

# **PROGRAMACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

## **EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE**

**IES PINTOR ANTONIO LÓPEZ**

**CURSO 2018/2019**

## **INDICE:**

<b>1. RELACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN CON LA NORMATIVA VIGENTE.</b>	Pag.3
<b>2. PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO.</b>	Pag.4
<b>2.1 Composición del departamento. Distribución de materias y grupos.</b>	Pag.4
<b>2.2 Medidas comunes adoptadas.</b>	Pag.5
<b>3. LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA LOMCE.</b>	Pag.9
<b>3.1 Objetivos de etapa ESO</b>	Pag.12
<b>3.2 Contribución de la materia a la adquisición de las competencias</b>	Pag.14
<b>4. RELACIÓN DE ELEMENTOS CURRICULARES: contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias clave.</b>	Pag.18
<b>5. UNIDADES DIDÁCTICAS: Secuenciación y temporalización de contenidos.</b>	Pag.48
<b>6. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>	Pag.54
<b>7. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.</b>	Pag.56
<b>8. METODOLOGÍA Y RECURSOS DIDÁCTICOS.</b>	Pag.58
<b>9. MEDIDAS DE APOYO Y REFUERZO EDUCATIVO.</b>	Pag.62
<b>10.ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.</b>	Pag.63
<b>11. SISTEMA DE RECUPERACIÓN DE MATERIAS PENDIENTES.</b>	Pag.67
<b>12. PRUEBA EXTRAORDINARIA.</b>	Pag.68
<b>13. GARANTÍAS PARA UNA EVALUACIÓN OBJETIVA.</b>	Pag.68
<b>14. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.</b>	Pag.69
<b>15. ELEMENTOS TRANSVERSALES.</b>	Pag.71
<b>16. EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE.</b>	Pag.73
<b>17. PROPUESTA DE MEJORA.</b>	Pag.74
<b>18. BILINGÜISMO.</b>	Pag.75
<b>19. BACHILLERATO DE EXCELENCIA Y DEPORTE.</b>	Pag.78
<b>20. ANEXOS.</b>	
1. Inventario .....	Pag.80
2. Evaluación docente. ....	Pag.83
3. Evaluación de la programación por parte del profesor. ....	Pag.84
4. Septiembre.....	Pag.85

## 1. RELACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN CON LA NORMATIVA VIGENTE.

Para la realización de la presente programación se han utilizado los siguientes documentos prescriptivos:

- **Ley Orgánica 8/2013**, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.
- **Ley Orgánica 2/2006**, de 3 mayo, de ordenación del sistema educativo.
- **Real Decreto 1105/2014**, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
- **Decreto 48/2015**, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la CAM el currículo de la Educación Secundaria.
- **Decreto 39/2017**, de 4 de abril, del Consejo de Gobierno, por el que se modifica el Decreto 48/2015, de 14 de mayo.
- **Decreto 18/2018**, de 20 de marzo, por el que se modifica el Decreto 48/2015, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la CAM el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria.
- **Decreto 52/2015**, de 21 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo del Bachillerato.
- **Orden 2227/2018**, de 20 de junio, de la Consejería de Educación e Investigación por la que se establece el Calendario Escolar para el curso 2018-2019
- **Orden ECD/65/2015**, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la Educación Primaria, la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato.
- **Orden 2398/2016**, de 22 de julio, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en la Educación Secundaria Obligatoria.

## 2. PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO.

### 2.1 COMPOSICIÓN DEL DEPARTAMENTO Y DISTRIBUCIÓN DE MATERIAS Y GRUPOS:

- **Roberto Delgado.** Profesor de Educación Física, funcionario de carrera en prácticas, habilitado en lengua inglesa.
- **Ismael Ramírez.** Profesor de Educación Física, interino, habilitado en lengua inglesa.
- **David Esteban.** Profesor de Educación Física, profesor interino.

<u>PROFESOR</u>	<u>MATERIA</u>	<u>NIVEL y GRUPOS</u>
Roberto Delgado	EDUCACION FÍSICA	2º ESO A, B. 4º ESO A, B, C, D, E. 1º BACHILLERATO B, D.
Ismael Ramírez	EDUCACION FÍSICA	1º ESO A, B, C, D. 2º ESO C. 3º ESO A, B, C.
	DEPORTE	2º ESO
David Estébanez	EDUCACION FÍSICA	2º ESO D, E. 3º ESO D, E. 1º BACHILLERATO A, C.

El criterio en el reparto de grupos ha sido realizado en función del idioma en el que se imparte la materia, inglés o francés, asignando a los profesores habilitados dichos grupos. La distribución de las tutorías asignadas al departamento también ha condicionado la distribución de grupos. En base a ello los profesores asignados al centro al inicio de curso repartieron los grupos de forma consensuada. Finalmente, el tercer profesor asignado no está habilitado en francés, aunque impartirá clase a los grupos de sección francesa, para ello contará con el apoyo del departamento de Francés y el asistente de idiomas, para la realización de fichas de apoyo teórico en ese idioma, explicaciones y situaciones comunicativas, para con ello contribuir a la mejora de la competencia lingüística en francés.

## **2.2 MEDIDAS COMUNES ADOPTADAS.**

El Departamento está compuesto por tres profesores, al comienzo del curso 2018/2019 se revisó y reestructuró la programación didáctica de Educación Física en ESO y Bachillerato, realizándose de forma conjunta entre los miembros del Departamento y reflejando nuestras intenciones educativas en la etapa y en los diferentes cursos. Se estableció, así, una estructuración y secuenciación del currículo distribuido en unidades didácticas, propia y contextualizada al centro, así como desarrollando documentos y acciones comunes, con el fin de coordinar nuestra acción didáctica.

Debido a que nos encontramos en un instituto plurilingüe el departamento decidió que la programación será igual que para todos los grupos, independientemente del idioma y se adaptarán en función de los cursos y el nivel de los alumnos: la metodología, la parte conceptual y ciertas actividades, potenciando las situaciones de comunicación en el idioma correspondiente.

En la materia de Educación Física ciertos contenidos son comunes a todos los cursos de la etapa: la condición física, el desarrollo de las capacidades físicas, el calentamiento, los deportes a distinto nivel de ejecución, el ritmo y la expresión...por ello el departamento propone una forma de trabajo progresiva, aumentando el nivel de complejidad y la exigencia en función del curso.

La **resistencia aeróbica** es un contenido fundamental para este departamento, dada su relación con la salud cardiovascular y respiratoria, por ello se trabajará de manera continua a lo largo de todo el curso con diferentes actividades y en todos los cursos. Para valorar y evaluar la resistencia aeróbica de nuestros alumnos se proponen un test de carrera continua, el profesor correspondiente propondrá una progresión y diversas actividades para que todos los alumnos lleguen al mínimo establecido, siendo obligatorio la realización sin paradas del test por parte de los alumnos, para superar la materia. Aquellos alumnos que por causas médicas justificadas no puedan realizar dicho test, el profesor propondrá un test alternativo o la adaptación correspondiente.

En cada curso los alumnos deberán realizar el test de:

- **1º ESO:** 15 minutos.
- **2º ESO:** 18 minutos.
- **3º ESO:** 20 minutos.
- **4º ESO:** 25 minutos.
- **1º Bachillerato:** 30 minutos.

