonio Machado (4º bilingüe (grupos A y B) y 4º D) como en el pabellón del CEIP Las Pedrizas (4º no bilingüe (grupos A y B) y 4º C).
- En el **aula de referencia**, el alumnado llevará a cabo, de manera escrita u oral un cuestionario con preguntas relacionadas con términos teórico- prácticos necesarios en el curso actual. Se hará un repaso de los contenidos de la materia, en general.
- En el **pabellón**, y de manera práctica, se observarán aspectos de relación intragrupal con la creación de pequeños grupos de trabajo. También servirá para concluir una serie de apreciaciones sobre el grupo en relación con los siguientes aspectos: conocimientos sobre la materia, manejo de vocabulario específico, implicación y autonomía en el diseño y dirección de tareas y actividades deportivas. Son ejercicios, actividades y/o pruebas en las que, además de hacer, tendrán que explicar lo que hacen. Y todos valorarán la actuación de los diferentes grupos de clase.

c. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y VINCULACIONES CON LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS DEL PERFIL DE SALIDA: MAPA DE RELACIONES COMPETENCIALES.

Las **competencias específicas** aparecen definidas en el artículo 2.c del Real Decreto 217/2022, como los “*desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia o ámbito. Las*

competencias específicas constituyen un elemento de conexión entre, por una parte, el Perfil de salida del alumnado, y por otra, los saberes básicos de las materias o ámbitos y los criterios de evaluación.”

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

- La promoción y desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, conducente a mejorar la calidad de vida del alumnado basándose en la evidencia científica.
- Para ello, ayudará la realización de actividades físicas de diversa índole (deportivas, expresivas y recreativas) con diferentes lógicas internas, que le haga progresivamente más autónomo y que aumente su capacidad de superación, crecimiento y resiliencia frente a retos motores.
- En este marco es indispensable el trabajo del respeto hacia las emociones propias y colectivas que se ponen en juego durante la práctica de actividad física y deportiva, incorporando la diferencia como un valor añadido y aprendiendo a gestionar el éxito y el fracaso, además de rechazar las conductas antideportivas y contrarias a la convivencia.
- Íntimamente relacionado con la práctica física se encuentra el desarrollo de la cultura motriz y de la expresividad ligada al cuerpo y el movimiento a través de la práctica de actividades de variada naturaleza, valorando la diversidad cultural presente en las diferentes manifestaciones motrices.
- Para finalizar, la materia busca el desarrollo de un estilo de vida sostenible y responsable en la práctica físico-deportiva que contribuya a la conservación del medio ambiente

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

El Mapa de Relaciones Competenciales (MRCO), representa la vinculación de los descriptores operativos del Perfil de salida con las competencias específicas. Es propio de cada materia para toda la etapa educativa, y permitirá, por un lado, determinar la contribución de cada materia al desarrollo competencial del alumnado, y por otro, deducir el grado de adquisición de las competencias definidas en el Perfil de salida y, por tanto, la consecución de las competencias y objetivos previstos para la etapa.

De esta manera, **las competencias específicas y la conexión con los descriptores operativos** de nuestra materia son las siguientes:

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

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

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

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la movilidad activa, los procesos de activación, los mecanismos de relajación, la educación postural, el cuidado e higiene del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios, y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz, la intencionalidad de mejora de sus capacidades o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas, sin dejar de lado la necesidad de su utilización para buscar, seleccionar y comunicar información relevante para su aprendizaje motriz.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado.

El alumnado debe adquirir progresivamente una actitud de superación, tomando el error como parte del aprendizaje. Es tan fundamental el análisis individual que haga de sus acciones como la ayuda recibida por sus compañeros en la toma de decisiones en las diferentes actividades planteadas. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motores y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, *ultimate*, *lacrosse*, baloncesto, *tchoukball*, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, *pickleball*, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (*rounders*, *softball*, etc.), de blanco y diana (*boccia*, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (*skate*, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado habrá participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM1, STEM3, CPSAA1, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

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

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

Dentro del plano personal, también conlleva la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión

adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que generan, así como de promocionar las emociones agradables.

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

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

Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC1, CC2, CC3, CCEC3.

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace, ponderando el trabajo colaborativo e incorporando las experiencias de los demás a su aprendizaje; contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de

un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente.

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

Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconden intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la competición sana.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

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

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo.

Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio, analizando los problemas surgidos y buscando posibles soluciones desde el trabajo colaborativo.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el *crossfit*, el patinaje, el *skate*, el *parkour* o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3.

Por último, el **mapa de relaciones competenciales**, que aparece regulado en el artículo 11 del DECRETO 39/2022, representa la vinculación de los descriptores operativos del Perfil de salida con las competencias específicas y permitirá determinar la contribución de cada materia al desarrollo competencial del alumnado.

Decreto 39/2022		Competencia en Comunicación Lingüística					Competencia Plurilingüe			Competencia Matemática y Competencia en Ciencia, Tecnología e Ingeniería					Competencia Digital					Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender					Competencia Ciudadana				Competencia Emprendedora			Competencia en Conciencia y Expresión Culturales				
		CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CP1	CP2	CP3	STEM 1	STEM 2	STEM 3	STEM 4	STEM 5	CD 1	CD 2	CD 3	CD 4	CD 5	CPSAA 1	CPSAA 2	CPSAA 3	CPSAA 4	CPSAA 5	CC 1	CC 2	CC 3	CC 4	CE 1	CE 2	CE 3	CCEC 1	CCEC 2	CCEC 3	CCEC 4	
Educación Física	Competencia Específica 1	1	1						1	1			1	1	1	1				1		1														
	Competencia Específica 2								1		1									1			1	1				1	1							
	Competencia Específica 3	1				1														1		1		1	1	1							1			
	Competencia Específica 4	1																			1					1	1				1	1	1	1		
	Competencia Específica 5										1			1														1	1		1					

d. CRITERIOS DE EVALUACIÓN E INDICADORES DE LOGRO, JUNTO A LOS CONTENIDOS CON LOS QUE SE ASOCIAN.

Los **criterios de evaluación** aparecen definidos en el artículo 2 del Real Decreto 217/2022, de 29 de MARZO, como los “referentes que indican los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia en un momento determinado de su proceso de aprendizaje”.

Según el artículo 8.2 del DECRETO 39/2022, los criterios de evaluación plasman la referencia de cada materia para valorar el aprendizaje del alumnado y el grado de adquisición de cada competencia específica.

Así, el nivel de desarrollo de cada competencia específica vendrá determinado por el grado de

una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4).

1.1.1 Reconoce la importancia de la actividad física y la práctica de la misma para la mejora de la salud y la calidad de vida.

1.1.2 Ajusta sus movimientos al realizar acciones básicas como andar, correr, saltar, trepar...

1.1.3 Evalúa el desarrollo de las capacidades físicas como elementos fundamentales de la práctica de la actividad física.

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

1.2.1. Ejecuta un plan personal para el mantenimiento y mejora de su salud, en base a su nivel de condición física.

1.2.2. Practica en clase actividades de activación y recuperación fisiológicas como aspectos básicos para la participación en una actividad física y deportiva saludable.

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

1.3.1 Explica los factores que influyen en la alimentación saludable, sedentarismo, hábitos y posturas incorrectos.

1.3.2 Consolida hábitos posturales adecuados con movimientos autónomos y seguros para la práctica de la EF.

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

1.4.1. Reconoce la importancia de practicar hábitos de higiene, alimentación e hidratación tras la práctica de EF.

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

1.5.1 Practica con iniciativa las medidas de seguridad que se requieren al realizar determinados ejercicios y utilizar determinados materiales y recursos.

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

1.6.1 Sabe actuar correctamente en caso de accidentes en EF aplicando medidas básicas de primeros auxilios en caso de ser necesario.

1.7 Analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (SETEM 2, STEM5, CPSAA2)

1.7.1 Conoce la incidencia que tienen en la salud y en la convivencia los hábitos y comportamientos nocivos evitando su reproducción.

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

1.8.1 Utiliza adecuadamente los recursos digitales para la elaboración de las propuestas requeridas.

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

1.9.1 Usa correctamente las TICS para elaborar los trabajos y documentos requeridos.

b) Competencia específica 2.

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE1, CE3)

2.1.1 Diagnostica variables morfológicas y tests de capacidades físicas y destrezas deportivas utilizando técnicas e instrumentos específicos e interpretando sus resultados.

2.1.2. Realiza las estrategias de autoevaluación y coevaluación requeridas.

2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, con una limitada incertidumbre, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación de su equipo y a la lógica interna en contextos reales o

simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.
(STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)

2.2.1 Realiza correctamente en clase las actividades motrices propuestas adecuándose a las demandas requeridas.

2.2.2 Reflexiona sobre el desarrollo de la sesión propuesta, los resultados obtenidos y la posibilidad de mejora.

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de solución de problemas en situaciones motrices con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA4, CE2, CE3)

2.3.1 Trabaja de forma armónica sus capacidades físicas realizando las actividades con creatividad y eficacia.

2.3.2. Realiza en clase las actividades motrices propuestas implicándose activamente en la solución de posibles problemas.

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

2.4.1 Demuestra constante respeto, atención y esfuerzo durante el desarrollo de las actividades propuestas durante cada sesión asistiendo puntualmente a clase.

c) Competencia específica 3.

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

3.1.1 Reconoce la importancia aplicando los principios básicos de atención, colaboración, respeto y esfuerzo para el correcto desarrollo de las clases.

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

3.2.1 Se motiva hacia la práctica de las actividades propuestas reforzando la unión entre compañeros y compartiendo objetivos, intereses y experiencias en común.

3.2.2 Muestra actitudes de colaboración, trabajo en equipo, respeto e integración en las propuestas motrices requeridas.

3.2.3 Acuerda con su equipo el procedimiento para participar en juegos de cooperación.

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

3.3.1 Sabe hacer uso de habilidades sociales para potenciar el respeto como valor fundamental tanto en las clases de EF como en la vida diaria.

d) Competencia específica 4.

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

4.1.1 Participa activamente en la exposición, realización y conservación de las manifestaciones artístico-expresivas y lúdicas vinculadas a diferentes culturas.

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

4.2.1 Desarrolla habilidades y destrezas para ejecutar los fundamentos técnicos y tácticos básicos de las modalidades deportivas individuales y colectivas.

4.2.2 Muestra actitudes de colaboración, trabajo en equipo, respeto e integración en la práctica deportiva.

4.2.3 Acepta reglas, tiempo, espacio y roles en el deporte realizado.

4.2.4 Adquiere los fundamentos del juego al participar en los deportes indicados.

4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas, con o sin base musical, utilizando intencionadamente y con

progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)

4.3.1 Realiza correctamente las actividades de expresión corporal propuestas, participando activamente tanto de forma individual como colectiva.

e) Competencia específica 5.

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. (STEM3, STEM5, CC4, CE1, CE3)

5.1.1. Valora la importancia de respetar el entorno natural, cuidarlo y conservarlo en la realización de actividades motrices en diferentes entornos y en su vida diaria.

5.2. Iniciar la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)

5.2.1 Diseña y participa activamente en actividades deportivas en distintos medios.

5.2.2 Aplica normas de seguridad en la realización de diversas actividades físico-deportivas en diferentes entornos y situaciones.

SEGUNDO CURSO: Criterios de evaluación e indicadores de logro

a) Competencia específica 1.

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

1.1.1 Reconoce la importancia de la actividad física y la práctica de la misma para la mejora de la salud y la calidad de vida.

1.1.2 Ajusta sus movimientos al realizar acciones básicas como andar, correr, saltar, trepar...

1.1.3 Evalúa el desarrollo de las capacidades físicas como elementos fundamentales de la práctica de la actividad física.

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

1.2.1. Ejecuta un plan personal para el mantenimiento y mejora de su salud, según su nivel de condición física.

1.2.2. Practica en clase actividades de activación y recuperación fisiológicas como aspectos básicos para la participación en una actividad física y deportiva saludable.

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

1.3.1 Conoce los factores que influyen en la alimentación saludable, sedentarismo, hábitos y posturas incorrectos.

1.3.2 Consolida hábitos posturales adecuados con movimientos autónomos y seguros para la práctica de la EF.

1.3.3 Practica de forma habitual y adecuada ejercicios de respiración y relajación adecuados.

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

1.4.1. Reconoce la importancia de practicar hábitos saludables de higiene en la práctica de EF.

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

1.5.1 Practica con iniciativa las medidas de seguridad que se requieren al realizar determinados ejercicios y utilizar determinados materiales y recursos.

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

1.6.1 Sabe actuar correctamente en caso de posibles accidentes en EF aplicando medidas básicas de primeros auxilios en caso de ser necesario.

1.7 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM 2, STEM5, CPSAA2)

1.7.1 Conoce la incidencia que tienen en la salud y en la convivencia los hábitos y comportamientos nocivos evitando su reproducción.

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

1.8.1 Utiliza adecuadamente los recursos digitales para la elaboración de las propuestas requeridas.

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

1.9.1 Usa correctamente las TICS para elaborar los trabajos y documentos requeridos.

1.9.2 Realiza exposiciones y argumentaciones sobre los temas indicados.

b) Competencia específica 2.

2.1 Desarrollar de manera progresivamente autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE1, CE3)

2.1.1 Diagnostica variables morfológicas y tests de capacidades físicas y destrezas deportivas utilizando técnicas e instrumentos específicos e interpretando sus resultados.

2.1.2. Realiza las estrategias de autoevaluación y coevaluación requeridas

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

2.2.1 Realiza correctamente en clase las actividades motrices propuestas adecuándose a las demandas requeridas.

2.2.2 Reflexiona sobre el desarrollo de la sesión propuesta, los resultados obtenidos y la posibilidad de mejora.

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas

de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA4, CE2, CE3)

2.3.1 Trabaja de forma armónica sus capacidades físicas realizando las actividades con creatividad y eficacia.

2.3.2. Realiza en clase las actividades motrices propuestas implicándose activamente en la solución de posibles problemas.

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

2.4.1 Demuestra constante respeto, atención y esfuerzo durante el desarrollo de las actividades propuestas durante cada sesión asistiendo puntualmente a clase.

c) Competencia específica 3.

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

3.1.1 Reconoce la importancia y aplica los principios básicos de atención, colaboración, respeto y esfuerzo para el correcto desarrollo de las clases.

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

3.2.1 Se motiva hacia la práctica de las actividades propuestas reforzando la unión entre compañeros y compartiendo objetivos, intereses y experiencias en común.

3.2.2 Muestra actitudes de colaboración, trabajo en equipo, respeto e integración en las propuestas motrices requeridas.

3.2.3 Acuerda con su equipo el procedimiento para participar en juegos de cooperación.

3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y

cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)

3.3.1 Sabe hacer uso de habilidades sociales para potenciar el respeto como valor fundamental tanto en las clases de EF como en la vida diaria

d) Competencia específica 4.

4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.1.1 Participa activamente en la exposición, realización y conservación de las manifestaciones artístico-expresivas y lúdicas vinculadas a diferentes culturas.

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

4.2.1 Desarrolla habilidades y destrezas para ejecutar los fundamentos técnicos y tácticos básicos de las modalidades deportivas individuales y colectivas.

4.2.2 Muestra actitudes de colaboración, trabajo en equipo, respeto e integración en la práctica deportiva.

4.2.3 Acepta reglas, tiempo, espacio y roles en el deporte realizado.

4.2.4 Adquiere los fundamentos del juego al participar en los deportes indicados.

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

4.3.1 Realiza correctamente las actividades de expresión corporal propuestas, participando activamente tanto de forma individual como colectiva.

e) Competencia específica 5.

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (STEM3, STEM5, CC4, CE1, CE3)

5.1.1. Valora la importancia de respetar el entorno natural, cuidarlo y conservarlo en la realización de actividades motrices en diferentes entornos y en su vida diaria.

5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)

5.2.1 Diseña y participa activamente en actividades deportivas en distintos medios.

5.2.2 Aplica normas de seguridad en la realización de diversas actividades físico-deportivas en diferentes entornos y situaciones.

TERCER CURSO: Criterios de evaluación e indicadores de logro

a) Competencia específica 1.

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

1.1.1. Participa de forma activa en las sesiones de Condición física y es capaz de relacionarlos con la salud.

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

1.2.1. Elabora de manera autónoma el calentamiento y la vuelta a la calma controlando la intensidad de estos procesos.

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

1.3.1. Incorpora a su vida hábitos saludables de alimentación y posturales teniendo en cuenta sus individualidades.

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

1.4.1. Llega puntual y pone en práctica durante la clase hábitos higiénicos como el calentamiento y la vuelta a la calma.

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

1.5.1. Es capaz de prevenir durante las clases aquellas situaciones de riesgo que pueden provocar lesiones.

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

1.6.1. Aplica conocimientos básicos de primeros auxilios ante situaciones de emergencia que pueden darse en la clase.

1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)

1.7.1. Adopta una actitud crítica y rechaza comportamientos negativos relativos al ámbito corporal, género y diversidad sexual.

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

1.8.1. Realiza un uso adecuado de aplicaciones propuestas en clase sirviendo estas como herramienta pedagógica.

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

1.9.1. Utiliza las TICs para la creación y exposición de trabajos de EF.

b) Competencia específica 2.

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

2.1.1. Lleva a cabo proyectos actividad física y deportiva teniendo en mente las diferentes variables como pueden ser los materiales, participantes, etc.

2.1.2. Analiza el trabajo propio y de sus compañeros a través del uso de instrumentos de autoevaluación y coevaluación.

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

2.2.1. Aplica diariamente los aspectos técnicos y tácticos propios de las actividad física o deportiva en situaciones reales.

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

2.3.1. Controla y domina el cuerpo en las diferentes situaciones físico-deportivas que se presentan.

2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades y valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)

2.4.1. Participa activamente en las tareas de aprendizaje relacionadas con diferentes situaciones motrices, asociando actitudes de esfuerzo y superación con la mejora en la ejecución.

c) Competencia específica 3.