## **Criterios de evaluación mínimos para superar la materia de Educación Física:**

1. Participar y colaborar de manera activa en todas las actividades programadas, mostrando respeto a los compañeros, el material y al profesor, trabajando en equipo y mostrando actitudes de tolerancia y capacidad crítica ante la violencia.
2. Conocer y practicar los métodos de trabajo de las capacidades físicas básicas relacionados con la salud, así como sus efectos beneficiosos y posibles riesgos.
3. Realización de los test de condición física programados (al menos carrera continua 15,18, 20, 25 y 30 minutos de 1º ESO a 1º Bachillerato respectivamente y aquellos test seleccionados por el profesor correspondiente) mostrando actitudes de esfuerzo e interés en la mejora de la condición física y salud.
4. Realizar de forma desinhibida las actividades de expresión corporal, coreografías y/o baile utilizando elementos rítmicos y expresivos.
5. Conocer las acciones técnicas y principios tácticos en los deportes vistos y aplicarlas en situaciones de juego y torneos, mostrando actitudes de mejora.
6. Conocer y aplicar correctamente los contenidos teóricos relacionados con la salud, la nutrición, los primeros auxilios y/o los deportes, elaborando un trabajo y/o realizando un examen teórico al respecto.
7. Participar, y mostrar actitudes de superación en todas aquellas actividades que puedan suponer un reto (escalada, patinaje, coreografías, carrera continua...)
8. Conocer de manera básica los conceptos teóricos de las actividades practicadas durante el curso, entendiendo el fenómeno social de las actividades físicas, haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación.

## NORMAS DEL DEPARTAMENTO DE EF IES PAL 2018/19

Todos los alumnos que cursen E.F. durante el curso 2018-2019, deberán tener en cuenta las siguientes normas de obligado cumplimiento:

1.-El **buen ambiente** de clase es fundamental para poder enseñar y aprender a gusto, por ello el respeto entre compañeros, hacia el profesor y el material e instalaciones es imprescindible.

2.- Para realizar adecuadamente las clases se precisa **calzado** deportivo (correctamente atado) y **ropa deportiva**. Quitándonos elementos peligrosos como piercings, anillos, pulseras...

3.- Cada alumno tendrá un correo **Gmail** y un **portfolio de EF** (carpeta en drive o en el ordenador) donde recogerá la información y fichas de la materia.

4.- Puntualmente utilizaremos el **móvil** con fines educativos, el profesor os avisará con antelación, el resto de los días permanecerá en la mochila guardado.

5.- El material ha de ser respetado, aquel que lo deteriore intencionadamente será el responsable de reponerlo o abonar la cantidad correspondiente.

6.-No se puede comer en clase (ni chicles, caramelos...); sí se recomienda una botella de agua.

7.- La higiene y aseo es fundamental; después de la clase, el alumno se aseará y cambiará de **camiseta**, debiendo traer jabón, desodorante y camiseta de cambio.

8- La evaluación y calificación será valorada en torno a: **Saber**: conocimientos teóricos (30%), **Saber hacer**: parte práctica (50%) y **Saber ser**: actitud y comportamiento (20%) siendo necesario obtener al menos un 3 en cada parte para realizar la media ponderada.

9.- Cada falta leve de material, actitud, puntualidad o asistencia injustificada restará 0,5 del apartado correspondiente, 1 punto en faltas graves de actitud. No pudiendo superar las 5 faltas en un apartado para aprobar el trimestre.

10.-Los alumnos que, temporal o permanentemente, no puedan realizar la parte práctica deberán **justificarlo debidamente y realizar la adaptación** que el profesor establezca. Acudiendo a clase con ropa deportiva y mostrándose activo dentro de sus posibilidades.

**Sí se puede: esforzarse, pasárselo bien, trabajar en equipo, superarse, colaborar, mejorar, reír... En definitiva, tener ganas de aprender y disfrutar mediante la EF.**

### INFORMACIÓN PARA LAS FAMILIAS:

Durante el curso, podremos realizar actividades en el parque Central anexo al Centro, (carrera, orientación...), así como recurriremos al uso de los móviles con fines educativos, (uso de Apps, música, actividades de orientación...). Para ello, necesitamos su consentimiento.

Si su hijo/a **padece algún tipo de problema físico o enfermedad** que influya en las clases de EF, es necesario que lo comunique por escrito acompañándolo con un justificante médico. Ante cualquier duda o consulta, estamos a su disposición mediante el correo [robertoelprofeef@gmail.com](mailto:robertoelprofeef@gmail.com), o bien en persona, si lo considera oportuno.



### 3. LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA LOMCE.

La actual ley ha supuesto grandes y relevantes cambios para la Educación Física. La **Ley Orgánica 8/2013** en un artículo único modifica 65 artículos de la anterior ley educativa **LOE 2/2006, aún vigente**; entre ellos, cabe destacar:

➤ El artículo **24** cambia la denominación de la **materia** de Educación Física a **asignatura específica**.

➤ El artículo **6 bis. Distribución de las competencias** especifica:

*Corresponde al Gobierno el diseño del currículo básico, en relación con los objetivos, competencias, contenidos, criterios de evaluación, estándares y resultados de aprendizaje evaluables, con el fin de asegurar una formación común y el carácter oficial y la validez en todo el territorio nacional de las titulaciones.*

*Corresponde a las Administraciones educativas establecer los contenidos de los bloques de asignaturas específicas y de libre configuración autonómica.*

➤ **Disposición adicional cuarta. Promoción de la actividad física y de la dieta equilibrada** explica:

*Las Administraciones educativas adoptarán medidas para que la actividad física y la dieta equilibrada formen parte del comportamiento infantil y juvenil. A estos efectos, dichas Administraciones promoverán la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos y alumnas **durante la jornada escolar**, en los términos y condiciones que, siguiendo las recomendaciones de los organismos competentes, garanticen un desarrollo adecuado para favorecer una vida activa, saludable y autónoma.*

- La ordenación de las enseñanzas en ESO se hará en **dos ciclos**, el primero engloba a 1º, 2º, y 3º y el segundo ciclo a 4º de la ESO, con criterios de evaluación y estándares de aprendizaje diferenciados por ciclos.
- **Eliminación de la Competencia básica “Conocimiento e interacción con el mundo físico”**, fundamental en la materia de Educación Física.
- La LOMCE **no** establece **Objetivos de Materia**, dado su carácter competencial.
- La Educación Física queda **excluida de las evaluaciones de etapa** en 4º ESO y 2º de Bachillerato.

El **RD 1105/2014** establece el currículo básico, los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables, de las materias del bloque de asignaturas específicas. En Educación Física en su parte introductoria, recoge:

*La materia de Educación Física tiene como **finalidad principal desarrollar** en las personas su **competencia motriz**, entendida como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados sobre todo a la conducta motora; para su consecución, no es suficiente con la mera práctica, sino que es necesario el análisis crítico que afiance actitudes, valores referenciados al cuerpo, al movimiento y a la relación con el entorno: de este modo, el alumnado logrará controlar y dar sentido a las propias acciones motrices.*

Asimismo, dicho **Real Decreto** establece:

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

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

Finalmente, el Decreto **48/2015** mantiene de forma idéntica la parte introductoria del RD y **establece los contenidos** desde 1º a 4º de la ESO en torno a los cinco dominios de acción motriz, añadiendo un 6º bloque específico de Salud y un 7º bloque relacionado con la Alimentación, Hidratación y respiración dependiendo del curso.

### 3.1 OBJETIVOS DE ETAPA DE ESO:

El Decreto 48/2015, de 14 de mayo, establece los siguientes objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria, de tal manera que esta etapa educativa deberá contribuir a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.

- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.
- l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

### **3.2 CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS:**

Se entiende por competencias las capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos en una diversidad de contextos académicos, sociales y profesionales.

Así pues, el conocimiento competencial integra un conocimiento de base conceptual: conceptos, principios, teorías, datos y hechos, conocimiento declarativo, saber decir; un conocimiento relativo a las destrezas, referidas tanto a la acción física observable como a la acción mental, conocimiento procedimental, saber hacer; y un tercer componente que tiene una gran influencia social y cultural, y que implica un conjunto de actitudes y valores, saber ser (ECD 65/2015).

#### **Estrategias metodológicas para trabajar por competencias en el aula (ECD 65/2015)**

- *Todo proceso de enseñanza-aprendizaje debe partir de una planificación rigurosa de lo que se pretende conseguir, teniendo claro cuáles son los objetivos o metas, qué recursos son necesarios, qué métodos didácticos son los más adecuados y cómo se evalúa el aprendizaje.*

- *Uno de los elementos clave en la enseñanza por competencias es despertar y mantener la motivación hacia el aprendizaje en el alumnado, lo que implica un nuevo planteamiento del papel del alumno, activo y autónomo, consciente de ser el responsable de su aprendizaje. Mediante actividades significativas, contextualizadas, funcionales, transferibles a la vida cotidiana y vinculadas a actitudes, conceptos y habilidades, promoviendo la autonomía y la reflexión.*
- *Para un proceso de enseñanza-aprendizaje competencial las estrategias interactivas y metodologías activas son las más adecuadas, al permitir compartir y construir el conocimiento y dinamizar la sesión de clase mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas.*
- *Resulta recomendable el uso del portfolio, que aporta información extensa sobre el aprendizaje del alumnado, refuerza la evaluación continua y permite compartir resultados de aprendizaje. El portfolio es una herramienta motivadora para el alumnado que potencia su autonomía y desarrolla su pensamiento crítico y reflexivo.*
- *La selección y uso de materiales y recursos didácticos constituye un aspecto esencial de la metodología. El profesorado debe implicarse en la elaboración y diseño de diferentes materiales, especialmente la integración de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten el acceso a recursos virtuales.*

Desde las diferentes unidades didácticas se realizará una contribución general a la consecución de las diferentes competencias clave. A continuación, se recogen las aportaciones específicas más relevantes:

**a) Competencia en comunicación lingüística**

A la adquisición de esta competencia se contribuirá desde el vocabulario específico de los diferentes deportes y actividades, con el conocimiento de términos relacionados con el entrenamiento, la técnica, táctica, la anatomía y fisiología. Así como en la realización de trabajos y las lecturas de los diferentes apuntes de autoelaboración, además de a través de la exposiciones, charlas y reflexiones sobre los distintos contenidos. En aquellos grupos de sección lingüística, también se trabajará mediante el idioma correspondiente.

**b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología:**

Se contribuirá principalmente desde el conocimiento científico de nuestra propia materia, también con el uso de dispositivos móviles, aplicaciones Apps y electrónicos para medir distancias, códigos QR, valoracionesl gasto y la ingesta calórica, los cálculos relacionados con la frecuencia cardiaca, distancia y los tiempos de vuelta en carrera, al igual que en diversas actividades como la orientación o las actividades rítmicas y cuenta de tiempos musicales. Finalmente, las actividades relacionadas con el medio natural, los primeros auxilios y en general desde todas las unidades didácticas, gracias a la creación de hábitos de actividad física y salud.



**c) Competencia Digital:**

Mediante el uso de una página web propia de Educación Física y la metodología *flipped classroom* se contribuirá durante todo el curso a la utilización de las Tecnologías de la Información; además, los alumnos deberán tener un portfolio digital, donde reúnan todas las actividades y fichas trabajadas durante el curso. El examen teórico se llevará a cabo mediante el programa de evaluación *Flubaroo*. Se les proporcionará, asimismo, información sobre aplicaciones, programas o dispositivos que puedan ayudarles a realizar actividad físico-deportiva o seguir trabajando los contenidos vistos en clase (*Wikiloc, Sworkit, Fatsecret, Endomondo, Oruxmaps, lector QR, Alpify, My112, Webquest nutrición...*).

**d) Competencia aprender a aprender**

Que el alumno entienda los conceptos explicados, que sea capaz de buscar, contrastar y tener actitud crítica ante diferentes informaciones, el descubrir y vivenciar los principios y fundamentos de las diferentes actividades y deportes será un objetivo a lograr desde toda la programación. Para ello, se utilizará una metodología activa y el uso de la transferencia en todos los contenidos, para contribuir al desarrollo de esta competencia potenciando el autodescubrimiento y la autonomía.

**e) Competencia Sociales y cívicas**

La integración, el respeto, la cooperación y el trabajo en equipo, la violencia en el deporte...así como todos los valores positivos asociados a la actividad física y el deporte serán trabajados transversalmente en todos los cursos.

#### **f) Competencia en sentido iniciativa y espíritu emprendedor**

Muy relacionada con “Aprender a aprender”, se desarrollará esta competencia, otorgando al alumno mayor protagonismo y autonomía en el diseño y realización de actividades propias (dirigiendo calentamientos, creación de torneos, propuestas personales de mejora de hábitos saludables, montajes coreográficos...) Siendo el fin último de la programación la creación de hábitos de actividad física, salud y deporte y la autonomía del alumnado.

#### **g) Competencia en conciencia y expresiones culturales**

La programación contribuirá al conocimiento de los juegos y deportes como hecho cultural; se realizarán actividades específicas para dar a conocer las manifestaciones del deporte actual, trabajando también el hecho de la violencia en el deporte. A la expresión corporal y artística se contribuirá desde las Actividades rítmicas y expresivas, también por medio de la dramatización y simulación de accidentes y lesiones.

### **4. RELACIÓN DE ELEMENTOS CURRICULARES: CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS.**

A continuación, se presentan las tablas de relaciones curriculares que vinculan los distintos elementos del currículo, la leyenda de las competencias clave es:

- **C. M. C. Y T.:** Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- **C. L.:** Comunicación lingüística.
- **C. D.:** Competencia digital.
- **C.Y E. C.:** Conciencia y expresiones culturales.
- **C.S.Y C.:** Competencias sociales y cívicas.
- **S. I. Y E. E.:** Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
- **A A.:** Aprender a aprender.

		EDUCACIÓN FÍSICA	1º DE ESO	
Actividades físico deportivas individuales en medio estable	CONTENIDOS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE
		<p>-Modalidades de atletismo: carrera de velocidad, salto de longitud y lanzamiento de jabalina adaptado.</p> <p>-Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico</p> <p>-Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.</p> <p>-Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad.</p> <p>-Formas de evaluar el nivel técnico en la carrera de velocidad, el salto de longitud y el lanzamiento de jabalina.</p> <p>-Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.</p> <p>-Autovaloración, autoimagen y autoestima asociadas a los aprendizajes de actividades físico deportivas individuales. El sentimiento de logro.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. <b>C.S. Y C. A. A A.</b></p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. <b>A. A A.</b></p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. <b>A. A A.</b></p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. <b>S. I. Y E. E.</b></p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. <b>A. A A.</b></p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. <b>C. M. C. Y T. A. A A.</b></p>
		INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		CRITERIOS DE CALIFICACIÓN
		<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.	50%	
	<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales	20%		
	<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.	30%		

EDUCACIÓN FÍSICA		1º DE ESO		
<b>Actividades de adversario: Bádminton</b>	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN		ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE
	-Golpeos básicos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas. -Puesta en juego y golpeos de fondo de pista. -Principios estratégicos, posición básica y recuperación de situación en el campo tras los golpeos. -Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. 3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas función de los estímulos relevantes.		1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. <b>C.S. Y C. A. A. A.</b> 3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. <b>A. A. A.</b> 3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. <b>C. M. C. Y T.</b>
	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.	50%		
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales	20%			
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.	30%			

EDUCACIÓN FÍSICA		1º DE ESO		
<b>Actividades de colaboración-oposición: balonmano</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades específicas en el balonmano. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.</li> <li>- Aspectos funcionales y principios estratégicos; papel y conductas de los jugadores en las fases del juego. Capacidades implicadas.</li> <li>- Estímulos relevantes que en balonmano condicionan la conducta motriz: situación de los jugadores, del balón y de la portería, ocupación de los espacios, etc.</li> <li>- La colaboración y la toma de decisiones en equipo.</li> </ul>	<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. <b>A. A A.</b></p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. <b>C. S. Y C.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