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

3.1.1. Llega puntualmente para asumir un papel activo en la organización de actividades motrices, demostrando tolerancia y respeto independientemente del rol desarrollado en cada momento.

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

3.2.1. Colabora diariamente de forma individual y en grupo para que la actividad motriz alcance el resultado adecuado.

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

3.3.1. Hace uso de habilidades sociales diariamente de forma reflexiva y rechazando la violencia.

d) Competencia específica 4.

4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes y evolución. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.1.1. Experimenta de forma adecuada actividades físico-deportivas tanto de CYL como del mundo.

4.1.2. Reflexiona sobre la evolución y orígenes del deporte en la sociedad actual.

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

4.2.1. Reconoce y rechaza estereotipos de género y actitudes sexistas asociados a la Actividad Física y deportiva.

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

4.3.1. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estético o expresivo.

e) Competencia específica 5.

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

5.1.1. Participa de forma activa en las actividades fuera del centro en el medio natural o urbano, teniendo en cuenta condiciones como participantes, instalaciones, meteorología, etc.

5.1.2. Respeta el medio natural y urbano donde tienen lugar las diferentes actividades físico-deportivas.

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

5.2.1. Planifica actividades físico- deportivas sencillas en el medio urbano y natural cercano poniendo en práctica normas preventivas de seguridad individuales y colectivas sobre la identificación de conductas de riesgo.

CUARTO CURSO: Criterios de evaluación e indicadores de logro

a) Competencia específica 1.

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

1.1.1. Lleva a cabo, en grupo o individualmente, de manera práctica, sesiones de Condición Física y planes de entrenamiento dirigidos a un mantenimiento físico saludable.

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

1.2.1. Elabora, en grupo o individualmente, planes de acondicionamiento físico considerando las variables a tener en cuenta según las características e intereses personales propias y/o del resto de los componentes del grupo-clase.

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

1.3.1. Incorpora a los distintos planes de acondicionamiento físico rutinas saludables considerando las características personales de los participantes.

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

1.4.1. Llega puntual a clase y utiliza de manera adecuada, en cada una de las sesiones, técnicas de activación, control y recuperación en la realización de cualquier actividad física.

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

1.5.1. Previene diariamente los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y la del grupo.

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

1.6.1. Lleva a cabo una correcta actuación de primeros auxilios básicos ante una determinada situación dada o planteada en clase.

1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)

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

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

1.8.1. Incluye en las exposiciones grupales y/o en un plan de entrenamiento físico el uso adecuado de aplicaciones relacionadas con el deporte y/o la actividad física.

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

1.9.1. Comunica la información de manera correcta para su discusión o difusión, con una buena presentación (limpieza, sin faltas de ortografía...) pudiendo hacer uso de la herramienta tecnológica más adecuada para dicha comunicación.

b) Competencia específica 2.

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

2.1.1. Dirige actividades físicas y/o deportivas teniendo en cuenta todos los diferentes condicionantes que puedan aparecer en la práctica de las mismas (participantes, materiales, instalaciones, meteorología...) para llevarlas a cabo de una manera segura.

2.1.2. Completa, registra y evalúa adecuadamente el trabajo propio y el de sus compañeros a través de planillas de autoevaluación y coevaluación respectivamente.

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

2.2.1. Resuelve diariamente con eficacia todas las situaciones motrices planteadas en actividades donde existen participantes que persiguen el mismo objetivo.

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

2.3.1. Controla y domina su cuerpo constantemente en las actividades físico-deportivas utilizando, de manera adecuada, diferentes estrategias donde se ha de tener en cuenta las diferentes condiciones cambiantes que puedan aparecer en las mismas.

2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando una progresiva autoestima y valorando todas sus actuaciones durante la ejecución de las tareas motrices. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)

2.4.1. Practica, diariamente, las actividades planteadas de manera activa, con esfuerzo y dedicación con el objetivo de mejorar sus capacidades y habilidades personales, mostrando, en cada una de las sesiones, interés por la asignatura y respeto a las normas de clase (comportamiento, llegada puntal a clase, no faltando de manera injustificada...)

c) Competencia específica 3.

3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas

antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)

3.1.1. Participa activamente con esfuerzo, dedicación e interés (incluyéndose la llegada puntual a clase), durante cada una de las sesiones, en las actividades planteadas independientemente del rol asumido en cada una de ellas (participante, encargado, público u otros).

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

3.2.1. Colabora, diariamente, con el resto de participantes en actividades físico-deportivas respetando las normas de clase y del grupo e identificando todos aquellos aspectos necesarios para el buen funcionamiento de las mismas ya sea en la toma de decisiones según los diferentes roles, la gestión del tiempo de práctica (incluyéndose la llegada puntual a clase) y/o la optimización del resultado final.

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

3.3.1. Respeta, en cada una de las sesiones, el entorno, las reglas sociales generales (incluyéndose la llegada puntual a clase) y las del resto de participantes en las actividades físico-deportivas practicadas mostrando una continua actitud reflexiva y crítica ante los posibles estereotipos que pueden surgir cada día relacionados con las manifestaciones deportivas

d) Competencia específica 4.

4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)

4.1.1. Practica, de manera adecuada, varias actividades físico-deportivas relacionadas con la cultura propia y/o procedente de otras regiones o países.

4.1.2. Reflexiona críticamente, de manera clara y fluida, sobre la influencia social de las diferentes manifestaciones lúdicas y deportivas en la actualidad, valorando aspectos de las mismas (orígenes, evolución, intereses económico-políticos...)

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

4.2.1. Lleva a la práctica, individualmente o en grupo, ejercicios y/o actividades físico-deportivas considerando, en todo momento, las diferencias motrices entre los participantes y no únicamente por prejuicios sexistas.

4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)

4.3.1. Lleva a la práctica diferentes composiciones o montajes relacionados con la expresión corporal, ya sea de manera individual y/o colectiva, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.

e) Competencia específica 5.

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

5.1.1. Participa activamente en cada una de las sesiones de actividades físicas y/o deportivas (en entornos urbanos y/o en entornos naturales terrestres o acuáticos) teniendo en cuenta todos los condicionantes que puedan aparecer en la práctica de las mismas (participantes, materiales, instalaciones, meteorología...) para llevarlas a cabo de una manera segura.

5.1.2. Respeta, en cada una de las sesiones, el entorno de práctica con independencia de la instalación, ya sea del centro educativo, medio urbano, medio natural terrestre y/o acuático, a la hora de emplear el mismo en las actividades físico-deportivas practicadas.

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

5.2.1. Diseña y dirige actividades físicas y/o deportivas en el medio natural y/o urbano teniendo en cuenta todos los condicionantes que puedan aparecer en la práctica de las mismas (participantes, materiales, instalaciones, meteorología...) para llevarlas a cabo de una manera segura.

Por otro lado, siguiendo el artículo 9.3 del DECRETO 39/2022, los **contenidos** se han formulado integrando **conocimientos, destrezas y actitudes** cuyo aprendizaje resulta necesario para la adquisición de las competencias específicas. Por ello, a la hora de su determinación se han tenido en cuenta los criterios de evaluación, puesto que estos últimos determinan los aprendizajes necesarios para adquirir cada una de las competencias específicas.

A pesar de ello, en el currículo establecido en este decreto no se presentan los contenidos vinculados directamente a cada criterio de evaluación, ya que las competencias específicas se evaluarán a través de la puesta en acción de diferentes contenidos. De esta manera se otorga al profesorado la flexibilidad suficiente para que pueda establecer en su programación docente las conexiones que demanden los criterios de evaluación en función de las situaciones de aprendizaje que al efecto diseñe.

Los contenidos de Educación Física se estructuran en seis bloques:

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

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

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

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: El control de las propias emociones, el desarrollo de las habilidades sociales, el fomento de las relaciones inclusivas, el respeto a las reglas y el rechazo de las conductas contrarias a la convivencia.

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

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno: Consumo responsable y sostenible, uso y cuidado del entorno natural y urbano, recuperación de espacios, entre otros.

Aunque se presenten como bloques junto al resto, en Educación Física, el trabajo en todas las unidades de trabajo persigue un “tratamiento transversal” de los contenidos recogidos tanto en el bloque A como en el D.

PRIMER CURSO: Contenidos.

A. Vida activa y saludable (VAS).

A1- Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura del *core* (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.

A2- Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. Desarrollo de actitudes preventivas.

A3- Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.

B. Organización y gestión de la actividad física (OGAF).

B1- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

B2- Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.

B3- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

B4- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

B5- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.

B6- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

B7- Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices (RPSM).

C1- Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.

C2- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

C3- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

C4- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica.

C5- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.

C6- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices (AEISMM).

D1- Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

D2- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

D3- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

D4- Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBifóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz (MCM).

E1- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.

E2- Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.

E3- Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

E4- Deporte y perspectiva de género: Presencia y relevancia de figuras del deporte masculinas y femeninas.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno (IESE).

F1- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.

F2- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

F3- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour, skate* u otras manifestaciones similares).

F4- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.

F5- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.

F6- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.

F7- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

PRIMER CURSO: Unidades de trabajo.

1. Presentación y hábitos saludables
2. Habilidades motrices básicas
3. Acondicionamiento físico general
4. Atletismo: carreras y relevos
5. Expresión Corporal: mimo y dramatización
6. Cualidades físicas básicas
7. Gimnasia deportiva: coordinación y agilidad
8. Deportes colectivos I y II: baloncesto y balonmano
9. Actividades en espacios naturales: Orientación, senderismo, tiro con arco y ruta por los árboles.
10. Juegos y deportes tradicionales
11. Trabajo mi equilibrio
12. Trabajos y exámenes

Abreviatura utilizada para los Instrumentos y Agentes de Evaluación:

Observación Directa	OD
Trabajos y Producciones del alumno	TP
Pruebas Orales (Exposiciones)	PO
Pruebas Escritas	PE
Pruebas Prácticas	PP
Autoevaluación	AUTO
Coevaluación	COE
Heteroevaluación	HET

Unidades de trabajo 1º ESO		Contenidos	C.E: Indicadores de logro	Inst. de evaluación	Nº sesiones
1.	Presentación y Hábitos saludables	VAS: A1 A2 A3 OGAF: B3	1.1.1 - 1.2.1 1.3.1- 1.3.2 1.4.1 - 1.5.1 - 1.6.1 - 1.7.1	OD HET	2
2.	Habilidades M. Básicas	VAS: A3 OGAF: B1 B2 B4 RPSM: C1 C4	1.1.2 - 1.2.2 - 1.3.2	OD PP HET	4
3.	Acondicionamiento físico general	VAS: A3 OGAF: B6 B7 RPSM: C2 C3	1.1.1 -1.1.3 -1.2.1 - 1.2.2 1.3.1 - 1.3.2 - 1.4.1 -1.5.1 1.7.1 2.2.1 - 2.3.1	OD PP AUTO HET	6
4.	Atletismo: carreras y relevos	OGAF: B1 B4 B6 B7 RPSM: C1 C4 AEISSM: D1 D2 D4 MCM: E4	1.5.1 - 1.6.1 2.1.1 - 2.1.2 - 2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.2.2 - 3.2.3 - 3.3.1 5.2.2	OD PP HET	6
5.	Expresión Corporal	OGAF: B2 RPSM: C1 AEISSM: D1 D2 D4 MCM: E2 E3	1.1.2 4.1.1 - 4.2.2 - 4.3.1	OD PP HET	4
6.	Gimnasia deportiva: coordinación y agilidad.	RPSM: C5 C6	2.2.1 - 2.2.2 - 2.3.2	OD PP AUTO HET	4
7.	Trabajo mi equilibrio	RPSM: C1 C4 C5 C6	2.2.1 - 2.2.2 - 2.3.2	OD TP PP AUTO HET	4
8.	Deportes colectivos I: Baloncesto	OGAF: B1 B4 B6 B7 RPSM: C1 C4 AEISSM: D1 D2 D3 D4 MCM: E4	1.5.1 - 1.6.1 2.1.1 - 2.1.2 - 2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.2.2 - 3.2.3 - 3.3.1 5.2.2	OD	8
	Deportes colectivos II: Balonmano			PE PP HET	
9.	Cualidades Físicas Básicas	VAS: A3 RPSM: C2 C3	1.1.1 - 1.1.3 - 1.2.1 - 1.2.2 - 1.3.1 - 1.3.2 - 1.4.1 - 1.5.1 - 1.7.1 2.2.1 - 2.3.1	OD PP HET	4
10.	Juegos y Deportes tradicionales	OGAF: B1 B4 B6 B7 RPSM: C1 AEISSM: D2 MCM: E1 IESE: F3	1.5.1 2.2.1 - 2.4.1 3.3.1 - 3.2.3 4.1.1 - 4.2.4 5.2.1 - 5.2.2	OD TP PO PP HET	8
11.	Actividades en el Medio Natural	OGAF: B6 B7 RPSM: C6 IESE: F1 F4 F5 F6 F7	1.1.2 - 1.5.1 2.2.1 - 2.3.2 - 2.4.1 3.2.2 - 3.3.1 4.1.1 5.1.1 - 5.2.1 - 5.2.2	OD PP AUTO HET	2
12.	Conceptos, trabajos, pruebas/ exámenes	OGAF: B5	1.8.1 - 1.9.1	TP PE PO HET	2

SEGUNDO CURSO: Contenidos.

A. Vida activa y saludable (VAS).

A1- Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias, de relajación y su aplicación. Musculatura del *core* (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento y su relación con el mantenimiento de la postura. Reconocimiento de posturas incorrectas propias y su corrección. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.

A2- Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. Desarrollo de actitudes preventivas.

A3- Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.

B. Organización y gestión de la actividad física (OGAF).

B1- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

B2- Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.

B3- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

B4- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

B5- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.

B6- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

B7- Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices (RPSM).

C1- Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.

C2- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

C3- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

C4- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica.

C5- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.

C6- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices (AEISSM).

D1- Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

D2- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

D3- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

D4- Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz (MCM).

E1- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.

E2- Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.

E3- Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

E4- Deporte y perspectiva de género: Presencia y relevancia de figuras del deporte masculinas y femeninas.

E5- Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno (IESE).

F1- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.

F2- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

F3- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour, skate* u otras manifestaciones similares).

F4- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.

F5- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.

F6- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.

F7- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

SEGUNDO CURSO: Unidades de trabajo.

1. Presentación y hábitos saludables.
2. Habilidades motrices básicas.
3. Acondicionamiento físico general.
4. Atletismo: salto de altura.
5. Expresión Corporal: relajación. Actividades rítmico-musicales.
6. Cualidades físicas: Fuerza.
7. Gimnasia deportiva: coordinación y agilidad.
8. Deportes colectivos I y II: baloncesto y balonmano.
9. Actividades en espacios naturales: Orientación y senderismo.
10. Juegos y deportes tradicionales.
11. Trabajo mi equilibrio.
12. Trabajos y exámenes.

Unidades de trabajo 2º ESO		Contenidos	C.E: Indicadores de logro	Inst. de evaluación	Nº sesiones
1.	Presentación y Hábitos saludables	VAS: A1 A2 A3 OGAF: B3	1.1.1 - 1.2.1 1.3.1- 1.3.2 1.4.1 - 1.5.1 - 1.6.1 - 1.7.1	OD HET	2
2.	Habilidades M. Básicas	VAS: A3 OGAF: B1 B2 B4 RPSM: C1 C4	1.1.2 - 1.2.2 - 1.3.2	OD PP HET	4
3.	Acondicionamiento físico.	VAS: A3 OGAF: B6 B7 RPSM: C2 C3	1.1.1 -1.1.3 -1.2.1 - 1.2.2 1.3.1 - 1.3.2 - 1.4.1 -1.5.1 1.7.1 2.2.1 - 2.3.1	OD PP AUTO HET	6
4.	Atletismo: salto de altura	OGAF: B1 B4 B6 B7 RPSM: C1 C4 AEISSM: D1 D2 D4 MCM: E4	1.5.1 - 1.6.1 2.1.1 - 2.1.2 - 2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.2.2 - 3.2.3 - 3.3.1 5.2.2	OD PP HET	6
5.	Expresión Corporal. Relajación. Actividades rítmico-musicales.	OGAF: B2 RPSM: C1 AEISSM: D1 D2 D4 MCM: E2 E3	1.1.2 4.1.1 - 4.2.2 - 4.3.1	OD PP HET	4
6.	Agilidad.	RPSM: C5 C6	2.2.1 - 2.2.2 - 2.3.2	OD PP AUTO HET	4
7.	Equilibrio	RPSM: C1 C4 C5 C6	2.2.1 - 2.2.2 - 2.3.2	OD TP PP AUTO HET	4
8.	Deportes colectivos I: Baloncesto	OGAF: B1 B4 B6 B7 RPSM: C1 C4 AEISSM: D1 D2 D3 D4 MCM: E4	1.5.1 - 1.6.1 2.1.1 - 2.1.2 - 2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.2.2 - 3.2.3 - 3.3.1 5.2.2	OD PE PP HET	8
	Deportes colectivos II: Balonmano				6
9.	Cualidades Físicas Básicas. Fuerza	VAS: A3 RPSM: C2 C3	1.1.1 - 1.1.3 - 1.2.1 - 1.2.2 - 1.3.1 - 1.3.2 - 1.4.1 - 1.5.1 - 1.7.1 2.2.1 - 2.3.1	OD PP HET	4
10.	Juegos y Deportes tradicionales	OGAF: B1 B4 B6 B7 RPSM: C1 AEISSM: D2 MCM: E1 IESE: F3	1.5.1 2.2.1 - 2.4.1 3.3.1 - 3.2.3 4.1.1 - 4.2.4 5.2.1 - 5.2.2	OD TP PO PP HET	8
11.	Actividades en el Medio Natural	OGAF: B6 B7 RPSM: C6 IESE: F1 F4 F5 F6 F7	1.1.2 - 1.5.1 2.2.1 - 2.3.2 - 2.4.1 3.2.2 - 3.3.1 4.1.1 5.1.1 - 5.2.1 - 5.2.2	OD PP AUTO HET	2
12.	Conceptos, trabajos, pruebas/ exámenes	OGAF: B5 MCM: E5	1.8.1 - 1.9.1 - 1.9.2	TP PE PO HET	2

TERCER CURSO: Contenidos.