EDUCACIÓN FÍSICA		1º DE ESO		
Actividades en medio no estable	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE	
	<p>- El senderismo como actividad físico deportiva en medio no estable. Características de la zona de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad. Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de actividades físico deportivas.</p> <p>- Equipamiento básico para la realización de actividades de senderismo en función de la duración y de las condiciones de las mismas.</p> <p>- La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de senderismo.</p> <p>- Influencia de las actividades físico deportivas en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. <b>A. A A.</b></p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. <b>A. A A.</b></p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. <b>C.M. C. Y T.</b></p> <p>8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico deportivas. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas. <b>C. C. Y T.</b></p> <p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. <b>C. S. Y C.</b></p>	
	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

EDUCACIÓN FÍSICA		1º DE ESO		
<b>Actividades artístico-expresivas</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	- La conciencia corporal en las actividades expresivas. - Técnicas expresivas de mimo y juego dramático. Control e intencionalidad de los gestos, movimientos y sonidos.	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.  7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.  9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. <b>C. Y E. C.</b>  2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. <b>S.I. Y E. E.</b>  7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. <b>C. S. Y C.</b>  7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. <b>C. S. Y C.</b>  7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. <b>C. S. Y C.</b>  9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. <b>C. S. Y C.</b>  9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. <b>C. S. Y C.</b>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.	50%		
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales	20%			
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.	30%			

EDUCACIÓN FÍSICA		1º DE ESO		
<b>Salud. Hidratación y alimentación durante la actividad física.</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRIT. DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas.</li> <li>- Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.</li> <li>- Los niveles saludables en los factores de la condición física.</li> <li>- Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas.</li> <li>- Progresividad en los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación.</li> <li>- Hidratación y alimentación durante la actividad física.</li> </ul>	<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. <b>A. A A.</b></p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la CF. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. <b>C. M. C. Y T. S. I. Y E. E.</b></p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. <b>A. A A.</b></p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. <b>A. A A.</b></p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. <b>C. L.</b></p> <p>9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. <b>C. S. Y C.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Fís.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo.		30%		



EDUCACIÓN FÍSICA		2º DE ESO		
<b>Actividades individuales en medio estable</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades gimnásticas y acrobáticas</li> <li>- Saltos, giros, equilibrios volteos; ajuste de las habilidades a los modelos técnicos básicos.</li> <li>- Descripción de los movimientos y capacidades motrices implicadas.</li> <li>- Formas de evaluar el nivel técnico en las habilidades específicas de las actividades gimnásticas y acrobáticas</li> <li>- Aspectos preventivos de las actividades gimnásticas y acrobáticas: calentamiento específico, ayudas, ajuste de las actividades al nivel de habilidad.</li> <li>- Valoración del esfuerzo personal en los aprendizajes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</li> <li>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</li> <li>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. <b>C. S. Y C. A. A A.</b></li> <li>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. <b>C. M. C. Y T.</b></li> <li>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. <b>C. L.</b></li> <li>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. <b>A. A A.</b></li> <li>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. <b>A. A A.</b></li> <li>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. <b>C. S. Y C.</b></li> <li>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. <b>C. L. C. S. Y C.</b></li> </ul>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Actitudes y comportamientos: Trabajo y esfuerzo durante las sesiones		30%		

EDUCACIÓN FÍSICA		2º DE ESO		
Actividades de adversario: lucha	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de la lucha. Agarres desequilibrios, caídas, reequilibrios.</li> <li>- Respeto y aceptación de las normas reglamentarias de las actividades de lucha.</li> <li>- Autocontrol ante las situaciones de contacto físico.</li> <li>- La figura del ganador y el significado del adversario en el deporte actual. Modelos de conducta de los ganadores. El respeto y la consideración como valores propios de estas actividades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</li> <li>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</li> <li>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</li> <li>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</li> <li>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. <b>C. S. Y C. A. A A.</b></li> <li>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. <b>A. A A.</b></li> <li>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas. <b>C. L. A. A A.</b></li> <li>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. <b>A. A A.</b></li> <li>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. <b>C. S. Y C.</b></li> <li>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. <b>C. S. Y C.</b></li> <li>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. <b>C. S. Y C.</b></li> <li>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. <b>C. L. C. S. Y C.</b></li> </ul>	
	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
	<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%	
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

		EDUCACIÓN FÍSICA	2º DE ESO		
<b>Actividades de colaboración-oposición: fútbol</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades específicas del fútbol. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.</li> <li>- Dinámica interna, aplicación de las habilidades para cumplir los principios estratégicos del fútbol. Capacidades implicadas</li> <li>- Estímulos relevantes que en el fútbol condicionan la conducta motriz. Situación de jugadores, balón y portería, espacios de juego.</li> <li>- La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos.</li> </ul>	<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>		<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. <b>A. A A.</b></p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. <b>C. S. Y C.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>		
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%		
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%			
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%			

EDUCACIÓN FÍSICA		2º DE ESO		
<b>Actividades en medio no estable: escalada</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<p>- Trepa y recorridos horizontales de escalada. Capacidades implicadas. Medidas de seguridad y control de riesgos.</p> <p>- Nudos; realización y procedimientos de verificación de la seguridad,</p> <p>- Instalaciones urbanas y entornos naturales para las actividades de trepa y escalada; conductas de cuidado del entorno que se utiliza.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. <b>A. A A.</b></p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. <b>A. A A.</b></p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. <b>C.M. C. Y T.</b></p> <p>8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico deportivas. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas. <b>C. C. Y T.</b></p> <p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. <b>C. S. Y C.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

EDUCACIÓN FÍSICA		2º DE ESO		
<b>Actividades artístico expresivas: acrosport</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	- Calidades de movimiento y expresividad. - Significados de los gestos en el lenguaje no verbal.	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. 7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones. 9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad . <b>C. Y E. C.</b> 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. <b>A. A. A. C. Y E. C.</b> 7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. <b>C. S. Y C.</b> 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. <b>C. S. Y C.</b> 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. <b>C. S. Y C.</b> 9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. <b>C. S. Y C.</b> 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. <b>C. L. C. S. Y C.</b>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

	EDUCACIÓN FÍSICA	2º DE ESO		
<b>Salud. Balance energético entre ingesta y gasto calórico.</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas</li> <li>- Medidas preventivas en las actividades físico-deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.</li> <li>- Métodos para llegar a valores saludables en la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad.</li> <li>- Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas</li> <li>- Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo.</li> <li>- Balance energético entre ingesta y gasto calórico</li> </ul>	<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. <b>A. A A.</b></p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. <b>C. M. C. Y T. S. I. Y E. E.</b></p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. <b>A. A A.</b></p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. <b>A. A A.</b></p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y protección del entorno. <b>C. L.</b></p> <p>9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. <b>C. S. Y C.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<p><b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.</p> <p><b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales</p> <p><b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo.</p>		<p>50%</p> <p>20%</p> <p>30%</p>	

EDUCACIÓN FÍSICA		3º DE ESO		
<b>Actividades individuales en medio estable</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Modalidades de atletismo: carrera de vallas y salto de altura estilo Fósbury</li> <li>- Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.</li> <li>- Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.</li> <li>- Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad, flexibilidad.</li> <li>- Formas de evaluar el nivel técnico en el paso de las vallas y el salto Fósbury.</li> <li>- Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.</li> <li>- La capacidad de aprendizaje motor y el valor relativo de los resultados cuantitativos.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</li> <li>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</li> <li>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.</li> </ol>	<p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. <b>A. A. A.</b></p> <p>1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades. <b>C. L.</b></p> <p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. <b>A. A. A.</b></p> <p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud. <b>C. C. Y T.</b></p> <p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. <b>S.I.Y E.E.</b></p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. <b>A. A. A.</b></p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. <b>A. A. A. C. M. C. Y T.</b></p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. <b>C. C. Y T.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

EDUCACIÓN FÍSICA		3º DE ESO		
Actividades de adversario: el bádminton	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.</li> <li>- Estrategias de juego. Colocación de los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario.</li> <li>- Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.</li> </ul>	<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	<p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas. <b>C. L. S. I. Y E. E.</b></p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares. <b>A. A. A.</b></p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. <b>. C. S. Y C.</b></p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. <b>. C. S. Y C.</b></p>	
	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		



EDUCACIÓN FÍSICA		3º DE ESO		
<b>Actividades de colaboración-oposición: baloncesto</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades específicas del baloncesto. Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes.</li> <li>- Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas.</li> <li>- Estímulos relevantes que en baloncesto condicionan la conducta motriz: situación del balón y la canasta, espacios libres, tiempos de juego, etc.</li> <li>- La colaboración y la toma de decisiones en equipo.</li> </ul>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. <b>A. A A.</b></p> <p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas. <b>A. A A.</b></p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. <b>A. A A.</b></p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares. <b>A. A A. C. C. Y S.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

	EDUCACIÓN FÍSICA	3º DE ESO		
<b>Actividades en medio no estable: orientación</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<p>- La orientación como actividad físico deportiva en medio no estable. Interpretación de mapas y uso de la brújula y otros sistemas de orientación (GPS, indicios naturales).</p> <p>- Equipamiento básico para la realización de actividades de orientación en función de la duración y de las condiciones de las mismas.</p> <p>- La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de orientación.</p> <p>- Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad.</p> <p>Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de recorridos de orientación.</p> <p>Influencia de las actividades de orientación en la degradación del entorno natural próximo.</p> <p>Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades. <b>C. L. C. M. C. Y T . C. D.</b></p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. <b>C CYS</b></p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico deportivas. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. <b>C. S. Y C.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.	50%		
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales	20%			
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.	30%			

	EDUCACIÓN FÍSICA	3º DE ESO		
<b>Actividades artístico expresivas: danzas</b>	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE	
	- La danza como contenido cultural. Danzas históricas y danzas actuales. - Diseño y realización de coreografías Agrupamientos y elementos coreográficos.	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.  7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.  9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. <b>C. Y E. C.</b> 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. <b>C. Y E. C.</b> <b>C. S. Y C</b> 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. <b>S. I. Y E. E.</b> 7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. <b>C. S. Y C.</b> 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. <b>C. S. Y C.</b> 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. <b>C. S. Y C.</b> 9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. <b>C. S. Y C.</b> 9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. <b>C. S. Y C</b>	
	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.	50%		
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales	20%			
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.	30%			

	EDUCACIÓN FÍSICA	3º DE ESO		
<b>Salud. Balance energético entre ingesta y gasto calórico.</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas</li> <li>- Medidas preventivas en las actividades físico-deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.</li> <li>- Métodos para llegar a valores saludables en la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad.</li> <li>- Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas</li> <li>- Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo.</li> <li>- Balance energético entre ingesta y gasto calórico.</li> </ul>	<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. <b>A. A. A.</b></p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. <b>C. M. C. Y T.</b></p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. <b>A. A. A.</b></p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. <b>A. A. A.</b></p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. <b>CMCY T.</b></p> <p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. <b>C. L.</b></p> <p>9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. <b>C. S. Y C.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

EDUCACIÓN FÍSICA		4º DE ESO		
<b>Actividades individuales en medio estable: patinaje sobre ruedas</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnica de desplazamiento sobre los patines</li> <li>- Control de la situación del centro de gravedad sobre el pie apoyado.</li> <li>- Acciones equilibradoras de los brazos.</li> <li>- Capacidades motrices implicadas: equilibrio, coordinación.</li> <li>- Formas de evaluar el nivel técnico del patinaje sobre ruedas.</li> <li>- Aspectos preventivos: formas de caer, indumentaria, protecciones, calentamiento específico, trabajo por niveles de habilidad.</li> <li>- La superación de retos personales como motivación.</li> </ul>	<p>1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.</p> <p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.</p> <p>10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.</p>	<p>1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></p> <p>5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</p> <p><b>A. A A.</b></p> <p>10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></p> <p>10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></p> <p>10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas. <b>A. A A.</b></p> <p><b>C. S. Y C.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

EDUCACIÓN FÍSICA		4º DE ESO		
<b>Actividades de adversario: palas</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS</b>	
	<p>- Golpeos y desplazamientos. Capacidades motrices implicadas.</p> <p>- Estrategias de juego. Colocación de los golpes en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario.</p> <p>- Las palas como actividad recreativa para el tiempo de ocio.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.</p> <p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.</p> <p>10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.</p>	<p>1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></p> <p>3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario. <b>A. A A.</b></p> <p>3.6 Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno. <b>C. L. C. S. Y C.</b></p> <p>5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. <b>A. A A.</b></p> <p>10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></p> <p>10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.	50%		
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales	20%			
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.	30%			

EDUCACIÓN FÍSICA		4º DE ESO		
<b>Actividades de colaboración-oposición: voleibol</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpes, los desplazamientos y las caídas y adaptación a las características de los participantes.</li> <li>- Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas.</li> <li>- Estímulos relevantes que en voleibol condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, situación de los compañeros, etc.</li> <li>- La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.</li> <li>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.</li> <li>7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.</li> <li>11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario. <b>A. A A.</b></li> <li>3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y las intervenciones del resto. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></li> <li>3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></li> <li>3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></li> <li>3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas. <b>C. L. C. S. Y C.</b></li> <li>3.6 Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></li> <li>5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. <b>A. A A.</b></li> <li>7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales. <b>C. S. Y C.</b></li> <li>7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas. <b>C. S. Y C.</b></li> <li>7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma. <b>C. L. C. S. Y C.</b></li> <li>11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo. <b>C. S. Y C.</b></li> </ul>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

EDUCACIÓN FÍSICA		4º DE ESO		
<b>Actividades en medio no estable: escalada</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<p>- La escalada en instalaciones urbanas o en el entorno natural. Niveles de las vías y técnicas.</p> <p>- Equipamiento básico para la realización de actividades de escalada. Elementos de seguridad, ...</p> <p>- Posibilidades del entorno natural próximo para la escalada. Influencia de las actividades de escalada en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.</p>	<p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.</p> <p>9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.</p> <p>10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.</p>	<p>5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. <b>A. A A.</b></p> <p>9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos. <b>A. A A.</b></p> <p>9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida. <b>A. A A.</b></p> <p>9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente. <b>C. C. Y S.</b></p> <p>10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. <b>A. A A.</b></p> <p>10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. <b>A. A A. C. C. Y S.</b></p> <p>10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas. <b>C. L. A. A A. C. C. Y S.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		



EDUCACIÓN FÍSICA		4º DE ESO		
<b>Actividades artístico expresivas: composiciones coreográficas.</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS</b>	
	- Elementos musicales y su relación con el montaje coreográfico. Ritmo, frase, bloques. - Diseño y realización de coreografías Agrupamientos y elementos coreográficos.	2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.  11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.  12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.	2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. <b>A. A. A. C. Y E. C. C. C. Y S.</b>  2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás. <b>A. A. A. C. Y E. C. C. C. Y S.</b>  2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas. <b>C. Y E. C. C. Y E. C.</b>  11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos. <b>A. A. A. C. C. Y S.</b>  11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo. <b>C. C. Y S.</b>  12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. <b>C. M. C. Y T.</b>  12.2. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones. <b>C. M. C. Y T.</b>  12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados. <b>C. M. C. Y T. C. C. Y S.</b>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.	50%		
	<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales	20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.	30%			

	EDUCACIÓN FÍSICA	4º DE ESO		
<b>Salud. Balance energético entre ingesta y gasto calórico.</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas</li> <li>- Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.</li> <li>- Actividades físico deportivas más apropiadas para conseguir los niveles saludables de condición física.</li> <li>- Desequilibrios posturales en las actividades físicas y en las actividades cotidianas y ejercicios de compensación.</li> <li>- Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo, el pulsómetro.</li> <li>- Balance energético entre ingesta y gasto calórico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.</li> <li>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.</li> <li>6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva. <b>C. L. A. A A.</b></li> <li>4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. <b>C. L. A. A A.</b></li> <li>4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud. <b>C. L. A. A A.</b></li> <li>4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física. <b>C. L. C. M. C. Y T.</b></li> <li>5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. <b>A. A A.</b></li> <li>5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades. <b>C. L. A. A A. C. D.</b></li> <li>5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud. <b>C. M. C. Y T. A. A A.</b></li> <li>6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma. <b>C. L. A. A A.</b></li> <li>6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal. <b>C. L. A. A A.</b></li> <li>6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz. <b>A. A A.</b></li> </ul>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