A. Vida activa y saludable (VAS).

A1- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación del entrenamiento. Alimentación saludable. Balance energético y actividad física. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

A2- Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte.

A3- Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B. Organización y gestión de la actividad física (OGAF).

B1- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.

B2- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo convencional y autoconstruido.

B3- Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física

B4- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.

B5- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.

B6- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

B7- Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices (RPSM).

C1- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil.

C2- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

C3- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.

C4- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: identificación y corrección de errores comunes.

C5- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles.

C6- Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices (AEISSM).

D1- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

D2- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

D3- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo.

D4- Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz (MCM).

E1- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.

E2- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.

E3- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

E4- Deporte y perspectiva de género: Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno (IESE).

F1- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.

F2- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

F3- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (*crossfit*, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares).

F4- Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.

F5- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.

F6- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.

F7- Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

TERCER CURSO: Unidades de trabajo.

- 1.- Activación y vuelta a la calma.
- 2.- Acondicionamiento Físico I: Resistencia y Flexibilidad
- 3.- Deportes alternativos I: el Béisbol en EF
- 4.- Primeros Auxilios
- 5.- Dramatización y coreografías grupales.
- 6.- Bádminton
- 7.- Juegos cooperativos
- 8.- Acondicionamiento Físico II: Fuerza y CV
- 9.- Deportes alternativos II. Rugby- tag
- 10.- El Balonmano: técnica y táctica básica.
- 11.-Valoración final.

Unidades de trabajo 3º ESO		Contenidos	C.E.: Indicadores de Logro	Instr. de evaluación	Nº sesiones
1.	Activación y Vuelta a la calma	VAS: A1- A3 OGAF: B3- B4- B6 AEISSM: D2	1.2.1 - 1.2.2 1.4.1 1.5.1	OD TP PO COE HET	3
2.	Acondicionamiento F. I: Flexibilidad y Resistencia	VAS: A1 OGAF: B1- B5- B7 AEISSM: D1	1.1.1 – 1.1.2 – 1.1.3 – 1.4.1 – 1.6.1 1.7.1 – 1.7.2 – 1.8.1 - 1.9.1 2.1.1 5.1.1 – 5.1.2	OD TP PP HET	8
3.	D. Alternativos I Béisbol en EF	VAS: A2 OGAF: B2 – B6 RPSM: C1 – C2- C4 AEISSM: D3 – D4 MCM: E1	1.5.2 – 1.9.2 2.1.2 – 2.2.1 – 2.2.2 – 2.4.1 3.1.1 – 3.1.2 – 3.3.1 4.1.1	OD TP PP PE COE - HET	6
4.	Primeros Auxilios	VAS: A1 OGAF: B6-7 IES: F4	1.5.1-1.6.1 4.3.1 5.2.1	OD PP/ PO COE HET	6
5.	Dramatización y coreografías grupales	OGAF: B1 –B2-B3- B4 RPSM: C1 –C2-C5 AEISSM: D1 – D2- D4 MCM: E2-E3-E4	2.1.1 – 2.1.2 2.3.1 3.2.1 3.3 4.3.1	OD PP AUT HET	5
6.	Bádminton	VAS A1 OGAF: B1 – B3 RPSM: C2 – C6 AEISSM: D1 IES: F3 – F4 – F6 – F7	1.2.1 – 1.5.1 – 1.5.2 2.1.1 – 2.1.2 – 2.3.1 – 2.4.1 3.2.1 5.2.1	OD TP PP COE/ HET	8
7.	Orientación	OGAF: B5 RPSM: C1 – C6 AEISSM: D2 IES: F1-F7	1.4.1-1.8.1-1.9.1- 2.1.1 3.3.1 4.1.1 5.1.1-5.1.2-5.2.1	OD PO PP COE/ HET	4
8.	Acondicionamiento F. II: Fuerza y CV	VAS: A1 – A3 OGAF: B3 – B5 RPSM: C3 IES: F3	1.1.1 – 1.3.1 – 1.3.2 1.4.1 – 1.7.1 - 1.8.1 3.1.1 4.2.1	OD TP HET	4
9.	Balonmano: técnica y táctica básica.	VAS: A3 OGAF: B4 - B5 - B6 RPSM: C1 – C2 – C4	1.4.1 – 1.5.1 – 1.5.2 2.1.1 – 2.2.1 – 2.2.2 3.1.1 – 3.1.2 – 3.2.1	OD TP/PO PP AUT HET	8

		AEISSM: D2 - D3 – D4 MCM: E4			
10.	El Rugby- tag: rugby adaptado	OGAF: B2 RPSM: C1 – C4 AEISSM: D3 MCM: E1	1.2.1 – 1.5.2 – 1.7.2 2.2.1 – 2.2.2 3.1.2 4.1.1 – 4.2.1	OD TP HET	4
11.	Valoración Final	VAS OGAF RPSM AISSM MCM IES	1.1.1 – 1.1.3 – 1.4.1 – 1.6.1 2.1.1 3.1.1 – 3.2.1 – 3.3.1 4.1.1 – 4.3.2 5.1.1 – 5.2.1	OD PO / PP COE HET	3

CUARTO CURSO: Contenidos.

A. Vida activa y saludable (VAS).

A1- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento, zona de actividad. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Balance energético y actividad física. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Reconocimiento y corrección de posturas incorrectas en otros. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

A2- Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.

A3- Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B. Organización y gestión de la actividad física (OGAF).

B1- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.

B2- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo convencional y autoconstruido.

B3- Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física y reflexión crítica sobre su importancia.

B4- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.

B5- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.

B6- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

B7- Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices (RPSM).

C1- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil.

C2- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

C3- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.

C4- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.

C5- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles.

C6- Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices (AEISSM).

D1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

D2- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

D3- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo.

D4- Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz (MCM).

E1- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.

E2- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.

E3- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.

E4- Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.

E5- Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno (IESE).

F1- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.

F2- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

F3- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares).

F4- Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.

F5- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.

F6- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

F7- Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

CUARTO CURSO: Unidades de trabajo.

1. Partes de una sesión de EF: Activación, parte principal y vuelta a la calma.
2. Capacidades Físicas Básicas: Acondicionamiento Físico General.
3. Actuación ante imprevistos que surgen en la práctica.
4. Acrosport. Control del tiempo, intensidad y organización grupal.
5. Voleibol: aspectos técnicos y tácticos básicos.
6. Multideporte: Deportes alternativos, adaptados y en espacios naturales.
7. Valoración final. Redondeos con contenidos de toda la etapa de ESO.

Unidades de trabajo 4º ESO		Contenidos	C.E: Indicadores de logro	Inst. de evaluación	Nº sesiones
1.	Partes de una sesión de EF: Activación, parte principal y vuelta a la calma.	VAS: A1 A3 OGAF: B1 B2 B3 B6 RPSM: C1 C2 C3 AEISSM: D2 D3 D4 MCM: E4	1.1.1 - 1.2.1 - 1.3.1 - 1.4.1 - 1.5.1 - 1.7.1 2.1.1 - 2.2.1 - 2.3.1 - 2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.3.1 4.1.1 - 4.2.1 5.1.1 - 5.1.2	OD HET	4
2.	CFB: Acondicionamiento físico general.	VAS: A1 A3 OGAF: B1 B2 B3 B4 B6 RPSM: C1 C2 C3 C4 C5 AEISSM: D1 D2 D3 D4 MCM: E4 E6 IESE: F3 F7	1.1.1 - 1.2.1 - 1.3.1 - 1.4.1 - 1.5.1 - 1.7.1 - 1.8.1 - 1.9.1 2.1.1 - 2.1.2 - 2.2.1 - 2.3.1 - 2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.3.1 4.1.1 - 4.2.1 5.1.1 - 5.1.2	OD PO COE AUTO HET	12
3.	Actuación ante imprevistos que surgen en la práctica.	VAS: A1 A2 A3 OGAF: B2 B3 B4 B5 B6 B7 RPSM: C5 C6 AEISSM: D1 D2 D4 IESE: F4	1.3.1 - 1.4.1 - 1.5.1 - 1.6.1 - 1.9.1 2.1.2 - 2.2.1 - 2.3.1 - 2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.3.1 5.1.1 - 5.1.2	TP PO COE AUTO HET	3
4.	Acrosport. Control del tiempo, intensidad y organización grupal.	VAS: A1 A3 OGAF: B1 B2 B3 B4 B5 B6 RPSM: C1 C2 C3 C4 C5 AEISSM: D1 D2 D4 MCM: E1 E2 E3 E4 E6 IESE: F3	1.4.1 - 1.5.1 - 1.7.1 2.1.2 - 2.2.1 - 2.3.1 - 2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.3.1 4.1.1 - 4.2.1 - 4.3.1 5.1.1 - 5.1.2	OD PP COE AUTO HET	7
5.	Voleibol: aspectos técnicos y tácticos básicos.	VAS: A1 OGAF: B1 B3 B4 B5 B6 RPSM: C1 C2 C4 C5 AEISSM: D1 D2 D3 D4 MCM: E1 E4 E6	1.4.1 - 1.5.1 - 1.7.1 - 1.9.1 2.1.1 - 2.1.2 - 2.2.1 - 2.3.1 - 2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.3.1 4.1.1 - 4.2.1 5.1.1 - 5.1.2	OD PP COE AUTO HET	15
6.	Multideporte: Deportes alternativos, adaptados y en espacios naturales.	VAS: A1 A3 OGAF: B1 B2 B3 B4 B5 B6 RPSM: C1 C2 C3 C4 C5 C6 AEISSM: D1 D2 D3 D4 MCM: E1 E4 E6 IESE: F2 F3 F4 F5 F6 F7	1.4.1 - 1.5.1 - 1.9.1 2.1.1 - 2.1.2 - 2.2.1 - 2.3.1 - 2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.3.1 4.1.1 - 4.1.2 - 4.2.1 5.1.1 - 5.1.2 - 5.2.1	OD PO COE AUTO HET	15

7.	Valoración final. Redondeos con contenidos de toda la etapa de ESO.	VAS: A1 OGAF: B1 B3 RPSM: C1 C2 C3 C4 C5 AEISSM: D1 D2 D4 IESE: F3	1.3.1 - 1.4.1 - 1.5.1 - 1.8.1 2.2.1 - 2.3.1 - 2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.3.1 4.3.1 5.1.1 - 5.1.2	PP HET	4
----	--	--	---	-----------	---

Con respecto al grupo bilingüe en 4º de ESO, todo lo reflejado en la programación se refiere a todos y cada uno de los grupos, sean o no bilingües, concretando en los anexos de esta Programación Didáctica aspectos relacionados con el grupo bilingüe.

e. CONTENIDOS DE CARÁCTER TRANSVERSAL QUE SE TRABAJAN DESDE LA MATERIA.

Tal y como se determina en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto de currículo, en todas las materias se **trabajarán** los contenidos transversales expuestos en el artículo 6 del RD 217/2022:

- La comprensión lectora.
- La expresión oral y escrita.
- La comunicación audiovisual.
- La competencia digital.
- El emprendimiento social y empresarial.
- El fomento del espíritu crítico y científico.
- La educación emocional y en valores.
- La igualdad de género.
- La creatividad.

Además, el artículo 10 del Decreto establece que **en todas las materias se trabajarán** las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable y la educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza, **así como se fomentarán** la educación para la salud (**EPS**), la formación estética (**FE**), la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable (**ESCR**) y el respeto mutuo y la cooperación entre iguales (**COOP**).

Los centros educativos fomentarán la prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, la paz, la democracia, la pluralidad, el respeto a los derechos humanos y al Estado de derecho, y el rechazo al terrorismo y a cualquier tipo de violencia.

Asimismo, garantizarán la transmisión al alumnado de los valores y las oportunidades de la Comunidad de Castilla y León, como una opción favorable para su desarrollo personal y profesional.

Contenidos transversales	Tareas asociadas
Comprensión lectora (CL)	Identificar ideas principales de Lecturas de textos y Lectura de apuntes. En las 3 evaluaciones de seguimiento.
Expresión Oral y escrita (EOE)	Siempre en clase práctica: <ul style="list-style-type: none"> - mediante breves explicaciones relacionadas con las tareas a realizar - de forma puntual, exposiciones de trabajos con o sin apoyo en texto. - de forma puntual, entrega por escrito de tareas de aprendizaje relacionadas con lecturas realizadas o con contenidos de la materia concretos.
Comunicación audiovisual (CA)	Se presentarán determinadas tareas, sobre todo a partir de 3º, utilizando fotografía, y medios que permitan grabar mensajes de audio y vídeo con las respuestas o soluciones planteadas en una determinada unidad.
Competencia digital (CD)	Utilización de herramientas digitales adecuadas a las tareas en las que los alumnos tienen que crear conocimientos. En todas las evaluaciones. Utilización de Teams y correo educacyl para comunicar y compartir contenidos y tareas solicitadas. En todas las evaluaciones.
El emprendimiento social y empresarial (ESE)	Tareas en las que se pide analizar impacto ambiental de ciertas actividades físicas, proponiendo ideas o soluciones éticas. En trabajos o proyectos grupales, propone ideas y toma decisiones para llegar a buenos resultados.
El fomento del espíritu crítico y científico (FEC)	A través de lecturas sobre temas relacionados con la actualidad y la actividad física, se propiciarán análisis de la información, desarrollo de opiniones propias respetuosas de las demás mediante debates breves.
La educación emocional y en valores (EEV)	Actividades de Expresión corporal Actividades de autocontrol y relajación
La igualdad de género (IG)	Tareas por determinar en fechas clave: 25N, 8M Siempre, como principio que rige nuestra actuación en clase: identificando estereotipos propios de la EF y el deporte y haciendo planteamientos coeducativos y de igualdad de oportunidades en el desarrollo de capacidades y de currículo equilibrado con deportes mixtos o coeducativos. Lenguaje utilizado no sexista, presentación de modelos profesionales femeninos. Elección adecuada de estilos de enseñanza. Organización de espacio, grupos de trabajo y utilización de material. Encauzar situaciones competitivas y atribuir funciones de liderazgo a las chicas.
La creatividad (CREA)	Proyectos de creación asociados a diferentes unidades de trabajo según curso de la etapa.
TICs, uso responsable (TIC)	Vale lo expuesto para el contenido Competencia Digital, también desarrollado en el anexo de utilización de TICs.

<p>Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad (ECEP)</p>	<p>Actividades al inicio de curso para identificar las normas generales a respetar en el lugar de trabajo: puntualidad, pabellón limpio, uso de teléfonos.</p> <p>Actividades al inicio de cada unidad para identificar las reglas a respetar en dicha unidad de trabajo.</p> <p>Solución dialogada de conflictos</p> <p>Trabajo en equipos con compañeros diferentes</p>
---	---

f. METODOLOGÍA DIDÁCTICA.

1. Principios metodológicos

Para elaborar este punto se toma como referencia el artículo 13 del Decreto 39, que a su vez cita las **orientaciones metodológicas** que se concretan para la materia Educación Física a partir de los principios metodológicos de la etapa establecidos en el anexo II.A.

Se partirá de los centros de interés del alumnado, para que construyan su conocimiento con autonomía, creatividad, desde sus propios aprendizajes y experiencias. *“La práctica docente garantizará la personalización del aprendizaje, la igualdad de oportunidades y la inclusión educativa a través de la puesta en práctica de los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA).”* Teniendo en cuenta las características particulares donde tenga lugar cada proceso de aprendizaje, **se deberá otorgar progresivamente al alumnado un papel activo, participativo y reflexivo** que le permita crear y comunicar su propio conocimiento en el ámbito de la materia.

En cuanto al desarrollo de las competencias clave, **el alumnado será competente en la medida en que sea capaz de seleccionar y movilizar, entre los aprendizajes adquiridos, aquellos que le permitan dar respuestas apropiadas en situaciones diversas.**

Por ese motivo, se hace necesario que se planteen en el aula estrategias metodológicas que, tomando como punto de partida tanto el nivel competencia inicial del alumnado como su realidad y contemplando una amplia diversidad de contextos de aprendizaje, aseguren que serán capaces de transferir los aprendizajes a contextos diferentes, a lo largo del tiempo, para resolver problemas en entornos reales.

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

- la actuación autónoma (en situaciones personales y sociales, simples y complejas)

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

“Algunas de las metodologías activas que en Educación Física ayudarán a diseñar situaciones de aprendizaje adecuadas son los centros de interés, el aprendizaje basado en problemas y el trabajo por proyectos entre otros, teniendo en cuenta la diversidad de ritmos de aprendizaje que nos encontraremos en el aula. El alumnado en esta materia deberá irse familiarizando con técnicas variadas como la expositiva, la demostración, la investigación, diálogo, la discusión y debate, el descubrimiento, el estudio dirigido, la representación de roles, la experimentación, la colaboración y cooperación, entre otras. Además, no conviene olvidar que en Educación Física el trabajo en equipo es fundamental para adquirir las competencias clave recogidas en el Perfil de salida de la enseñanza básica”.

2. Métodos pedagógicos: estilos, estrategias y técnicas de enseñanza.

Siguiendo las orientaciones del anexo IIA, **los principios metodológicos citados reservan para el alumnado un desempeño activo y participativo** que potencie la capacidad reflexiva y de aprender por sí mismos y la capacidad de búsqueda selectiva y el tratamiento de la información a través de diferentes soportes, de forma que sean capaces de crear, organizar y comunicar su propio conocimiento.

Como complemento, el docente desempeñará la función de mediador o facilitador, acompañante o guía del alumno, en especial a través del **diseño de situaciones de aprendizaje en las que se propondrán tareas que permitan al alumnado resolver problemas aplicando los conocimientos o saberes de manera interdisciplinar**. De esa manera se potenciará la autonomía progresiva de los alumnos en el desarrollo de su aprendizaje.