EDUCACIÓN FÍSICA		1º DE BACHILLERATO		
<b>Salud.</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>	
	<p>-Práctica y caracterización de actividades de acondicionamiento físico que se ofertan en el entorno: cardiovasculares con y sin soporte musical, musculación, gimnasias posturales, etc.</p> <p>-Profundización en el trabajo de acondicionamiento físico enfocado a las propias necesidades.</p> <p>-Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos.</p> <p>-Análisis de la implicación de los factores de la aptitud motriz en las actividades seleccionadas.</p> <p>-Márgenes de mejora de la aptitud motriz en función del nivel personal y de las posibilidades de práctica.</p> <p>-Programas de mejora de las capacidades físicas y coordinativas implicadas en las actividades físico-deportivas practicadas, dentro de los márgenes de la salud.</p> <p>-Hidratación y alimentación en los programas personales de actividad física.</p> <p>-Procedimientos para la autoevaluación de la aptitud motriz.</p> <p>-Toma de conciencia de las propias características y posibilidades.</p> <p>-Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje</p>	<p>4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.</p> <p>5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.</p> <p>9. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.</p>	<p>4.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud <b>C. M. C. Y T. A. A. S. I. Y E. E.</b></p> <p>4.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. <b>C. M. C. Y T. A. A. S. I. Y E. E.</b></p> <p>4.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. <b>C. M. C. Y T. A. A. S. I. Y E. E.</b></p> <p>4.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades. =</p> <p>5.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales. <b>C. M. C. Y T. A. A. S. I. Y E. E.</b></p> <p>5.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.</p> <p>5.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. =</p> <p>5.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad. <b>C. M. C. Y T. A. A. S. I. Y E. E.</b></p> <p>5.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. =</p> <p>5.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas. <b>C. M. C. Y T. A. A. S. I. Y E. E.</b></p> <p>9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. <b>C. D.</b></p> <p>9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. <b>C. D. C. S. Y C.</b></p>	
	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

	<b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>	<b>1º DE BACHILLERATO</b>	
	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE</b>
<b>Actividades de colaboración-oposición</b>	<p>-Perfeccionamiento de las habilidades específicas de las actividades físico-deportivas elegidas.</p> <p>-Ajuste de la realización de las habilidades técnicas a la finalidad y oportunidad de cada una de ellas.</p> <p>-Selección y realización de los fundamentos técnicos apropiados atendiendo a los cambios que se producen en el entorno de práctica.</p> <p>-Adecuación de los componentes técnico tácticos a diferentes situaciones de juego.</p> <p>-Estrategias en las actividades de oposición practicadas.</p> <p>-Búsqueda de situaciones de ventaja propia y desventaja del adversario.</p> <p>-Sistemas de juego de las actividades de colaboración-oposición elegidas.</p> <p>-Coordinación con los compañeros, responsabilidad en las propias funciones y ayudas en las estrategias colectivas.</p> <p>-La norma como elemento regulador de conductas en las actividades socio-motrices.</p> <p>-Capacidades emocionales y sociales en la situación competitiva. Respeto y valoración del adversario.</p> <p>-Repercusión social y económica del fenómeno deportivo: deporte praxis versus deporte espectáculo, análisis de modelos de conducta que se asocian al deporte, intereses económicos y políticos, etc.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.</p> <p>3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p> <p>6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.</p> <p>7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.</p> <p>8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.</p>	<p>1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses. <b>S. I. Y E. E. A. A. A.</b></p> <p>1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo. <b>S. I. Y E. E. A. A. A.</b></p> <p>3.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición. <b>S. I. Y E. E. A. A. A.</b></p> <p>3.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. <b>C. S. Y C. A. A. A.</b></p> <p>3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas. <b>C. S. Y C.</b></p> <p>3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración- oposición, adaptándolas a las características de los participantes. <b>S. I. Y E. E. A. A. A.</b></p> <p>6.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios. <b>S. I. Y E. E. A. A. A. C. S. Y C.</b></p>

<p>-Ejercicio físico y modelo social de cuerpo. Cuerpo masculino y cuerpo femenino y su reflejo en las actividades individuales. Interferencias entre los modelos sociales de cuerpo y la salud.</p>		<p>6.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></p> <p>7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></p> <p>7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></p> <p>7.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></p> <p>8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></p> <p>8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. <b>A. A A. C. S. Y C.</b></p>
<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>
<p><b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.</p> <p><b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales</p> <p><b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.</p>	<p>50%</p> <p>20%</p> <p>30%</p>	

	EDUCACIÓN FÍSICA	1º DE BACHILLERATO		
<b>Actividades artístico expresivas</b>	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE	
	-Calidades de movimiento y expresividad. Espacio, tiempo e intensidad. -Parámetros espaciales y agrupamientos en las composiciones. -Coherencias expresivas y temporales de la música y el movimiento. -Las actividades artístico-expresivas como fenómeno colectivo y la influencia de las redes sociales (ejemplos como el del "flash mob"). -Manifestaciones culturales de la danza y la expresión corporal. -Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.	2. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición. 7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. 9. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.	2.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos. <b>S. I. Y E. E. A. A. A. C. Y E. C.</b> 2.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva. <b>S. I. Y E. E. A. A. A. C. Y E. C.</b> 2.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo. <b>S. I. Y E. E. A. A. A. C. Y E. C.</b> 7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. <b>C. S. Y C.</b> 9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. <b>C. D.</b> 9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. <b>C. D. C. S. Y C.</b>	
	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

	EDUCACIÓN FÍSICA	1º DE BACHILLER		
<b>Actividades en medio no estable</b>	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTANDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS CLAVE	
	<p>-Autogestión de las actividades físico-deportivas en el entorno natural como actividades de ocio: requisitos para utilizar los espacios naturales, comunicación de la actividad.</p> <p>-El entorno natural y las actividades físico-deportivas: impacto de las actividades en los ecosistemas, relación entre la recreación y el civismo.</p> <p>-Medidas de prevención y seguridad en las actividades físico-deportivas en el medio natural: información fiable sobre meteorología, adecuación de la indumentaria, estado de los materiales, adecuación del nivel de dificultad y el nivel de competencia de los participantes, avituallamiento y lugares de estancia o pernoctación, etc.</p> <p>-Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje</p>	<p>7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.</p> <p>8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.</p> <p>9. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.</p>	<p>7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. <b>A. A. A. C. S. Y C.</b></p> <p>7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. <b>A. A. A. C. S. Y C.</b></p> <p>7.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo. <b>A. A. A. C. S. Y C.</b></p> <p>8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas. <b>A. A. A. C. S. Y C.</b></p> <p>8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. <b>A. A. A. C. S. Y C.</b></p> <p>9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. <b>C. D.</b></p> <p>9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. <b>C. D. C. S. Y C.</b></p>	
	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	
	<b>Saber hacer.</b> Habilidades y destrezas: Examen prácticos, técnicos y de condición Física.		50%	
<b>Saber:</b> Examen teórico, proyectos, fichas y/o actividades conceptuales		20%		
<b>Saber ser:</b> Observación de: actitudes, comportamiento, trabajo y esfuerzo en las sesiones.		30%		

## 5. UNIDADES DIDÁCTICAS: SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE CONTENIDOS.

La programación ha sido planificada en función del calendario escolar fijado por la **Orden 2227/2018**, con una distribución aproximada de 70 sesiones. A la hora de temporalizar y secuenciar las unidades didácticas se ha tenido en cuenta:

- La coordinación de los profesores de EF en el uso de espacios y materiales.
- La climatología.
- La duración de las evaluaciones y fecha de las juntas de evaluación.
- La complejidad de las tareas.
- Distribución equilibrada por trimestre: deporte, condición física y salud, contenidos teóricos equilibrados, actividad de carácter lúdico-recreativo.

Nuestra materia está condicionada por factores medioambientales y de disponibilidad de espacios que pueden producir alteraciones en el desarrollo de la programación, siendo el profesor el que adapte la programación para poder cumplir con los objetivos establecidos.

Se ha de entender la temporalización como una **propuesta organizativa flexible** y se adaptará a posibles actividades del centro, así como posibles inconvenientes surgidos: meteorológicos, materiales, espaciales o temporales que pueden modificar la presente propuesta.

Se **intentará no hacer coincidir la evaluación** de Educación Física con el resto de materias, adelantándola para que los alumnos puedan dedicarle el tiempo suficiente y dejando margen a los profesores para posibles eventualidades y adaptaciones individuales.



## **TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS 1º E.S.O.**

### **PRIMER TRIMESTRE**

<b>UNIDAD DIDÁCTICA</b>	<b>Nº DE SESIONES</b>	<b>CONTENIDOS Y TAREAS</b>
Presentación y estructuración.	4	Información de los contenidos y los Criterios de calificación, calentamiento y aspectos básicos.
Condición Física y Salud	6	Juegos de condición física y control de la intensidad.
Actividades de adversario: bádminton	8	Golpes y desplazamientos básicos.
Actividades individuales en medio estable: Atletismo	6	Velocidad, salto de longitud y lanzamiento de jabalina.

### **SEGUNDO TRIMESTRE**

Condición Física y Salud	4	Resistencia, fuerza y nutrición.
Actividades artístico-expresivas.	8	Técnicas de mimo y juego dramático.
Actividades de colaboración-oposición: Balonmano	8	Técnica, táctica y reglamento básico del balonmano.
Actividades artístico-expresivas.	4	Iniciación al ritmo.

### **TERCER TRIMESTRE**

Condición Física y Salud	2	Juegos de condición Física
	2	Primeros auxilios
Actividades de colaboración-oposición.	4	Torneos deportivos
Actividades en medio no estable	6	Senderismo, equipamiento básico, juegos de orientación y trepa.

## TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS DE 2º DE E.S.O.

### PRIMER TRIMESTRE

<b>UNIDAD DIDÁCTICA</b>	<b>Nº DE SESIONES</b>	<b>CONTENIDOS Y TAREAS</b>
Presentación y evaluación de la condición física y la salud	4	Información de los contenidos, criterios de calificación, el calentamiento y vuelta a la calma.
Condición física y salud	6	Las capacidades físicas básicas, métodos de entrenamiento y beneficios para la salud.
Actividades de adversario: lucha	6	Elementos técnicos, tácticos y reglamentar. Respeto, aceptación normas, autocontrol..
Actividades de colaboración-oposición: fútbol	8	Habilidades específicas, modelos técnicos, dinámica interna, estímulos relevantes, ...

### SEGUNDO TRIMESTRE

Actividades individuales en medio estable	2	Habilidades gimnásticas y acrobáticas. Saltos, giros, equilibrios y volteos.
Actividades artístico-expresivas: acrosport	6	Calidades de movimiento y expresividad, montajes coreográficos.
Deportes alternativos.	10	Deportes alternativos, preparación y dirección de una sesión por parte de los alumnos.
Actividades de colaboración-oposición: Floorball	6	Aspectos técnicos y tácticos, la estrategia en el deporte.

### TERCER TRIMESTRE

Condición física y salud	4	Velocidad y proyecto de valoración personal de la condición física saludable.
Actividades en medio no estable: la escalada	6	Trepa, recorridos horizontales, medidas de seguridad, nudos, instalaciones urbanas, ...
Actividades de colaboración-oposición: Torneos	2	Torneos deportivos

## **TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS DE 3º ESO**

### **PRIMER TRIMESTRE**

<b>UNIDAD DIDÁCTICA</b>	<b>Nº DE SESIONES</b>	<b>CONTENIDOS Y TAREAS</b>
Presentación y estructuración.	4	Información de los contenidos y los Criterios de calificación, calentamiento y aspectos básicos.
Condición Física y Salud	6	Juegos de condición física.
Actividades individuales en medio estable	4	Atletismo: carrera de vallas y salto de altura.
Actividades de adversario: bádminton	6	Golpeos y desplazamientos. Estrategias de juego.
Salud y nutrición	2	Macronutrientes y valoración nutricional.

### **SEGUNDO TRIMESTRE**

Condición física y Salud	6	Juegos de condición física
Actividades de colaboración-oposición: Baloncesto	8	Técnica, táctica y reglamento básico del baloncesto
Actividades artístico-expresivas	8	Danzas actuales. Diseño y realización de coreografías
Balance energético entre ingesta y gasto calórico	2	Balance positivo, negativo y neutro. Los sistemas metabólicos de obtención de energía. Los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.

### **TERCER TRIMESTRE**

Condición Física y Salud	2	Juegos de condición física
	2	Primeros auxilios
Actividades de colaboración-oposición	2	Torneos deportivos
Actividades en medio no estable: orientación	6	Interpretación de mapas, uso de la brújula, GPS, indicios naturales, equipamiento, ...

## **TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS DE 4º E.S.O.**

### **PRIMER TRIMESTRE**

<b>UNIDAD DIDÁCTICA</b>	<b>Nº DE SESIONES</b>	<b>CONTENIDOS Y TAREAS</b>
Presentación y evaluación de la condición física y la salud	4	Información de los contenidos, criterios de calificación, la sesión y evaluación de la condición física saludable.
Condición física y salud	6	Resistencia y Flexibilidad. Tipos y métodos.
Actividades de colaboración-oposición: Floorball	8	Aspectos técnicos y tácticos, la estrategia en el deporte.
Actividades oposición. Palas.	4	Aspectos técnicos y tácticos,...
Actividades individuales. Patinaje	2	Técnica de desplazamiento, control, aspectos preventivos, ...

### **SEGUNDO TRIMESTRE**

Condición física y salud	4	Fuerza. La postura corporal. Hábitos negativos.
Balance energético entre ingesta y gasto calórico	1	Balance positivo, negativo, neutro. Actividad física y metabolismo basal
Actividades artístico expresivas: composiciones coreográficas	8	Ritmo, frase, bloques. Diseño y realización de coreografías.
Actividades de colaboración-oposición: Rugby	6	Aspectos técnicos y tácticos, ... La violencia en el deporte.
Actividades en medio no estable. Orientación II	4	Organización de carreras. Aspectos técnicos y estratégicos avanzados.

### **TERCER TRIMESTRE**

Condición física y Salud	2	Métodos globales. Velocidad.
	2	Primeros auxilios
Actividades de colaboración-oposición: voleibol	6	Golpes básicos, principios estratégicos, ayudas,...
Actividades en medio no estable: escalada	5	Técnicas básicas, tipos de escalada, las ayudas...

**TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS DE 1º DE BACHILLERATO**  
**PRIMER TRIMESTRE**

<b>UNIDAD DIDÁCTICA</b>	<b>Nº DE SESIONES</b>	<b>CONTENIDOS Y TAREAS</b>
Presentación y evaluación de la condición física y la salud	4	Información de los contenidos, criterios de calificación, la sesión y evaluación de la condición física saludable.
Perfeccionamiento de las habilidades específicas. Deporte colectivo de invasión.	8	Deporte con balón a elección del alumnado.
Planificación y elaboración un programa personal de mejora de la salud.	2	Conocimiento de los principios del entrenamiento, planificación, objetivos
Acondicionamiento físico.	6	Actividades de resistencia, de fuerza resistencia, flexibilidad y velocidad.
Actividades de colaboración-oposición: Torneos	4	Torneos deportivos.