Así mismo, el papel del docente será determinante a la hora de presentar los contenidos con una estructuración clara en sus relaciones, de diseñar secuencias de aprendizaje integradas que planteen la interrelación entre distintos saberes de una materia o de diferentes materias y de planificar tareas y actividades que estimulen el interés y el hábito de la expresión oral y la comunicación. También será el mediador que facilite la comunicación entre todos los integrantes de la comunidad educativa tanto para el desarrollo de actividades interdisciplinares como en la incorporación de la transversalidad temática requerida por normativa en el aprendizaje competencial.

Para abordar estos objetivos y enfoque del aprendizaje es imprescindible el trabajo en equipo del profesorado, ya que esta metodología conlleva necesariamente la coordinación de todos

los miembros del equipo docente de cada grupo, que, a través de la reflexión común y compartida, deben diseñar, planificar y aplicar con eficacia las propuestas metodológicas con criterios comunes y consensuados.

En el aprendizaje específico de la materia, el papel de profesor y alumno viene determinado por el empleo de **estilos variados**. Se utilizará la **asignación de tareas**, donde el profesor propondrá tareas y los alumnos las realizarán de forma individual o por pequeños grupos estables. En este caso son los alumnos quienes fijarán su propio ritmo de ejecución. En este tipo de habilidades se utilizará también los **grupos de Nivel** para atender así a los diferentes niveles de ejecución que pueden existir dentro del grupo. Cuando se utilice este sistema, se dividirá el grupo en dos o tres subgrupos de niveles homogéneos y se asignará a cada uno de ellos una tarea o grupo de tareas más adecuadas a sus características.

En el aprendizaje de la táctica de los diferentes deportes se utilizará el **descubrimiento guiado**, para que sean los alumnos quienes den soluciones a situaciones de juego real a través de elementos de técnica individual.

En las actividades deportivas y de expresión se utilizará la **resolución de problemas**, ya que serán los propios alumnos quienes, a partir de unos elementos técnicos, elaboren una secuencia encadenada expresiva final.

En las unidades de habilidades gimnásticas se utilizará la **enseñanza recíproca**, de manera que se asignarán tareas y serán ejecutadas por parejas de tal forma que mientras uno ejecuta el otro observa y corrige errores a partir de las premisas dadas por el profesor.

Otros estilos de enseñanza serán:

- **Los Juegos Modificados.**

Estos juegos se encuentran en la encrucijada del juego libre y el juego deportivo estándar o deporte. Por una parte, el juego modificado, aunque posee unas pruebas de inicio, ofrece un gran margen de cambio y modificación sobre la marcha, así como la posibilidad de revivir e incluso construir y crear juegos nuevos. Por otra parte mantendrá en esencia la naturaleza problemática y contextual del juego deportivo estándar (por lo tanto, también su táctica). Ahora bien, no pertenecerá a ninguna institución deportiva ni estará sujeto a la formalización y estandarización del juego deportivo de los adultos. Se utilizará este estilo a la hora de aprender algunos deportes colectivos y alternativos.

- **Aprendizaje Cooperativo.**

Se basa en una metodología educativa en la que los alumnos y alumnas trabajan en grupos, generalmente reducidos y heterogéneos, para mejorar su propio aprendizaje y el de los demás. A diferencia del trabajo en grupo, el aprendizaje cooperativo implica la presencia de una serie de componentes esenciales o condiciones mediadoras que evitan algunas de las conductas negativas del trabajo grupal (diluir responsabilidad, reparto desigual del trabajo...).

Se utilizará en las ocasiones en las que busquemos que nuestros alumnos logren un conjunto de objetivos de aprendizaje específicos de un área determinada, tengan a sus compañeros como referente de su aprendizaje, se ayuden mutuamente para buscar múltiples soluciones a los problemas que se les planteen, sean capaces de trabajar en grupo, distribuyendo roles, tareas y responsabilidades, desarrollen habilidades sociales y regulen sus conflictos de forma constructiva y desarrollen aspectos afectivos hacia sus compañeros, actitudes democráticas y motivación hacia el aprendizaje.

Se utilizarán en aquellas Unidades de Trabajo que sean más teóricas como es el caso de los Primeros Auxilios, Hábitos saludables, Nutrición....

- ***Estilo actitudinal.***

Con este estilo se trabajan las capacidades concediendo gran importancia al trabajo en grupo donde lo motivador no sea lo único importante, donde la educación está por encima de la instrucción, buscando por tanto un trabajo sin exclusión por características individuales, sociales...donde ser el mejor no implica que los demás sean los peores.

Lo que hace es que los alumnos trabajen para ser buenos, sin la necesidad de que el único objetivo sea ser mejor que el compañero.

Este estilo se basa en tres aspectos claves:

- La organización secuencial de las actitudes
- Actividades corporales intermedias.
- Montajes finales.

Debemos tener en cuenta que estas opciones metodológicas propias o método propio debe poseer una perspectiva globalizadora, ajustarse a las características y necesidades del alumnado partiendo de su experiencia docente previa, y que facilitará la atención a la diversidad del alumnado. Se hará uso de este estilo en las Unidades Didácticas relacionadas con los temas de Condición Física, Combas, Expresión corporal...

En cuanto a las **estrategias y técnicas de enseñanza**, se toman como referencia las indicaciones orientativas que se dan en el mencionado anexo del Decreto 39.

En la selección de metodologías adecuadas al estilo de enseñanza primarán, como consecuencia, los principios de **individualización del aprendizaje**, de **progresiva promoción de la autonomía del alumno** y de **aprovechamiento del trabajo en equipo**.

Se tendrán en cuenta Principios que respeten aspectos ya descritos:

- **Los ritmos individuales de aprendizaje del alumnado:** por medio del diseño de situaciones de aprendizaje, en cuya selección y planificación se considerará la importancia que deben tener procedimientos como el trabajo por proyectos, los centros de interés, el estudio de casos o el aprendizaje basado en problemas o retos, que son excelentes vías para potenciar la adquisición de las

competencias clave por parte del alumnado. Dicho diseño tendrá en cuenta que en su desarrollo puedan adaptarse, además de a los distintos ritmos de aprendizaje del alumnado, a las posibles necesidades educativas especiales, altas capacidades intelectuales, casos de integración tardía o dificultades específicas de aprendizaje.

- **El trabajo autónomo del alumnado y el trabajo en equipo se aúnan** en el uso de las metodologías activas, con las que el alumnado se familiarizará, monitorizado por su profesor, con técnicas variadas, como la expositiva, la argumentación, el estudio biográfico, el diálogo, la discusión o el debate, el seminario, el estudio de casos, la resolución de problemas, la demostración, la experimentación, la investigación, la interacción o el descubrimiento para realizar las tareas encomendadas de manera creativa y colaborativa. Ambos elementos, la autonomía del alumno y el trabajo en equipo, constituyen constantes que marcarán la gradación en el proceso de adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil de salida de la enseñanza básica. Además, ambos deben promover la reflexión sobre el aprendizaje, que de este modo se hará visible por medio de la metacognición a través de diferentes técnicas y procedimientos.

3. Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios

Siguiendo las orientaciones dadas en el Decreto 39, se buscará crear la conciencia de grupo-clase, un ambiente agradable, acogedor, creativo, lúdico, que ofrezca múltiples situaciones de comunicación, relación y disfrute, para lo que se llevarán a cabo **diferentes agrupamientos**: gran grupo, pequeño grupo, parejas o de forma individual.

Como los objetivos que buscamos son diversos, bajo esta premisa variaremos la forma en que se agruparán los alumnos: por ejemplo, si buscamos autonomía el trabajo será de forma **individual**; si buscamos la cooperación y el diálogo, se agruparán en **pareja**; y en pequeño o gran **grupo** si buscamos la capacidad de relación e integración social.

Cuando realicemos grupos, también debemos variar entre **grupos heterogéneos** y **grupos homogéneos** que se mantendrán en cada sesión. Los primeros serán usados para lograr que los alumnos de mayor nivel sirvan de estímulo a los de nivel inferior, y de motivación a los alumnos de mayor nivel; para plantear situaciones de microenseñanza; para desarrollar determinados contenidos actitudinales (integración); o para trabajar los deportes reglados y competitivos de forma cooperativa (competiciones por grupos heterogéneos donde lo que cuenta es la suma global de resultados).

Por su parte, los grupos homogéneos los utilizaremos para la realización de pequeñas adaptaciones curriculares y para plantear situaciones competitivas más igualadas en cada uno de los deportes trabajados, ya que no descartamos el valor educativo de la competición.

Se utilizarán diferentes **espacios**, cubiertos o al aire libre, a fin de dar respuesta a las necesidades de todo el alumnado y en función de la actividad concreta a realizar en cada momento. En el presente curso, no coincidimos en ninguna franja horaria en el pabellón del instituto, pero sí debemos hacer uso de las instalaciones deportivas del Colegio Las Pedrizas (primeras horas de los cinco días de la semana y un día (miércoles) a séptima hora)

Planificando el **uso del espacio** lograremos un mejor aprovechamiento del mismo y del material en él dispuesto, favoreceremos el acceso a la información en las diferentes explicaciones y demostraciones, y dificultaremos la auto marginación de los alumnos más inseguros que pretenden pasar inadvertidos a lo largo de la clase.

Hay que destacar un espacio específico con una importancia relevante para facilitar el correcto discurrir de la clase al ayudar a mantener el orden y la disciplina durante las explicaciones. Se trata del “Círculo de escucha”, un semicírculo de bancos/colchonetas/esterillas frente a la pizarra, que invita a sentarse en una disposición definida. **El profesor se situará de manera que la información que proporcione sea accesible a todos.** En caso de grupos inmaduros, con pocos hábitos de escucha puede comenzarse empleando una línea de bancos, que dificulta los comentarios entre compañeros y facilita la atención al profesor. Se pretende facilitar la actitud de escucha y atención a través de la asociación a un espacio dedicado a tal fin. En él se desarrollan los dos momentos genéricos de escucha en la sesión; al principio y al final: *Momento de Escucha y Momento de Reflexión*. Pero también resulta muy útil si es preciso detener la sesión para que la clase entera replantee algún aspecto, más si es disciplinario.

La distribución de los **tiempos** de actividad se hará respetando el ritmo de aprendizaje y desarrollo individual del alumnado, así como el desarrollo competencial del aprendizaje. Al comienzo de la clase se podrían plantear, si fuese necesario, los aspectos teóricos y conceptuales que serán la base para el desarrollo de las tareas y actividades por parte del alumnado que el docente haya planificado, pudiendo dedicar la última parte de la lección a la puesta en común de las conclusiones que se deriven de la tarea realizada en el aula.

g. CONCRECIÓN DE PROYECTOS SIGNIFICATIVOS.

Siguiendo el artículo 19.4 del Decreto 39, “en los términos que establezcan los centros educativos en sus propuestas curriculares, y al objeto de fomentar la integración de las competencias y contribuir a su desarrollo, los docentes incluirán en sus programaciones didácticas la realización de proyectos significativos y relevantes y la resolución colaborativa de problemas, que refuercen la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad del alumnado, junto al tiempo lectivo que durante el curso dedicarán a tal fin. Estos podrán desarrollarse desde cada una de las materias o de forma interdisciplinar.”

En este apartado vamos a esbozar las líneas básicas sobre las que plantearemos el trabajo de las diferentes situaciones de aprendizaje que elaboraremos e iremos desarrollando a lo largo del curso con los diferentes grupos, siendo cada una de ellas particular, ya que cada grupo, con sus componentes, bagaje motriz, experiencias físico-deportivas, expectativas personales,

actitudes, distribución horaria, etc., dará lugar a una situación académica diferente. Es por esto que el departamento considera que no es sencillo asumir la realización de estos proyectos en todos los grupos.

Partiremos de la planificación y el desarrollo de situaciones que favorezcan la presencia, participación y progreso de forma inclusiva de todo el alumnado, más si cabe en nuestra materia, donde la heterogeneidad es la característica común a todos los grupos, independientemente del nivel académico. ***Elaboraremos situaciones de aprendizaje que integren tareas y actividades orientadas a la adquisición y desarrollo de las competencias clave de la etapa junto a las específicas*** de nuestra materia por parte de todo el alumnado.

Atendiendo a la propuesta curricular del centro, los Proyectos que llevaremos a cabo respetarán la identidad del mismo, en torno al hecho de que es centro sostenible, histórico y con gran tradición literaria. Tendrán preferentemente estas características:

- Los alumnos trabajarán de forma colaborativa en la solución de problemas.
- Además de interdisciplinar, pueden ser también actividades internivelares.
- Podrán utilizarse las TICs como recurso didáctico.
- Nos llevarán a la obtención de un resultado final.
- Se podrá presentar el proyecto, que será también evaluado.

Atendiendo a las características de la materia en la etapa, el departamento considera ***significativo y relevante el trabajo de proyectos que supongan una aplicación real de los conocimientos, destrezas y actitudes a la vida de nuestros alumnos***. También nos parece apropiado y coherente que varias de esas situaciones o proyectos se lleven a cabo fuera de las instalaciones del centro: parques, zonas concretas de barrios cercanos de la capital, entornos naturales próximos...

Planteamos la puesta en práctica de las siguientes ***situaciones de aprendizaje***:

1. Somos lo que comemos: Infografía.
2. Visitamos la Dehesa (realización de actividades de condición física)
3. Parkour en la ciudad (aplicación de habilidades gimnásticas al entorno)
4. Cuidamos nuestra Columna Vertebral (corrección malos hábitos cotidianos, transporte de mochila en 1º ESO, resto de actividades cotidianas en 3º)
5. Naturaleza a mano (paseo/ carrera por el río Duero)

S.A	Temporalización	Competencias Clave	Comp. Esp	Crit. EV.	BLOQUE CONTENIDOS	Cont. Transversal	Posible Interdisciplinariedad
1	2º TRIMESTRE 1 SESIÓN	STEM 2 CPSAA 2, 4	1	1.3	VAS	CD FEC	F y Q TIC EPV

2	1º TRIMESTRE 2 SESIONES	STEM 1, 2, 3, 5 CPSAA 4, 5 CE 1, 2, 3 CC 4	2 5	2.1 5.1	VAS OGAF AEISSM	EEV EPS	BIO
3	3º TRIMESTRE 1 SESIÓN	CCL 1, 5 CPSAA 1,3, 5 CCEC 3 STEM 2, 5 CC 4 CE 1, 3	3 5	3.2 5.1 5.2	OGAF RPSM AEISSM IES	CREA ECEP	EPV TIC
4	3º TRIMESTRE 2 SESIONES	STEM 2, 5 CPSAA 2, 4	1	1.3 1.5	VAS RPSM	CA EOE	EPV TECN
5	3º TRIMESTRE 1 SESIÓN	STEM 2, 5 CC 4 CE 1, 2, 3 CPSAA 1, 5	2 5	2.4 5.1	VAS OGAF IES	EPS ESCR	BIO

h. MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR.

Los recursos y materiales que se pueden utilizar en Educación Física son amplios y variados, y estarán en función de las características individuales donde se desarrolle el proceso de aprendizaje, adquiriendo gran importancia la utilización de materiales específicos de la disciplina, tradicionales, alternativos, reciclados, contruidos y tecnológicos.

El departamento decide, por unanimidad, como viene siendo habitual en los cursos previos, **no seguir libro de texto** en esta materia. Los miembros del departamento proporcionan a los alumnos materiales impresos elaborados por ellos, tanto **apuntes** como **lecturas** o **guiones** que dirigen la realización de trabajos. Se suben al **aula virtual** utilizada ya sea por Moodle como a la plataforma Teams.

Según el decreto 39, “los materiales didácticos deberían caracterizarse por su variedad, polivalencia y capacidad de motivación o estímulo, de manera que potencien la manipulación, la observación, la investigación y la elaboración creativa. Se hará uso, por tanto, de **material, tanto tradicional como innovador, en diferentes soportes, tales como materiales impresos (murales, libros, prensa, diccionarios...), apuntes propios, audiovisuales, multimedia e informáticos**, que aseguren la accesibilidad a la diversidad del mismo. Dada la sociedad tecnológica en la que se vive, será de especial importancia el uso de las **Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC)** tanto en lo que se refiere al equipamiento (ordenadores, tabletas, pizarra digital, panel interactivo, dispositivos personales, móviles inteligentes...) como a herramientas y programas (robots, realidad aumentada y apps de usos muy diferenciados). El profesorado, además, elaborará sus propios recursos de desarrollo curricular procurando integrar variedad de estos: analógicos, digitales, manipulativos, informativos, ilustrativos y tecnológicos con el fin de posibilitar el acceso al aprendizaje a todo el alumnado”.

Se utilizarán los materiales necesarios según la unidad de trabajo que se lleve a cabo, supeditada en todo caso al material con que podemos contar en el departamento, material que hemos de compartir con el resto de instalaciones que utilizamos (instalaciones deportivas del colegio Las Pedrizas).

El Departamento realiza, al comienzo de curso o durante el mismo si así fuese necesario, pedidos de material que faciliten y mejoren las posibilidades de trabajo, y apuesta por trabajar la asunción de cierto nivel de responsabilidad solicitando a los alumnos que, para el trabajo en ciertas U.D., **aporten su propio material**, y para el caso de otras, lo **autoconstruyan o fabriquen** con material reciclado.

El profesorado del departamento hace uso de los **medios informáticos del centro (pantallas de cada aula, ordenador fijo de cada aula o portátiles y/o tablets)**, para el desarrollo y evaluación de las unidades de trabajo. Accedemos a internet con **wifi en el pabellón del instituto** no teniendo esta posibilidad con los grupos en los que impartimos clase en el resto de los pabellones empleados.

Se cuenta en el departamento con variados **recursos de desarrollo curricular**, entre **material fungible e inventariable**, que como ya se ha comentado, tenemos que compartir con el espacio físico del resto de pabellones. Citamos entre otros:

- Balones: balonmano, voleibol, fútbol sala, baloncesto, ...
- Balones medicinales
- Balones con cascabel (ciegos) y antifaces
- Sticks de hockey
- Raquetas de bádminton.
- Colchonetas, esterillas
- Conos
- Cinta métrica
- Gomas elásticas
- Bancos suecos
- Espalderas
- Cuerdas (individual y larga)
- Vallas
- Material alternativo, pelotas multiuso.
- Material fabricado por el alumnado.
- Otros materiales: reproductor musical, altavoz portátil, pizarras portátiles.

Se trabaja también con bibliografía y webgrafía propias de la materia que nuestro alumnado podrá encontrar entre los **recursos de desarrollo curricular impreso** de los que disponemos, tanto en el departamento como en la biblioteca del centro para apoyar la documentación que

se les da a los alumnos en cada una de las unidades de trabajo. Como ejemplo de las mismas contamos, entre otros, con los siguientes textos:

- **ÁLVAREZ BARRIO, M.J. (2003):** “La comprensión de los modelos corporales básicos en el ámbito de la expresión corporal” *Revista Tandem. Didáctica de la Educación Física*.
- **CASTEJÓN OLIVA, F.J. (2010).** *Deporte y enseñanza comprensiva*. Sevilla: Wanceulen.
- **DELGADO NOGUERA, M. A. (1991).** Los Estilos de Enseñanza en la Educación Física. Propuesta para una Reforma de la Enseñanza. Granada: Universidad de Granada.
- **HERNÁNDEZ ÁLVAREZ, J.L., VELÁZQUEZ BUENDÍA, R., ALONSO CURIEL, D., CASTEJÓN, F.J., LÓPEZ CRESPO, C., LÓPEZ RODRÍGUEZ, A., MALDONADO RICO, A. MARTÍNEZ GORROÑO, M.E., MOYA MORALES, J. M. & GAROZ PUERTA, I. (2007).** La educación física, los estilos de vida y los adolescentes: cómo son, cómo se ven, qué saben y qué opinan.
- **HERNÁNDEZ ÁLVAREZ, J.L. (2004).** Teoría curricular y Didáctica de la Educación Física. En A. Fraile (Coord.) *Didáctica de la Educación Física. Una perspectiva crítica y transversal* (pp.30-60). Madrid: Síntesis.
- **LASIERRA, G. & LAVEGA, P. (1993),** 1015 juegos y formas jugadas de iniciación a los deportes de equipo. Barcelona: Paidotribo
- **LÓPEZ-PASTOR, V.M., CASTEJÓN, F.J. & PÉREZ-PUEYO, Á. (2012).** ¿Implicar al alumnado en la evaluación en la formación inicial del profesorado? Un estudio de caso de evaluación entre iguales de un examen. *Multidisciplinary Journal of Educational Research*, 2(2), 1 77-201.
- **SICILIA CAMACHO, A. SÁENZ-LÓPEZ BUÑUEL, P., MANZANO MORENO, J.I. & DELGADO NOGUERA, M.A. (2009).** El desarrollo curricular de la Educación Física en Primaria y Secundaria: un análisis desde la perspectiva del profesorado. *Apunts: Educación física y deportes*, nº 98, 2009, págs. 23-32
- Los deportes autóctonos de Castilla y León. Edit. Junta de Castilla y León.
- Colección del Ministerio de Educación y Ciencia: Baloncesto, Balonmano, Actividades en la Naturaleza, Deportes alternativos, Natación, etc.

i. CONCRECIÓN DE LOS PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS DE CENTRO VINCULADOS CON EL DESARROLLO DEL CURRÍCULO DE LA MATERIA.

De entre los planes que el centro realiza, nos detenemos en aquéllos que tienen más implicaciones con la materia de Educación Física, porque afectan al desarrollo de la misma en el contexto de aprendizaje.

- **Plan de lectura, expresión oral y escrita:** tareas que reunirán características que favorezcan hábitos en los tres campos. Sobre textos breves, de dificultad adaptada al nivel del alumnado, con el objetivo de profundizar/reforzar el aprendizaje en determinadas

unidades. Un ejemplo puede ser el siguiente: se sube un texto breve a Teams en Word como tarea, se añaden preguntas para que devuelvan por este medio la tarea en un plazo razonable acordado entre todos. En clase se hace un pequeño debate sobre las cuestiones planteadas.

- **Plan de convivencia:** elaboración de un decálogo de normas para mejorar la convivencia en clase de Educación Física, adaptable a cualquier unidad trabajada. Objetivos: aprender a ser responsable, a superar el conflicto con el diálogo, aprender que todos merecen un trato respetuoso. Grupos responsables encargados por unidades trabajadas. Normas relativas a personas, material, instalación, lenguaje.
- **Jornada de acogida a alumnos de 1º ESO:** en la que participa una compañera del departamento en la que recae una tutoría de este nivel. Se trata de una actividad que se realiza en el centro conjuntamente con Jefatura de Estudios y Departamento de Orientación, en la que se muestra a este nuevo grupo su aula, los espacios que compartirán, las actividades en las que podrán participar..., todo encaminado a establecer lazos entre escolares nuevos que acuden al centro.
- **Plan de igualdad:** actividades en momentos puntuales (fechas señaladas a nivel estatal como 25N y 8M) y con medidas señaladas que marcan nuestro quehacer diario en clase.
- **Recreos inclusivos/activos:** es un plan del centro en el que el departamento colabora a través de dos líneas de actuación. Por un lado, los profesores hacemos cada día de la semana una guardia de patio, para facilitar a los alumnos de 1º y 2º material deportivo para que jueguen durante el recreo. Por otro, un compañero del departamento coordina la organización de diferentes torneos para que este alumnado realice actividad física durante el recreo: balontiro, voleibol, fútbol sala, tenis de mesa, fútbolín, etc. Los equipos son mixtos. Se trata de optimizar el uso de los espacios de recreo y es también una actividad encuadrada en convivencia.
- **Olimpiadas JEMTU:** el departamento de Economía organiza una actividad para educar en iniciativa emprendedora y trabajo en equipo. Nuestro departamento colabora ayudando esos días en la organización de competiciones deportivas, arbitrando y echando una mano a los alumnos en el control de resultados para determinar ganadores. También aportamos nuestro grano de arena educando en el buen uso de la instalación y espacios donde se desarrollan las competiciones, como espacios de todos y para todos.
- **Juegos Escolares:** coordina la participación en esta actividad otro profesor del departamento. Traslada la información tanto a la responsable del ayuntamiento de Soria como también a la empresa organizadora “Muévete” le da para la participación en competiciones deportivas a nivel local y en modalidad de deportes de equipo e individuales.

j. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

La puesta en práctica de actividades complementarias y extraescolares ofrece el marco ideal para integrar aprendizajes informales y no formales junto a los formales, a la vez que posibilita a los alumnos la utilización efectiva de diferentes tipos de contenidos en situaciones reales. En definitiva, refuerzan el desarrollo de las competencias clave del alumnado, ayudando también a la consecución de los objetivos de la etapa.

Es importante considerar que son actividades que, a mayores, refuerzan lo trabajado en clase de Educación Física y que el comportamiento que debe hacerse en las mismas ha de ser adecuado y respetuoso. Si el profesor considerara que algún alumno o alumna no debe asistir a alguna actividad debido a su proceso de evaluación, ya sea referido a comportamientos inadecuados (incluidos los retrasos continuos en la entrada de clase) así como faltas de asistencia sin justificar continuadas, siempre tendrá la última palabra en la decisión de dichos casos para la asistencia o no a actividades concretas.

Si la situación lo permite y las condiciones climáticas también, todas las actividades propuestas se llevan a cabo, principalmente, en el primer y tercer trimestres. La salida a esquiar “*Andorra 2024*”, se realizar coincidiendo con el final de la 1ª evaluación.

La tabla general siguiente es la que se envía a principio de curso al departamento de Actividades Extraescolares y Complementarias:

Etapas	CURSO 2024- 2025
ESO	<ul style="list-style-type: none"> - Actividad Multiaventura (Por determinar: Parques de Cuerdas, Vía Ferrata, otras similares). - Andorra 2024 - Jornadas de esquí (Segundo trimestre)
1º BACHILLERATO	<ul style="list-style-type: none"> - Actividad multiaventura. - Senderismo (Laguna Negra- Pico de Urbión_ Castroviejo) /Ruta similar.
<p>La Programación de este departamento también contempla la posibilidad de realizar actividades complementarias en algunas unidades de trabajo o temas, que suponen la salida, en ambas etapas, a otros lugares diferentes del pabellón o canchas habituales: parques, calles anexas, gimnasios...</p> <p>Se incide con estas actividades en el trabajo de la competencia específica 5 de la materia.</p>	

Considerando la posibilidad de realizar otras que surjan durante el curso y que no estaban previstas, se concretan aquellas Actividades Extraescolares y Complementarias para cada curso que el departamento prevé realizar:

Título	Temporalización	Unidad de Trabajo vinculada
Actividad Multiaventura (tipo Parque de Cuerdas)	Tercer trimestre	Unidad 11 de 1º ESO y todas aquéllas en las que están implicadas las capacidades físicas. Y con los bloques RPSM, AEISSM e IES.
Descripción		
<p>Actividad que pretende incluir varias Unidades de Trabajo desarrolladas a lo largo de todo el curso, con la posible visita a la localidad de Navaleno para realizar actividades Multiaventura y conocer otra empresa que les explica otra posible salida profesional relacionada con este tipo de actividades. En caso de no visitar la localidad de Navaleno, se realizará una actividad alternativa de similares características.</p>		

Título	Temporalización	Unidad de Trabajo vinculada
Actividad Andorra 2024	Primer trimestre Final de la 1ª evaluación	Unidades relacionadas con el trabajo de las capacidades físicas de 3º ESO. Es una actividad en la que se ponen en práctica contenidos de varios bloques: VAS, OGAF, RPSM, AEISSM e IES. Es una pena que acudan muy pocos alumnos a esta actividad enriquecedora y formativa desde tantos puntos de vista.
Descripción		
<p>Nos trasladamos hasta la localidad de Andorra para subir a las pistas de Pal- Arinsal. Realizamos un curso de esquí con monitores de la Escuela 2 horas al día, y hasta que cierra la pista los alumnos ponen en práctica de forma autónoma pero a la vez en grupo, los aprendizajes adquiridos ese día. Compartimos en grupo las experiencias propias de un día fuera de casa.</p>		

k. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE DEL ALUMNADO.

Las orientaciones para la evaluación de la etapa vienen definidas en el anexo II.B del Decreto 39. A partir de estas, se concretan las siguientes orientaciones para la evaluación de los aprendizajes del alumnado en la materia Educación Física, respetando de igual manera la propuesta curricular del centro.

1. Técnicas e instrumentos de evaluación asociados a los criterios de evaluación y/o a los indicadores de logro.

Los instrumentos de evaluación que podremos escoger y emplear serán variados, contextualizados y dotados de capacidad diagnóstica acerca del proceso de aprendizaje desplegado por el alumnado, contribuyendo a constatar la adquisición de las competencias clave y las posibilidades de mejora existentes. Prevalecerán los instrumentos que pertenezcan a **técnicas de observación** (registro anecdótico, guía de observación, escala de actitudes, escala de observación, cuaderno del profesor, dianas de evaluación, rúbricas...) y a **técnicas de análisis del desempeño** del alumnado (portfolio, cuaderno del alumno, proyectos, trabajo de investigación, actividades de desempeño diarias, tareas en clase...), por encima de aquellos instrumentos vinculados a **técnicas de rendimiento** o cualificación (pruebas orales, pruebas escritas, pruebas prácticas de ejecución o resolución de problemas...) que, en todo caso, deberían ajustarse a las individualidades de cada sujeto y permitir una amplia gama de respuestas abiertas de carácter cualitativo.

La calificación de los indicadores de logro que midan los niveles de desempeño de los descriptores del aprendizaje competencial se podrá obtener utilizando: listas de cotejo, escalas, dianas de evaluación y rúbricas o cualquier otra herramienta de registro personal creada por cada profesor, que tengan en cuenta el principio de atención a la diversidad referido, de manera significativa, a las capacidades, posibilidades y limitaciones del alumnado.

Se han citado todos los instrumentos asociados a las diferentes técnicas según el Decreto 39 de la comunidad. En la práctica, cada profesor del departamento utilizará la que crea conveniente y ajustada a su plan de trabajo y a los contenidos trabajados. En nuestro departamento utilizamos de forma más frecuente las siguientes:

- **T. de Observación:** cuaderno del profesor, registro anecdótico, escala de actitudes donde se recogen diferentes aspectos relacionados con la *actitud, así como otros comportamientos específicos (participación, grado de implicación, compañerismo, asistencia, retrasos en la entrada de clase, respeto a normas e instalación, esfuerzo)*.
- **T. de Desempeño:** trabajos sobre temas relacionados con la unidad de trabajo (plazo medio, por aula virtual), actividades de desempeño diarias (en fichas, tareas prácticas relevantes en la unidad, trabajos y producciones del alumno, en definitiva). En este sentido la asistencia a clase será determinante, ya que cada día se realizan tareas importantes para el aprendizaje. Las faltas repercuten negativamente en la valoración de sus producciones.
- **T. de Rendimiento:** pruebas orales más o menos breves según el curso (exposiciones), pruebas escritas (de diferente dificultad para facilitar el acceso a las mismas), y pruebas prácticas (de ejecución, de resolución de problemas, relacionadas con actividades funcionales, deportivas y expresivas).

Se informará a los alumnos de la finalidad y uso de los instrumentos. Si en alguna unidad se empleara otro instrumento diferente a los citados, también. En resumen:

Procedimiento de evaluación formativa/continua		
Técnicas de observación: de entre las expuestas al comienzo de este apartado, cada profesor elige la que crea conveniente.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Asistencia a clase y/o puntualidad. ✓ Interés, participación, equipación apropiada, hábitos saludables (higiene, alimentación...). ✓ Grado de implicación en el trabajo diario en clase, cooperación, colaboración, transición rápida entre las tareas propuestas. ✓ Respeto a sus compañeros, profesor, material de trabajo, instalación. ✓ Trabajo continuo y constante en la ejecución de tareas. ✓ Otras que cada profesor estime adecuada. 	
Técnicas de análisis del desempeño. Cada profesor elige e informa del instrumento empleado.	<ul style="list-style-type: none"> • Lecturas • Proyectos y trabajos subidos al aula virtual. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Realización y puntualidad en la entrega. Se resta por cada día de retraso (de 0,5 puntos en adelante). ✓ Presentación, orden y limpieza. ✓ Contenidos ajustados a guía propuesta. Original, no copiado. ✓ Anotaciones relevantes. ✓ Otros
	<ul style="list-style-type: none"> • Fichas, trabajos y producciones prácticas, Tareas de desempeño diarias. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Realización y exposición de acuerdo a criterios marcados. ✓ Cumplimiento de las especificaciones. ✓ Originalidad y dificultad. ✓ Trabajo en equipo ✓ Otras
Técnicas de rendimiento	<ul style="list-style-type: none"> ○ Pruebas Orales (Exposiciones o exámenes) ○ Pruebas escritas (exámenes) ○ Pruebas prácticas (de ejecución o resolución de problemas) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Indicadores de logro en pruebas orales, escritas y pruebas prácticas. ✓ Registro o Rúbrica específica de cada prueba. ✓ Instrucciones concretas según unidades trabajadas.

Instrumentos asociados a Criterios de Evaluación e Indicadores de Logro

Recordar que el primer número de cada criterio de evaluación está relacionado con la correspondiente Competencia Específica de la materia.

1º ESO		
Criterios de Evaluación	Indicadores de Logro	Instrumento de Evaluación
1.1	1.1.1	I. OBSERVACIÓN
	1.1.2	I. OBSERVACIÓN
	1.1.3	I. OBSERVACIÓN
1.2	1.2.1	I. DESEMPEÑO
	1.2.2	I. DESEMPEÑO
1.3	1.3.1	I. RENDIMIENTO
	1.3.2	I. DESEMPEÑO
1.4	1.4.1	I. OBSERVACIÓN
1.5	1.5.1	I. OBSERVACIÓN
1.6	1.6.1	I. DESEMPEÑO
1.7	1.7.1	I. DESEMPEÑO
1.8	1.8.1	I. RENDIMIENTO
1.9	1.9.1	I. RENDIMIENTO
2.1	2.1.1	I. RENDIMIENTO
	2.1.2	I. RENDIMIENTO
2.2	2.2.1	I. DESEMPEÑO
	2.2.2	I. OBSERVACIÓN
2.3	2.3.1	I. DESEMPEÑO
	2.3.2	I. DESEMPEÑO
2.4	2.4.1	I. OBSERVACIÓN
3.1	3.1.1	I. OBSERVACIÓN
3.2	3.2.1	I. OBSERVACIÓN
	3.2.2	I. OBSERVACIÓN
	3.2.3	I. DESEMPEÑO
3.3	3.3.1	I. OBSERVACIÓN
4.1	4.1.1	I. RENDIMIENTO
4.2	4.2.1	I. DESEMPEÑO
	4.2.2	I. OBSERVACIÓN
	4.2.3	I. DESEMPEÑO
	4.2.4	I. DESEMPEÑO
4.3	4.3.1	I. DESEMPEÑO
5.1	5.1.1	I. OBSERVACIÓN
5.2	5.2.1	I. DESEMPEÑO
	5.2.2	I. DESEMPEÑO

2º ESO		
Criterios de Evaluación	Indicadores de Logro	Instrumento de Evaluación
1.1	1.1.1	I. OBSERVACIÓN
	1.1.2	I. OBSERVACIÓN
	1.1.3	I. OBSERVACIÓN
1.2	1.2.1	I. DESEMPEÑO
	1.2.2	I. DESEMPEÑO
1.3	1.3.1	I. RENDIMIENTO
	1.3.2	I. DESEMPEÑO
1.4	1.4.1	I. OBSERVACIÓN
1.5	1.5.1	I. OBSERVACIÓN
1.6	1.6.1	I. DESEMPEÑO
1.7	1.7.1	I. DESEMPEÑO
1.8	1.8.1	I. RENDIMIENTO
1.9	1.9.1	I. RENDIMIENTO
	1.9.2	I. RENDIMIENTO
2.1	2.1.1	I. RENDIMIENTO
	2.1.2	I. RENDIMIENTO
2.2	2.2.1	I. DESEMPEÑO
	2.2.2	I. OBSERVACIÓN
2.3	2.3.1	I. D ESEMPEÑO
	2.3.2	I. DESEMPEÑO
2.4	2.4.1	I. OBSERVACIÓN
3.1	3.1.1	I. OBSERVACIÓN
3.2	3.2.1	I. OBSERVACIÓN
	3.2.2	I. OBSERVACIÓN
	3.2.3	I. DESEMPEÑO
3.3	3.3.1	I. OBSERVACIÓN
4.1	4.1.1	I. RENDIMIENTO
4.2	4.2.1	I. DESEMPEÑO
	4.2.2	I. OBSERVACIÓN
	4.2.3	I. DESEMPEÑO
	4.2.4	I. DESEMPEÑO
4.3	4.3.1	I. DESEMPEÑO
5.1	5.1.1	I. OBSERVACIÓN
5.2	5.2.1	I. DESEMPEÑO
	5.2.2	I. DESEMPEÑO

3º ESO		
Criterios de Evaluación	Indicadores de Logro	Instrumento de Evaluación
1.1	1.1.1	I. DESEMPEÑO: fichas
		I. OBSERVACIÓN: reg. anecdótico
1.2	1.2.1	I. DESEMPEÑO: trabajo
1.3	1.3.1	I. RENDIMIENTO: circuito
		I. DESEMPEÑO: fichas
1.4	1.4.1	I. OBSERVACIÓN: reg. anecdótico
1.5	1.5.1	I. OBSERVACIÓN: reg. anecdótico
1.6	1.6.1	I. RENDIMIENTO: exposición práctica
1.7	1.7.1	I. OBSERVACIÓN: reg. anecdótico
1.8	1.8.1	I. DESEMPEÑO: Trabajo
1.9	1.9.1	I. DESEMPEÑO: trabajo
2.1	2.1.1	I. RENDIMIENTO: Ejecución práctica
	2.1.2	I. RENDIMIENTO: ejecución práctica
2.2	2.2.1	I. RENDIMIENTO: ejecución práctica
2.3	2.3.1	I. RENDIMIENTO: ejecución práctica
2.4	2.4.1	I. OBSERVACIÓN: registro anecdótico
3.1	3.1.1	I. OBSERVACIÓN: reg. anecdótico
3.2	3.2.1	I. OBSERVACIÓN: reg. anecdótico
3.3	3.3.1	I. OBSERVACIÓN: reg. anecdótico
4.1	4.1.1	I. RENDIMIENTO: ejecución práctica
	4.1.2	I. OBSERVACIÓN: reg. anecdótico
4.2	4.2.1	I. OBSERVACIÓN: reg. anecdótico
4.3	4.3.1	I. RENDIMIENTO: ejecución práctica
5.1	5.1.1	I. RENDIMIENTO: ejecución práctica
	5.1.2	I. OBSERVACIÓN: reg. anecdótico
5.2	5.2.1	I. RENDIMIENTO: trabajo de clase

4º ESO		
Criterios de Evaluación	Indicadores de Logro	Instrumento de Evaluación
1.1	1.1.1	I. RENDIMIENTO: Exposición Práctica (EP)
1.2	1.2.1	I. DESEMPEÑO: Trabajo Escrito (TE)
1.3	1.3.1	I. DESEMPEÑO: Trabajo Escrito
1.4	1.4.1	I. OBSERVACIÓN: Registro anecdótico (RA) I. RENDIMIENTO: Exposición Práctica
1.5	1.5.1	I. OBSERVACIÓN: Registro anecdótico I. RENDIMIENTO: Exposición Práctica
1.6	1.6.1	I. DESEMPEÑO: Trabajo Escrito I. RENDIMIENTO: Exposición Práctica
1.7	1.7.1	I. DESEMPEÑO: Trabajo Escrito
1.8	1.8.1	I. DESEMPEÑO: Trabajo Escrito I. RENDIMIENTO: Exposición Práctica
1.9	1.9.1	I. RENDIMIENTO: Exposición Práctica
2.1	2.1.1	I. RENDIMIENTO: Exposición Práctica
	2.1.2	I. RENDIMIENTO: Exposición Práctica
2.2	2.2.1	I. OBSERVACIÓN: Registro anecdótico I. RENDIMIENTO: Prueba de ejecución Práctica (PP)
		I. OBSERVACIÓN: Registro anecdótico I. RENDIMIENTO: Prueba de ejecución Práctica
2.3	2.3.1	I. OBSERVACIÓN: Registro anecdótico I. RENDIMIENTO: Prueba de ejecución Práctica I. RENDIMIENTO: Exposición Práctica
		I. OBSERVACIÓN: Registro anecdótico
2.4	2.4.1	I. OBSERVACIÓN: Registro anecdótico
3.1	3.1.1	I. OBSERVACIÓN: Registro anecdótico
3.2	3.2.1	I. OBSERVACIÓN: Registro anecdótico
3.3	3.3.1	I. OBSERVACIÓN: Registro anecdótico
4.1	4.1.1	I. RENDIMIENTO: Prueba de ejecución Práctica
	4.1.2	I. DESEMPEÑO: Trabajo Escrito
4.2	4.2.1	I. RENDIMIENTO: Exposición Práctica
4.3	4.3.1	I. RENDIMIENTO: Exposición Práctica
5.1	5.1.1	I. OBSERVACIÓN: Registro anecdótico
	5.1.2	I. OBSERVACIÓN: Registro anecdótico
5.2	5.2.1	I. RENDIMIENTO: Exposición Práctica

2. Momentos en los que se llevará a cabo la evaluación.

La evaluación será **continua** sin perjuicio de la realización, como ya se ha detallado en esta programación, de una **evaluación inicial** a comienzo de curso. En este punto, (2. Diseño de la Evaluación Inicial), se explican las técnicas e instrumentos a utilizar, así como las fechas previstas según la normativa. El objetivo será adaptar la práctica docente a la realidad del grupo.

Siguiendo las directrices del artículo 21 del Decreto 39 y la propuesta curricular del centro, las técnicas e instrumentos deberán aplicarse de forma sistemática y continua a lo largo de todo el proceso educativo. Se proponen una serie de instrumentos para llevar a cabo la **evaluación formativa**. En el cuarto punto de la programación (*d. Criterios de evaluación e indicadores de logro, junto a los contenidos con los que se asocian*) se han concretado en una tabla, para cada unidad de trabajo que se va a realizar durante el curso, los instrumentos utilizados, junto con los criterios de evaluación e indicadores de logro valorados.

3. Agentes evaluadores.

Según normativa y propuesta curricular del centro, en la evaluación se contemplará como agente evaluador al propio evaluado, el alumno. Va a ser considerado como parte activa del proceso, por eso se establecen procedimientos de AUTOEVALUACIÓN y de COEVALUACIÓN, además de la HETEROEVALUACIÓN. Todos estos agentes evaluadores pueden llevarse a cabo en pruebas prácticas, trabajos teórico-prácticos y en las exposiciones orales y/o prácticas.

- La **Autoevaluación (AUTO)**, implicará completar una ficha en la que el alumno demuestre tener conocimientos sobre la unidad trabajada, así como reconocer e identificar los errores que haya podido cometer (en el caso de una prueba o exposición práctica, por ejemplo). Se valorará la entrega de forma correcta de este documento de evaluación, así como la posibilidad de considerar o no la calificación que el alumno se ponga.
- La **Coevaluación (COE)** o evaluación entre iguales, en la que los propios compañeros realizan una valoración del trabajo del resto. La ficha a completar se hará por consenso entre los miembros de cada grupo evaluador. Los ítems a valorar serán propuestos por los profesores, y, según cada profesor, el peso de la valoración que ellos hagan se puede acordar.
- La **Heteroevaluación (HET)**, desarrollada por el profesor de la materia en el grupo, como agente externo. Siempre tendrá más peso que otros documentos de evaluación cuando una prueba sea valorada por profesor y alumnos.

En este apartado volvemos a hacer referencia a la tabla en la que se muestran las unidades de trabajo de cada curso con sus correspondientes criterios de evaluación, indicadores de logro, instrumentos de evaluación y agentes evaluadores.

4. Criterios de calificación asociados a los criterios de evaluación

Partimos de la consideración de la evaluación como un elemento que debe estar integrado en el proceso cotidiano de enseñanza- aprendizaje, no como una actividad puntual al final de cada unidad de trabajo. Además, será una evaluación global del alumno, que tenga en cuenta todos los ámbitos del desarrollo personal: cognitivo, motriz, actitudinal, de relación social.

El **rendimiento final** del alumno tiene como pilares el **trabajo desarrollado en clase, el resultado de pruebas objetivas, la asistencia y puntualidad diaria y la aportación de trabajos teórico- prácticos.**

Todos aquellos aspectos que denoten su **grado de participación e implicación en clase** se valorarán desde una perspectiva cualitativa basada en la **observación diaria** de conductas relacionadas con el esfuerzo y participación, comportamiento, atención, puntualidad, etc.

La asistencia será entendida no sólo como presencia física en clase, sino que también observaremos que se cumplen ciertas condiciones: acude con equipación y calzado apropiados para la práctica, incorporación activa real y participativa en los planteamientos prácticos, permanencia en los espacios y con los materiales que se asignen en cada momento, adecuada higiene y aseo personal, el no abandono de las instalaciones o la actividad hasta que el profesor lo indique, el uso apropiado de vestuarios y servicios... .

La participación en clase a diario se valora en base a la actuación activa en todos los momentos que forman parte de la sesión, tanto si son de movilidad efectiva como si son momentos de pausa y calma, en la transición de una tarea a otra, o en cualquier otra circunstancia que pueda surgir. Se utiliza una lista de actitudes que se valora en cada evaluación de seguimiento.

En cuanto al comportamiento, entendido de forma amplia, se observará la no realización de actos inconvenientes u ofensivos hacia cualquier miembro de la comunidad educativa y compañeros de clase, y también se contempla la omisión de acciones positivas necesarias para el correcto desarrollo de la clase.

Cada profesor elige los **instrumentos** a utilizar dentro de cada técnica de evaluación. Y si se utiliza más de un instrumento de cada técnica en una unidad, también será el profesor el que distribuya el peso o valía.

Una vez expuestos anteriormente los diferentes instrumentos, así como las técnicas e instrumentos asociados a cada criterio de evaluación, la valoración de éstos se hará conforme a los porcentajes siguientes, cabiendo la posibilidad de que los instrumentos utilizados de desempeño y rendimiento unan sus porcentajes, siempre siguiendo el criterio del profesor considerando cada unidad de trabajo llevada a cabo en las sesiones de clase:

- Técnicas de Observación: instrumentos utilizados: **30%** de la calificación.
- Técnicas de Desempeño: instrumentos de valoración de tareas diarias y trabajos en plazo más extenso: **30%**
- Técnicas de Rendimiento y sus correspondientes pruebas (O-E-P): **40%**

En cada uno de los cursos de la etapa de ESO existen 21 Criterios de Evaluación a los que daremos el siguiente peso:

Criterio de evaluación (indicadores de logro)		Criterio de calificación	Total
1º	1.1.1 - 1.1.2 - 1.1.3 -1.2.1-1.2.2 -1.3.1 -1.3.2 - 1.4.1 - 1.5.1 - 1.6.1 - 1.7.1 -1.8.1 - 1.9.1 2.1.1 - 2.1.2 - 2.2.1 - 2.2.2 -2.3.1 -2.3. 4.1.1 - 4.2.1 - 4.2.3 -4.2.4 -4.3.1 5.1.1-5.2.1-5.2.2	Media aritmética (Desempeño, rendimiento y observación diaria)	70 %
	2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.2.2 -3.2.3 -3.3.1 4.2.2	Media aritmética (Observación diaria)	30%
2º	1.1.1 -1.1.2 - 1.1.3 - 1.2.1 - 1.2.2 -1.3.1 -1.3.2 - 1.4.1 - 1.5.1 - 1.6.1 -1.7.1 -1.8.1-1.9.1 -1.9.2 2.1.1 - 2.1.2 - 2.2.1 - 2.2.2 -2.3.1 -2.3. 4.1.1 - 4.2.1 -4.2.3 -4.2.4 -4.3.1 5.1.1-5.2.1-5.2.2	Media aritmética (Desempeño, rendimiento y observación diaria)	70%
	2.4.1 3.1.1 - 3.2.1 - 3.2.2 - 3.2.3 - 3.3.1 4.2.2	Media aritmética (Observación diaria)	30%
3º	1.1.1-1.2.1-1.3.1-1.6.1-1.8.1-1.9.1 2.1.1-2.1.2-2.2.1-2.3.1 4.1.1 5.1.1	0.5 puntos por cada uno (Desempeño y Rendimiento)	70%
	1.4.1-1.5.1-1.7.1 2.4.1 3.1.1-3.2.1-3.3.1 4.1-4.3 5.1.2	0.3 puntos por cada uno (Observación diaria)	30%
4º	1.1 - 1.2 - 1.3 - 1.6 - 1.7 - 1.8 - 1.9 2.1.1 - 2.1.2 4.1.1 - 4.1.2 - 4.2 - 4.3 5.2	0,5 puntos a cada uno (Desempeño y Rendimiento)	70%
	1.4 - 1.5 2.2 - 2.3 - 2.4 3.1 - 3.2 - 3.3 5.1.1 - 5.1.2	0,3 puntos a cada uno (Observación diaria)	30%

En aquellos criterios de evaluación, y sus correspondientes indicadores de logro, relacionados con las técnicas de desempeño y rendimiento (**70% de la calificación final**), se establecen claramente todo lo que conlleva el trabajo teórico, práctico y/o teórico-práctico que se lleva a cabo en las sesiones a lo largo de cada uno de los trimestres.

Por otro lado, el resto de los criterios e indicadores de logro (**30% de la calificación final**), se consideran muy importantes en el aspecto actitudinal, de esfuerzo y dedicación a la materia, así como del cumplimiento de normas generales e individuales de clase (indumentaria, asistencia a clase, retrasos no justificados...) ya que forman parte del día a día en cada una de las sesiones de Educación Física. Valorados a través de la observación diaria y correspondiente registro en el cuaderno del profesor, este apartado, al margen del mantenimiento de las normas de comportamiento y seguridad en clase y la colaboración con los compañeros, supondrá, tal y como se ha señalado, la valoración del trabajo diario del alumno que podríamos graduar, a modo de ejemplo, en tres niveles:

- Pasividad y desinterés. Falta de hábito. Retrasos continuos en la entrada a clase. Faltas de asistencia no justificadas.
- Actitud atenta, pero meramente receptiva.
- Participa activamente en las tareas de aprendizaje.

Si el alumno presenta una actitud negativa, de falta de respeto a la asignatura, a los compañeros o al profesor y valorando este concepto en función de las anotaciones negativas (por ejemplo, -0,1 por cada negativo, -0,2 por cada uno de los tres primeros retrasos en la entrada a clase y -0,3 a partir del cuarto retraso) que vaya acumulando en el cuaderno del profesor o registro anecdótico, el alumno podrá tener una puntuación cada vez menor en cada uno de los criterios de evaluación llamémosles "*actitudinales*", los cuales suman ese total del 30% de la calificación final. No obstante, **quedará a criterio de cada profesor si esa puntuación se reduce en todos y cada uno de los criterios o, por el contrario, solo considera alguno o algunos para ir restando puntuación de los mismos**. La expulsión de clase, si así lo estima oportuno el profesor, podrá conllevar 5 negativos (-0,5) reduciéndose la nota en aquellos criterios de evaluación y en sus correspondientes indicadores de logro relacionados con el motivo de dicha expulsión.

De la misma manera si su actitud resulta positiva (+0,1 por cada positivo) en los mismos términos que lo expresado como negativo, podrá tener un incremento en su calificación.

Un aspecto muy importante en cada uno de los trimestres es la **PUNTUALIDAD Y OBLIGATORIEDAD DE ASISTIR A CLASE**. Así, cada profesor restará nota en estos "*criterios actitudinales*" por este motivo. A modo de resumen, cada una de las tres primeras faltas de asistencia no justificadas restarán 0,2 puntos del total de dichos criterios de calificación. A partir de la cuarta falta de asistencia no justificada, se restarán 0,5 puntos de dichos criterios por cada una de ellas. A su vez, se aplicará el RRI considerando los 3 retrasos injustificados

como 1 falta no justificada, y, con ella, una reducción en los ya comentados criterios de calificación.

En aquellos casos donde se tengan tres apercibimientos por faltas de asistencia y, por lo tanto, la imposibilidad de ser evaluados según el procedimiento ordinario, se analizará cada caso en particular y desde el departamento se informará al alumno o alumna en cuestión de las pruebas a realizar, pudiendo ser parciales o globales, prácticas, teóricas o teórico-prácticas, donde se obtendrá la información necesaria para evaluar los criterios de evaluación correspondientes. El alumno/a obtendrá una calificación máxima ajustada a los criterios evaluados, no pudiendo ser dicha calificación de 10.

Otras situaciones que podemos encontrar a lo largo del curso conllevarán una manera diferente e ser evaluadas:

- **Evaluación de seguimiento no superada:** El Departamento de Educación Física podrá proponer, después de cada trimestre, actividades de refuerzo a aquellos alumnos que no hayan obtenido una calificación positiva en alguno o algunos criterios de evaluación. Estas **actividades** le ayudarán a trabajar sobre dichos criterios de evaluación no superados para después realizar una prueba teórico- práctica adaptada a las circunstancias del alumno. El profesor de la materia decidirá en cada caso las pruebas a realizar. La parte de los criterios de evaluación relacionados con cierto “saber estar” en esta materia (Actitudes), pueden recuperarla en la siguiente evaluación de seguimiento demostrando un claro cambio en todos los apartados arriba descritos: asistencia, participación en clase, comportamiento. Si esta circunstancia se produce tras la segunda y tercera evaluación de seguimiento, el profesor decidirá una prueba global de evaluación, que se adaptará a las circunstancias de cada alumno.

- **Alumnos que por diversas causas no pueden ser valorados conforme a estos criterios.** En el caso de que un alumno/a por diferentes circunstancias (lesiones, enfermedad...) no pueda seguir el desarrollo de criterios de evaluación relacionados con “saber hacer” en la materia, no participando en las actividades prácticas con la misma intensidad que los demás, será evaluado, en ese periodo o en las unidades de trabajo en las que se vea afectado, con los siguientes criterios:

- actitud y asistencia a clase (realizando las tareas que pueda llevar a cabo y que el profesor le encomiende): **30% de la calificación;**
- examen teórico de los contenidos impartidos: **40% de la calificación;** y
- trabajo específico sobre los temas que proponga el profesor en cada caso: **30% de la calificación.** Este trabajo puede ser expuesto oralmente si el profesor así lo decide. Si el profesor lo considera, no habrá examen y el porcentaje correspondiente sería para trabajos y producciones.

- La **calificación con decimales** en cada una de las evaluaciones de seguimiento trimestrales se expresará redondeando hacia el entero menor, guardando las décimas resultantes en cada evaluación para la calificación final.

- Recuperación de la **materia del curso anterior pendiente**. Dado el carácter integrador de la materia, como criterio general, se considera que un alumno supera la materia pendiente del curso anterior al superar las 2 primeras evaluaciones del curso en el que se encuentra y entregar las actividades del Plan de recuperación, actividades de refuerzo sobre los contenidos del curso no superado, tanto teóricas como prácticas cuya realización será obligatoria para recuperar la materia y que versarán sobre los contenidos que incluyan las unidades programadas.

En caso de no superar las dos primeras evaluaciones del curso en el que está, tiene la posibilidad de realizar una prueba escrita y/o práctica de recuperación en el tercer trimestre (fecha por determinar)), sobre los contenidos tratados en el curso pendiente. Para superar dicha prueba deberá obtener como mínimo 5 puntos sobre 10.

I. ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO.

1. Generalidades sobre la atención a ACNEAE.

Todos los alumnos tienen derecho a una educación inclusiva y de calidad, adecuada a sus características y necesidades. La especificidad o diferencia entre los alumnos está en un conjunto de características tales como capacidades, ritmo de aprendizaje, estilo de aprendizaje, motivación, intereses, contexto social y cultural, circunstancia lingüística, salud, etc.

Este apartado trata de aportar medidas apropiadas para responder a esas necesidades individuales, buscando desarrollar el máximo potencial posible del alumnado que le lleve a conseguir el perfil de salida de la etapa y los objetivos. El punto de partida puede ser, sin duda, la evaluación inicial. La intención del Departamento es tratar de garantizar la atención a la diversidad mediante la **enseñanza individualizada**, con la intención de que cada alumno trabaje siempre según su nivel y capacidades, tanto al inicio como a lo largo del proceso de enseñanza – aprendizaje.

En primer lugar, tendremos en cuenta la propuesta curricular del centro y el departamento establecerá **medidas de refuerzo educativo** cuando el progreso del alumnado no sea el adecuado que deberán adoptarse en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades (*artículo 21.11 del Decreto 39/2022*). El responsable de establecer dichas medidas será el profesor que imparta la materia al alumno en cuestión, contando con la ayuda del Departamento de Orientación para establecer pruebas asequibles. Por nuestra parte, las medidas generales u ordinarias incidirán especialmente en la metodología didáctica no modificando el resto de los elementos del currículo: diferentes estrategias organizativas y metodológicas que permitan la adecuación de los diferentes elementos del currículo para finalizar con éxito el curso.

Otras medidas del departamento son las siguientes:

- Organizar a los alumnos por grupos de nivel o intereses.
- Atender por separado a un alumno o grupo de alumnos que en un momento determinado lo necesite mientras los demás continúan realizando su trabajo.
- Usar metodologías diversas y niveles de ayudas diversos.
- Hacer actividades diferenciadas, con distinto grado de dificultad, con distintas exigencias y actividades de ampliación y refuerzo.
- Utilizar materiales didácticos no homogéneos adaptando materiales cuando sea preciso.
- Se harán agrupamientos flexibles y ritmos distintos de introducción de nuevos contenidos, organizarlos y secuenciarlos de formas distintas o dar prioridad a unos núcleos de contenidos sobre otros, profundizando en ellos y ampliándolos.

En los casos en que algún alumno/a no pueda desarrollar la actividad normal de educación física, deberá presentar un **CERTIFICADO MEDICO OFICIAL** en el cual se indique el problema que le afecta y qué actividad física está indicada y contraindicada.

Estos alumnos siempre deben asistir a clase y, a criterio de cada profesor, realizar otras tareas que contribuyan a conseguir los criterios del curso y a integrarse, dentro de sus posibilidades, en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Ejemplos de estas tareas son las siguientes:

- Realizar aquellas actividades que no estén contraindicadas según el informe médico.
- Recoger en una ficha de clase, al menos, las actividades de cada sesión.
- Colaborar con los compañeros en los trabajos de grupo como observador-corrector.
- Participar en el desarrollo de la clase, colocando material, arbitrando, anotando, dirigiendo el calentamiento, la vuelta a la calma, etc.
- Realizar trabajos teóricos que se le encomienden, para entregar al profesor o para exponer ante sus compañeros.

2. Planes específicos.

- Planes específicos de refuerzo:

Cuando un alumno/a no promocione, el equipo docente que le atiende diseñará y aplicará un *plan específico de refuerzo* en base a un informe elaborado por el equipo docente que le atendió el curso anterior (*artículo 22.6 del Decreto 39/2022*). El informe que debe elaborar el equipo docente que le atendió el curso anterior y el plan de refuerzo elaborado se ajustarán al modelo establecido en el anexo I de esta propuesta curricular. El plan de refuerzo se revisará por parte del equipo docente en las sesiones de seguimiento o, si procede, en diferentes momentos del curso y, en todo caso, a la finalización del mismo. Este perfil de alumnado en EF, corresponde al alumno absentista o que abandona el curso escolar. La medida que

proponemos es controlar su asistencia y puntualidad a clase, su participación activa y la entrega de las producciones personales que se le pidan en relación con las diferentes unidades de trabajo.

- Planes específicos de recuperación:

Si un alumno/a promociona sin haber superado todas las materias, el profesorado encargado de atenderle en la materia pendiente diseñará y aplicará un *plan de recuperación* de cada materia no superada en base al informe elaborado por el equipo docente que le atendió el curso anterior (*artículo 22.7 del Decreto 39/2022*). El informe que debe elaborar el equipo docente que le atendió el curso anterior y el plan de recuperación elaborado se ajustarán al modelo establecido en el anexo I de esta propuesta curricular. El plan de recuperación se revisará por parte del equipo docente en las sesiones de seguimiento o, si procede, en diferentes momentos del curso y, en todo caso, a la finalización del mismo. En el caso de nuestra materia de EF, un alumno supera la materia pendiente del curso anterior al superar las 2 primeras evaluaciones del curso superior y entregar las actividades del Plan de recuperación referido a actividades de refuerzo sobre los aprendizajes del curso no superado, tanto teóricas como prácticas cuya realización será obligatoria para recuperar la materia y que versarán sobre los contenidos que incluyan las unidades programadas. Tras la comprobación de las actividades realizadas y las pruebas escritas propuestas, se emitirá la calificación correspondiente.

En caso de no superar las dos primeras evaluaciones del curso superior tendrá que realizar una **prueba escrita y/o práctica** de recuperación (fecha por determinar), sobre los criterios de evaluación tratados en el curso pendiente. Para superar dicha prueba deberá obtener como mínimo 5 puntos sobre 10.

- Plan específico de enriquecimiento curricular:

Según recoge el *artículo 27 del Decreto 39/2022*, cuando el progreso y características del alumnado lo requieran, el profesor de EF podrá implementar planes de enriquecimiento curricular con el objetivo de estimular el desarrollo de las capacidades del alumnado a través de iniciativas y experiencias enriquecedoras y de interés que contribuyan a su desarrollo integral. Estos planes deberán incorporar conocimientos multidisciplinares mediante ampliaciones horizontales de contenidos, a pesar de partir de una materia o área del conocimiento concreta. Además, la metodología didáctica contemplará el aprendizaje basado en proyectos, la resolución de problemas de cierta complejidad, el desarrollo de experimentos y/o el aprendizaje cooperativo. En nuestra materia podemos plantear la realización de proyectos y actividades que supongan profundizar en conocimientos teóricos y la posibilidad de que se expongan en clase a través de una presentación breve a modo informativo.

3. Adaptaciones curriculares.

Una adaptación curricular se realiza con el objetivo de facilitar a aquel alumnado que la requiera el desarrollo del currículo de la etapa. Las razones por las que puede ser necesaria una A.C. en Educación Física, son variadas: dificultades de aprendizaje, lesiones temporales o crónicas, déficits sensoriales, motóricos, sociales, etc..., situaciones que ponen al alumno en clara desventaja y que es necesario atajar. Distinguimos entre:

- De acceso

Se indican las modificaciones o provisión de recursos espaciales, materiales, personales o de comunicación que van a facilitar a determinado alumnado el desarrollo del currículo como pueden ser:

- Material adaptado.
- Ayudas técnicas y tecnológicas: ascensor para acceder a las instalaciones deportivas y pabellón desde sus aulas de referencia, rampa de acceso al pabellón y, si es posible, eliminando todas las barreras físicas que puedan limitar el desarrollo curricular.
- Traductor en otras lenguas.

- No significativas

Se reflejan las modificaciones de los elementos no prescriptivos del currículo para el alumnado que lo requiera. Pueden servir las pautas establecidas en el punto 1 de este apartado referido a las medidas de refuerzo educativo.

- Tiempos: flexibilizar el tiempo de trabajo o de entrega y realización de trabajos.
- Actividades variadas para adaptarse a las diferentes situaciones.

- Significativas

Se señalan las modificaciones de los elementos prescriptivos del currículo para el alumnado que lo requiera. Si hubiera algún alumno que las necesitara actuaremos con las premisas y criterios que nos marque el departamento de Orientación.

- Competencias específicas.
- Criterios de evaluación.

m. SECUENCIA ORDENADA DE LAS UNIDADES TEMPORALES DE PROGRAMACIÓN.

Se expone a continuación el orden en el que se van a llevar a cabo las diferentes unidades. En función de factores, que no siempre dependen del propio departamento y sus miembros, podrá variar el desarrollo de las mismas. En este curso se da el caso de que, con varios grupos de 4º de ESO, se imparte clase en dos instalaciones (IES Antonio Machado y Colegio Las Pedrizas). El departamento ha hecho acopio de material suficiente para compartir e intentar ir a la par con todos los grupos. Si hubiera alguna modificación se informará en la correspondiente reunión de departamento. Obviamos el número de sesiones de cada unidad, puesto que ya se han colocado en las tablas del punto 4 de la programación.

1º ESO	
Primer trimestre	Unidades de trabajo
	1. Presentación y Hábitos
	2. Habilidades Motrices Básicas
	3. Condición Física
	4. Deportes individuales y colectivos. Atletismo. Carreras y relevos.
Segundo trimestre	5. Expresión Corporal. Mimo y dramatización.
	6. Agilidad
	7. Equilibrio
	8. Deportes Colectivos: Baloncesto
Tercer trimestre	9. Cualidades Físicas Básicas
	10. Deportes colectivos: Balonmano
	11. Juegos Alternativos y Tradicionales
	12. Actividades en el Medio Natural
	13. Conceptos Resumen: Trabajos y Pruebas

2º ESO	
Primer trimestre	Unidades de trabajo
	1. Presentación y Hábitos
	2. Habilidades Motrices Básicas
	3. Condición Física
	4. Deportes individuales y colectivos. Atletismo. Salto de altura: Fosbury.
Segundo trimestre	5. Expresión Corporal. Zumba.
	6. Agilidad
	7. Equilibrio
	8. Deportes Colectivos: Baloncesto
Tercer trimestre	9. Cualidades Físicas Básicas
	10. Deportes colectivos: Balonmano.
	11. Juegos Alternativos y Tradicionales
	12. Actividades en el Medio Natural
	13. Conceptos Resumen: Trabajos, Pruebas y exposiciones orales.

3º ESO

3º ESO	
	Unidades de trabajo
Primer trimestre	1. Activación y vuelta a la calma
	1. Acondicionamiento Físico: Resistencia y Flexibilidad
	2. D. Alternativos I: Béisbol en EF
Segundo trimestre	3. Primeros auxilios
	4. Dramatización y coreografías grupales
	5. Bádminton
Tercer trimestre	6. Orientación
	7. Acondicionamiento Físico II: Fuerza y CV
	8. Balonmano: técnica y táctica básica
	9. El Rugby- tag: rugby adaptado
	10. Valoración Final

4º ESO

4º ESO	
	Unidades de trabajo
Primer trimestre	1. Partes de una sesión de EF: Activación, parte principal y vuelta a la calma.
	2. CFB: Acondicionamiento físico general.
	3. Actuación ante imprevistos que surgen en la práctica.
Segundo trimestre	4. Expresión corporal: Control del tiempo, intensidad y organización grupal.
	5. Voleibol: aspectos técnicos y tácticos básicos.
Tercer trimestre	6. Multideporte: Deportes alternativos, adaptados y en espacios naturales.
	7. Valoración final. Redondeos con contenidos de toda la etapa de ESO.

n. ORIENTACIONES PARA LA EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DE AULA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE.

Según la propuesta curricular del centro y tal como establece el *artículo 21.13 del Decreto 39*, el profesorado que imparte Educación Secundaria Obligatoria evaluará su propia práctica docente como punto de partida para su mejora y, en consecuencia, para mejora de la calidad de la enseñanza.

La evaluación será continua, ya que los procesos de enseñanza y la práctica docente, están en permanente revisión, actualización y mejora, siendo los agentes evaluadores:

- Los **profesores/as**, que realizarán una autoevaluación sobre los documentos institucionales que ellos han diseñado y sobre su propia acción como docentes.
- Los **jefes de departamento**, que realizarán una evaluación sobre las programaciones didácticas de su departamento.

- El **equipo directivo**, que realizará una evaluación sobre las programaciones y sobre el funcionamiento de los departamentos didácticos.
- La **Comisión de Coordinación Pedagógica**, que realizará una autoevaluación sobre el funcionamiento de la misma.

Con el fin de evaluar el proceso de enseñanza y la práctica docente conforme a un modelo homogéneo, se incluirán en las programaciones didácticas los siguientes ámbitos de evaluación:

- ***Para la evaluación de la programación didáctica y de la programación de aula:***
 - Elaboración de la programación didáctica y de la programación de aula.
 - Contenido de la programación didáctica y de la programación de aula.
 - Grado de cumplimiento de lo establecido en la programación didáctica y en la programación de aula.
 - Revisión de la programación didáctica y de la programación de aula.
 - Información ofrecida sobre la programación didáctica.
- ***Evaluación de la práctica docente:***
 - Planificación de la Práctica docente: componentes de la programación didáctica y de aula, coordinación docente...
 - Motivación hacia el aprendizaje del alumnado: motivación inicial y durante el proceso.
 - Proceso de enseñanza-aprendizaje: actividades, organización del aula, clima en el aula, utilización de recursos y materiales didácticos...
 - Seguimiento del proceso de enseñanza-aprendizaje: programación, información al alumnado, contextualización...
 - Evaluación del proceso: criterios de evaluación e indicadores de logro, instrumentos de evaluación...

No debemos valorar nuestra actuación únicamente por los resultados obtenidos por nuestros alumnos. Debemos planificar y sistematizar una serie de momentos en los que valoremos nuestra propia práctica. Para lograr esto, podemos utilizar recursos como el **diario o cuaderno del profesor** que nos ofrecerá información respecto a la estructura y funcionamiento de nuestra actividad mental constituyéndose en un instrumento básico de evaluación a utilizar por aquellos docentes que persigan una actitud reflexiva en su labor. Permite recoger **observaciones** de hechos calificados como relevantes (*preparación de las clases, planificación de los recursos a utilizar en la clase, establecimiento de relaciones fluidas en el grupo, interés del profesor por la puntualidad, etc*) que nos posibilitarán conocer, a raíz de su descripción e interpretación, parte de la realidad escolar. Hablamos de factores que se evaluarán de forma continua.

Del mismo modo, puede resultar muy útil la **opinión de los alumnos** a través de la respuesta

a preguntas de un cuestionario, que elaboraremos por niveles, más sencillo en 1º y más profundo conforme avancemos en los diferentes cursos. Las cuestiones por responder versarán sobre:

- Cumplimiento del horario
- Material, recursos e instalaciones que utilizamos.
- Materia: asequible, qué ha supuesto para sus conocimientos, etc.
- Metodología
- Actitudes del profesor
- Evaluación
- Satisfacción personal con el trabajo.

Los miembros de este departamento acuerdan tratar en sus reuniones como punto del orden del día, cuestiones relacionadas con la evaluación de la P. de Aula y de la práctica docente. La coordinación entre los profesores que imparten clase en un mismo nivel siempre ha sido tratada y se llegan a acuerdos para seguir o cambiar orden de unidades de trabajo por cuestiones variadas: material disponible, instalación, tiempo disponible, etc. Planteamos también una forma de **autoevaluarnos a través de un cuestionario** que cada profesor cumplimentará al finalizar cada evaluación de seguimiento como el siguiente:

Cada pregunta tiene 4 opciones distintas que se ajustan a la siguiente escala de valoración:

1. Escaso o casi nunca. 2. Regular o a veces. 3. Adecuado o bien. 4. Excelente o mucho.

COMPETENCIA INTRA E INTERPERSONAL

1. Explico a los alumnos/as los criterios de evaluación y calificación.	1	2	3	4
2. Controlo la asistencia y puntualidad de los alumnos/as	1	2	3	4

COMPETENCIA DIDÁCTICA

3. Planifico las clases teniendo en cuenta las características del grupo y los criterios didácticos.	1	2	3	4
4. Planifico la clase con un ritmo de progresión adecuado y con tiempo suficiente para realizar las distintas actividades.	1	2	3	4
5. Las programaciones didácticas las utilizo como instrumento de planificación.	1	2	3	4

6. Realizo una evaluación inicial para saber los conocimientos de los alumnos/as sobre cada unidad y detectar sus deficiencias.	1	2	3	4
7. Gradúo los procedimientos de evaluación para facilitar el logro de los objetivos a los diferentes alumnos/as.	1	2	3	4
8. Manejo un registro de seguimiento de los alumnos/as donde se recoge su trabajo.	1	2	3	4
9. Pongo en práctica diferentes medidas para motivar a los alumnos.	1	2	3	4
10. Las estrategias metodológicas que utilizo contribuyen a desarrollar eficazmente las clases adaptadas a los intereses y características de los alumnos.	1	2	3	4
COMPETENCIA ORGANIZATIVA Y DE GESTIÓN				
11. Los recursos materiales y espacios son suficientes y adecuados para llevar a cabo mi labor educativa.	1	2	3	4
12. Sigo el protocolo de actuación establecido en el Plan de Atención a la Diversidad.	1	2	3	4
13. Conozco el RRI y aplico las normas de convivencia del centro.	1	2	3	4
14. Fomento el respeto y la colaboración entre los alumnos/as.	1	2	3	4
COMPETENCIA EN TRABAJO EN EQUIPO				
15. Participo regularmente en las distintas actividades y proyectos del centro.	1	2	3	4
16. Planifico mi actividad educativa de forma coordinada con el resto del profesorado.	1	2	3	4
17. Existe coordinación con el EOE.	1	2	3	4
COMPETENCIA COMUNICATIVA Y LINGÜÍSTICA				
18. Favorezco y valoro en mis clases la expresión oral de los alumnos/as.	1	2	3	4
19. Valoro la expresión escrita de las producciones de los alumnos/as.	1	2	3	4
COMPETENCIA DIGITAL (TIC)				
20. Utilizo los recursos TIC como instrumento y/o complemento de mi acción docente.	1	2	3	4
21. Las acciones formativas con los alumnos/as siguen la línea de favorecer el uso de las TIC de las que dispone el centro.	1	2	3	4

22. Utilizo las TIC en sus principales procedimientos de gestión académica y administrativa.	1	2	3	4
COMPETENCIA SOCIAL RELACIONAL				
23. El ambiente de trabajo es agradable y motivador.	1	2	3	4
24. La comunicación con las familias y otros sectores de la comunidad educativa es abierta y fluida.	1	2	3	4
25. Grado de reconocimiento de tu labor por parte de la comunidad educativa.	1	2	3	4
VALORACIÓN TOTAL				

o. PROCEDIMIENTO PARA LA EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.

La P.D. será evaluada conforme se indica a continuación. Las conclusiones más importantes se expondrán en la memoria final para que sirvan para elaborar la del año siguiente. Parece necesario que la presente programación se vea sometida a una evaluación continua a lo largo del curso.

Durante todo el curso se plantearán las posibles deficiencias detectadas, y se buscarán las soluciones más adecuadas. Diferentes circunstancias pueden motivar la realización de ajustes en la PD: la evolución de los grupos, su manera de afrontar los aprendizajes, la incorporación de nuevo alumnado, acontecimientos que afecten al centro y a las familias, etc. Por tanto, dado que la realidad social es muy compleja y variante, debe ser un documento flexible que permita reajustar la planificación del proceso de enseñanza- aprendizaje.

Revisaremos en las reuniones de departamento coincidentes con las fechas de las evaluaciones de seguimiento o cuando algún miembro de este lo pida.

INDICADORES DE LOGRO DE EVALUACIÓN DOCENTE Y PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA	Valoración			
	1: NADA	2: POCO	3: BASTANTE	4: MUCHO
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA Y PROGRAMACIÓN DE AULA	1	2	3	4
La programación se ha realizado en coordinación con el resto del profesorado.				
Adapta los objetivos a las características del alumnado y al entorno del centro docente.				
Programa actividades adecuadas para abordar los objetivos y contenidos propuestos.				
La selección y temporalización de contenidos y actividades ha sido ajustada.				
La programación ha facilitado la flexibilidad de las clases, para ajustarse a las necesidades e intereses de los alumnos lo más posible.				

Los criterios de evaluación y calificación han sido claros y conocidos por los alumnos, y han permitido hacer un seguimiento del progreso de los alumnos.				
Fomenta la convivencia, principios democráticos, defensa del medio ambiente, educación para la salud, etc.				
Diseña estrategias para dar una respuesta adecuada a la diversidad.				
Dispone de instrumentos variados para evaluar los distintos aprendizajes de los alumnos y son coherentes con los criterios de evaluación definidos en la programación.				
Se revisa cada cierto tiempo el grado de cumplimiento de la programación entre todos los miembros del departamento.				
EVALUACIÓN PRÁCTICA DOCENTE				
Se utiliza la programación didáctica como instrumento de planificación.				
Se planifican las sesiones para evitar improvisaciones y pérdidas de tiempo acorde con las características del grupo y los criterios de evaluación.				
Se planifica mi actividad educativa de forma coordinada con el resto del profesorado del ciclo o del departamento.				
Se explica al alumnado los criterios de evaluación y calificación.				
Se tiene en cuenta los recursos personales y materiales necesarios en la programación de mis clases.				
Se controla la asistencia y puntualidad del alumnado.				
Planteo la clase con un ritmo de progresión adecuado y con tiempo suficiente para realizar las distintas actividades.				
MOTIVACIÓN HACIA EL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO				
Se plantean diversidad de actividades en cada sesión.				
Se utilizan diferentes recursos tanto digitales como tradicionales.				
Se trabaja en diferentes espacios: pabellón, instalaciones deportivas al aire libre, clase, entorno cercano...				
Se organizan actividades complementarias que favorezcan lo aprendido a situaciones reales.				
PROCESO DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE				
Se establece dentro del aula una normativa clara para el alumnado.				
Se fomenta un buen clima de respeto mutuo.				
Se realiza una evaluación inicial para saber los conocimientos de los alumnos sobre cada unidad y detectar sus deficiencias.				
Planifico y utilizo criterios claros en cada momento de la evaluación.				
Manejo un registro de seguimiento del alumnado donde se recoge su trabajo.				
Corrijo los trabajos del alumnado con ellos para favorecer la autoevaluación y coevaluación.				
Tengo en cuenta la metodología propuesta en la programación didáctica.				



Se facilitan recursos didácticos en diferentes formatos para atender a la diversidad				
Potencio el papel activo del alumno en su aprendizaje durante las clases.				
Relaciono los contenidos de la materia con situaciones reales y cotidianas.				
Se plantean una nueva planificación de situaciones de aprendizaje de acuerdo a los resultados obtenidos en la evaluación.				
Intervengo de manera adecuada e inmediata ante situaciones conflictivas.				
Conozco el RRI y aplico las normas de convivencia del Centro.				
Utilizo diversas estrategias metodológicas adaptadas a los intereses y características del alumnado.				
EVALUACIÓN DEL PROCESO DE EVALUACIÓN				
Gradúo los procedimientos de evaluación, para facilitar el logro de objetivos a los diferentes alumnos/as.				
Se utilizan los criterios de evaluación marcados en la programación.				
Se utilizan los indicadores de logro para evaluar la adquisición de los diferentes contenidos				
Se utilizan diferentes instrumentos de evaluación: observación directa, cuaderno, pruebas objetivas, actividades...				
TRABAJO EN COMPETENCIAS				
Favorezco y valoro en mis clases la expresión oral del alumnado.				
Valoro la expresión escrita del alumnado con criterios adecuados de la competencia lingüística.				
Utilizo recursos TIC como instrumento y/o complemento a mi acción docente.				
Integro, adapto y utilizo las TIC en las sesiones y fomento su uso.				
Fomento el respeto y la colaboración entre los alumnos/as.				
Estimulo el dialogo y la participación apreciando las aportaciones de los alumnos/as y razono con ellos.				
Se analiza con mis alumnos el papel del deporte en la sociedad.				
Se fomenta el Desarrollo Sostenible.				
Se participan en diferentes proyectos organizados en el centro educativo				



**Junta de
Castilla y León**

CONSEJERIA DE EDUCACION
I.E.S. ANTONIO MACHADO



ANEXOS

NIVEL DE UTILIZACIÓN DE LAS TICs

NIVEL DE UTILIZACIÓN DE LAS TICs DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Actividad	
Descripción	Visionado y audición de vídeos, en actividades deportivas, pruebas físicas..., relacionados con los contenidos trabajados.
Profesorado responsable	Todo el departamento
Nivel/Curso para el que se plantea	Todos los niveles
Temporalización	A lo largo del curso, el tiempo indispensable
Medios técnicos necesarios	Ordenador, cañón y pantalla, TV, tablets, teléfonos móviles (a partir de 3º ESO)
Aplicaciones informáticas utilizadas	INTERNET
Actividad	
Descripción	Grabación de las presentaciones de pruebas prácticas de evaluación
Profesorado responsable	Todo el departamento
Nivel/Curso para el que se plantea	Todos los niveles
Temporalización	A lo largo del curso, el tiempo indispensable
Medios técnicos necesarios	Cámara de fotos digital, teléfono móvil
Aplicaciones informáticas utilizadas	-----
Actividad	
Descripción	Búsqueda de información en sitios o páginas señalados que profundice y/o complemente la aportada. En los contenidos y unidades que cada profesor considere.
Profesorado responsable	Todo el departamento
Nivel/Curso para el que se plantea	Todos los niveles
Temporalización	A lo largo de todo el curso, el tiempo indispensable.
Medios técnicos necesarios	Teléfono móvil (a partir de 3º ESO), tablets, ordenador
Aplicaciones informáticas utilizadas	INTERNET

NIVEL DE UTILIZACIÓN DE LAS TICs DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Actividad	
Descripción	Utilización de la música como soporte y ayuda en la realización de actividades de expresión, condición física, etc.
Profesorado responsable	Todo el departamento
Nivel/Curso para el que se plantea	Todos los niveles
Temporalización	A lo largo del curso
Medios técnicos necesarios	Radiocasete, altavoz portátil, teléfono móvil (a partir de 3º ESO)
Aplicaciones informáticas utilizadas	YouTube, otros.
Actividad	
Descripción	Presentación de trabajos escritos para completar el trabajo práctico de las unidades didácticas correspondientes.
Profesorado responsable	Todo el departamento
Nivel/Curso para el que se plantea	Todos los niveles
Temporalización	A lo largo del curso,
Medios técnicos necesarios	Ordenador, Moodle, Correo electrónico facilitado
Aplicaciones informáticas utilizadas	Canva, Genially, PP, Word, Publisher....
Actividad	
Descripción	Comunicación y presentación de tareas en caso de confinamiento
Profesorado responsable	Todo el departamento
Nivel/Curso para el que se plantea	Todos los niveles
Temporalización	El tiempo obligado
Medios técnicos necesarios	Ordenador, Tablet, Teléfono móvil
Aplicaciones informáticas utilizadas	TEAMS



**Junta de
Castilla y León**

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN
I.E.S. ANTONIO MACHADO



GRUPO BILINGÜE EN 4º ESO

Actualmente, nos encontramos inmersos en un proceso de globalización y de plena integración en el marco de la Unión Europea. Por ello, la adquisición de una competencia lingüística plurilingüe se presenta como un componente básico en la formación de los ciudadanos.

Durante los últimos años, la adopción del bilingüismo, como modelo educativo en los centros públicos de las distintas comunidades, ha experimentado una gran proliferación.

De este modo y conforme a lo dispuesto en la **ORDEN EDU/6/2006**, de 4 de enero, por la que se regula la creación de secciones bilingües en centros sostenidos con fondos públicos de la Comunidad de Castilla y León se establece la necesidad de que, en los centros amparados bajo este acuerdo, se imparta en lengua inglesa además del inglés, otras dos áreas o materias no lingüísticas, según concierte la comisión de seguimiento.

A colación de tal requerimiento, la materia de Educación Física es una de las seleccionadas para la adquisición de notoriedad bilingüe en el curso de 4º ESO del IES Antonio Machado (Soria).

Por ello, y dado que se trata del área que nos compete, ¿Qué papel tenemos como docentes en y a través de la Educación Física? ¿Hacia dónde han de encaminarse nuestras orientaciones?

Desde la Educación Física, se desarrollará una labor educativa en favor de tales pretensiones. Sin embargo, no debemos concebirla como una enseñanza del inglés, sino como una enseñanza de la Educación Física en inglés.

De esta idea, subyace la importancia de la materia para la adquisición de conocimientos y destrezas relacionados con el cuerpo y la actividad motriz así como otros de carácter expresivo, comunicativo, afectivo y cognitivo, que contribuyan al desarrollo personal y a la mejora de la calidad de vida, tal y como recoge la ORDEN EDU/362/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León

Por ello y dadas las particularidades del centro que afectan directamente a nuestro departamento, será necesario incluir algunas matizaciones en cuanto a aspectos metodológicos, organizativos, evaluativos, así como distribución de UDD fundamentalmente.

En cuanto a los contenidos, en el grupo bilingüe se lleva a cabo el mismo proceso educativo que en cualquiera de los otros grupos de 4 de ESO, los no bilingües, aunque sí que se hace necesario destacar algunos aspectos más concretos. A este respecto, desde el departamento de Educación Física se considera que, al ser una Disciplina no Lingüística (DNL), tal y como establece la citada anteriormente ORDEN EDU/6/2006, se podría impartir únicamente un 40% de los contenidos en lengua inglesa, mínimo que se establece para las DNL. Sin embargo, este porcentaje se considera insuficiente para que el alumnado de la sección bilingüe llegue a tener un buen dominio del inglés en esta materia. Por ello, el porcentaje que el departamento establece para un correcto proceso de enseñanza-aprendizaje es del **90% de los contenidos**, siendo el profesor responsable de la sección bilingüe quien determine la manera de “desglosar” ese porcentaje entre todos los contenidos impartidos durante el curso escolar.

De esta manera, y tal como ya se ha comentado, **los contenidos son iguales a los del resto de los grupos de 4º de ESO a los que añadimos los específicos de carácter lingüístico** que se recogen a continuación:

- Describir acciones y movimientos del cuerpo humano.
- Definir conceptos asociados a la práctica deportiva y conocer la terminología asociada al aparato locomotor.
- Conocer la terminología asociada a la técnica, táctica y reglamento de los diferentes deportes de origen anglosajón.
- Conocer y usar el vocabulario específico de cada unidad.

Por otro lado, en lo referido los **aspectos metodológicos**, desde el departamento, se considera importante incluir los siguientes:

- La metodología didáctica se encuentra fundamentada en algunos principios básicos del aprendizaje acordes con el planteamiento y filosofía constructivista que subyace de la actual LOMLOE, los cuales han sido mencionados y desarrollados anteriormente.
- Partiendo de esta generalidad, se incluye alguna directriz diferente dada la notoriedad bilingüe de los grupos a los que nos referimos.
- Así, el profesor partirá del nivel de conocimientos inicial de los alumnos, no solo relacionado con los contenidos específicos de nuestra materia sino también del nivel de inglés que poseen puesto que éste constituye el medio de comunicación fundamental, con el fin de ofrecer una propuesta ajustada a sus necesidades de aprendizaje.
- En virtud de este planteamiento educativo, la metodología llevada a cabo constituirá un pilar básico en el proceso y el trabajo desde las competencias, se convertirá en el eje vertebrador de la misma, siguiendo las indicaciones y orientaciones más actuales desarrolladas por el Programa AICLE: “Aprendizaje Integrado de Contenidos y Lengua Extranjera” (correspondiente a su acrónimo en inglés CLIL; “Contents and Language Integrated Learning”) (Coral, 2010).
- El fundamento de este Programa radica principalmente en adaptar el inglés al nivel de los alumnos, ya que éste se constituye tan sólo en un medio para trabajar nuestra materia (el fin principal).
- De este modo, el inglés será un medio importante más de comunicación, no perdiendo la esencia del castellano, sobre todo cuando nos referimos a conceptos nuevos que los alumnos han de adquirir. Es decir, la utilización del inglés en las sesiones de Educación Física va a servir como un instrumento más de evaluación en todo el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado que forme parte de estas secciones bilingües. Así, por ejemplo, cuando en el curso 4º ESO trabajemos los materiales empleados en las clases de Educación Física o los diferentes músculos, huesos y articulaciones,

reforzaremos el nombre de cada uno de ellos en castellano (ya que ello se trabaja también en la materia de Biología) y aprenderemos su significado en inglés.

- Este es un ejemplo de contenido que se aborda con un carácter cíclico, siguiendo un tratamiento en espiral; es decir, se vuelve una y otra vez sobre los mismos contenidos para ir alcanzando a lo largo del curso grados más altos de aprendizaje en los mismos, sin que se pueda considerar definitivamente adquiridos.
- Además de las orientaciones mencionadas con anterioridad, se han seleccionado algunas opciones metodológicas directamente relacionadas con nuestra materia, a través de las cuales, justificaremos nuestras propuestas, tanto en el desarrollo de las Unidades de Trabajo, como en la aplicación de aspectos organizativos, metodológicos y/o evaluativos.
- Así, nos decantaremos por una metodología cooperativa, a través de la cual se pretenden desarrollar prácticas participativas, integradoras, cooperativas y solidarias.
- Siguiendo la base de este planteamiento, se llevarán propuestas prácticas en las que se propondrá a los alumnos una serie de desafíos cuyo éxito dependerá del grado de implicación, compromiso e interrelación que se establezca entre todos ellos.
- Utilizaremos el modelo de autogestión en Educación Física, desarrollado por Lorente, que intenta implicar al máximo al alumnado en el proceso de enseñanza-aprendizaje, buscando la plena autonomía en la gestión de su propio aprendizaje.