**SEGUNDO TRIMESTRE**

Perfeccionamiento de las habilidades específicas	6	Realización de torneos, organización, selección, ajuste y autogestión de las actividades físico deportivas.
Hidratación y alimentación	1	La pirámide alimentaria, hidratación y alimentación en la actividad física.
Práctica del programa de mejora de la salud	6	Realización del propio entrenamiento en función de los objetivos.
Actividades artístico-expresivas	6	Composición coreográfica, "flash mob" manifestaciones culturales, ...
Perfeccionamiento de las habilidades específicas. Deporte colectivo con implemento.	5	Deporte con implemento a elección del alumnado.

**TERCER TRIMESTRE**

Condición física y salud	2	Evaluación y valoración de la condición física saludable. de condición física
Perfeccionamiento de las habilidades específicas.	6	Torneos, selección, ajuste y autogestión de las actividades físico deportivas, creación de nuevos deportes.
Actividades físico deportivas en el medio natural.	6	Planificación y práctica de actividades en el medio natural (organización, meteorología, material...)

## 6. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Mediante esta programación, el departamento pretende que la evaluación no sea una mera constatación del aprendizaje, sino que suponga un elemento educativo más; es decir, que esta favorezca la formación del alumnado. Dado que la educación secundaria tiene una duración limitada, es importante despertar la conciencia crítica en el alumnado y la responsabilidad en su propio aprendizaje.

Para contribuir a este propósito, la evaluación será lo más clara y objetiva posible, fomentando el uso de la autoevaluación, coevaluación y dejando claros y por escrito los aspectos evaluables y su repercusión en la calificación.

La orden **2398/2016**, de 22 de julio, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en la ESO, establece:

- La evaluación del proceso de aprendizaje será continua, formativa e integradora.
- La evaluación continua del alumnado requiere su asistencia regular a las clases y a las actividades programadas para las distintas materias.
- Los profesores evaluarán a los alumnos teniendo en cuenta los diferentes elementos del currículo. Los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables serán los referentes fundamentales para la comprobación del grado de adquisición de las competencias y el logro de los objetivos de la etapa.
- Los profesores evaluarán, además de los aprendizajes de los alumnos, su propia práctica docente, para lo que establecerán indicadores de logro en las programaciones didácticas.

La evaluación se llevará a cabo en diferentes momentos; distinguiremos entre **evaluación inicial** (permitirá orientar el proceso con base en las características del alumnado), **procesual** (la cual nos proporcionará información sobre la evolución de nuestros alumnos y la posibilidad de adaptar el proceso) y **final** (con carácter sumativo y que nos permitirá constatar el grado de consecución de los objetivos previstos). Se utilizará como medio fundamental el programa **IDOCEO**, que facilitará la evaluación y le dará un carácter más objetivo, permitiendo realizar a diario una anotación de los aspectos actitudinales, evaluar mediante rúbricas **vinculadas a estándares y competencias**, así como múltiples opciones más.

Los instrumentos de **evaluación** a utilizar serán:

<b>SABER</b> Conocimientos	<b>SABER HACER</b> Habilidades y destrezas	<b>SABER SER</b> Actitud y comportamiento
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exámenes teóricos</li> <li>• Trabajos y proyectos</li> <li>• Portfolio del alumno</li> <li>• Preguntas orales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Test de condición física</li> <li>• Exámenes Prácticos</li> <li>• Las propias actividades</li> <li>• Rúbrica trabajo diario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rúbricas observación</li> <li>• Reflexiones</li> <li>• Rúbrica actitud</li> <li>• Autoevaluación</li> </ul>

## 7. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

La calificación ha de ser lo más clara y objetiva posible por ello el Departamento publicará los contenidos, procedimientos, instrumentos y criterios de evaluación y calificación en Educación Física para el curso en vigor. En cada grupo se destacarán los aspectos importantes y publicarán las rúbricas en la página web del instituto o profesor.

Se expresan diferenciados los tres aspectos evaluables y calificables: conceptos, procedimientos y actitudes. Nos parece un buen sistema, por lo educativo que tiene, dar la calificación de la materia de forma porcentual basándose en los mismos, al mismo tiempo que permite adaptarse a posibles eventualidades, manteniendo el modo de evaluación.

En concreto el porcentaje de calificación y los medios de evaluación que pueden ser utilizados en cada evaluación y al final de curso serán:

- **Saber 30%:** exámenes teóricos, actividades conceptuales del cuaderno del alumno, trabajos o proyectos, preguntas conceptuales en clase...
- **Saber hacer 50%:** exámenes prácticos de los deportes y actividades practicadas, actividades realizadas, trabajo diario, trabajos o actividades prácticas, coreografías...
- **Saber ser 20%:** asistencia, actitud, comportamiento, material del alumno, esfuerzo, respeto a los compañeros, al material y al profesor...
- Se utilizan estos porcentajes dada la buena actitud de la gran mayoría del alumnado del Centro y el buen nivel académico, pudiendo variarse, previo consenso con el Departamento, si se apreciase otro comportamiento grupal o individual. Estos son resultado del enfoque actitudinal de la programación que se considera imprescindible en nuestra forma de entender la Educación Física.
- **Será necesario obtener al menos un 30% en cada parte calificable para realizar la media ponderada, de manera que si el alumno abandona una parte no podrá aprobar la evaluación.**



- Entre los objetivos de esta materia está cuidar **los hábitos de salud e higiene**, por lo que podrá ser obligatorio que los alumnos se cambien total o parcialmente de indumentaria después de las clases de Educación Física, debiendo hacerlo, en tal caso, con celeridad para un máximo aprovechamiento de las clases.
- Entendemos que el **esfuerzo** del alumno durante la práctica diaria se debe medir en función de las capacidades y aptitudes individuales. Por lo tanto, el profesor tendrá en cuenta estos factores para la valoración de la actitud del alumno en este aspecto. Serán aspectos positivos el afán de superación y mejora, y negativos la pasividad o la tendencia a realizar el menor esfuerzo posible.
- **Puntualidad.** En este apartado se tendrá en cuenta la puntualidad de los alumnos no sólo en la entrada en clase, sino también en la diligencia en comenzar las mismas, con el fin de aprovechar al máximo posible el tiempo de clase.
- **Asistencia:** el alumno que supere el 20% de faltas de asistencia injustificadas en un trimestre perderá su derecho a evaluación continua en ese trimestre, así como aquel que tenga más de tres faltas de actitud graves o una muy grave no superará el porcentaje mínimo de actitud. (Competencia social y cívica.)
- **Entrega de trabajos:** Los trabajos escritos que se pidan para realizar en casa, tendrán una fecha de entrega, después de la cual se pondrá un negativo por cada día lectivo de retraso en la entrega de los mismos. Siendo el plazo de retraso máximo de una semana desde la fecha de entrega, después del cual, los trabajos no se recogerán y se considerará que la nota obtenida será de "0 puntos".
- Queda a criterio de cada profesor del departamento determinar el formato con el que evaluará los aspectos conceptuales.

## 8. METODOLOGÍA Y RECURSOS DIDÁCTICOS.

Trabajar de manera competencial en el aula supone un cambio metodológico importante; el docente pasa a ser un gestor y promotor del conocimiento del alumnado y el alumno o alumna adquiere un mayor grado de protagonismo.

En concreto, en el Educación Física, si bien la finalidad de la materia es adquirir conocimientos esenciales acerca de la actividad física, el deporte, la condición física y los hábitos saludables, el alumnado deberá también desarrollar actitudes conducentes a la **reflexión y análisis** sobre las aportaciones de la Educación Física y el deporte a nuestra salud, educación y ocupación del tiempo libre y de ocio. Para ello necesitamos combinar la práctica de actividad física con el proceso reflexivo.

El concepto de método de enseñanza hace referencia al conjunto de procedimientos y técnicas utilizados por los docentes para organizar las actividades de los alumnos y los recursos disponibles. Se utilizarán, en función de la actividad y del objetivo perseguido diversas metodologías, desde estilos tradicional a modelos pedagógicos más actuales como el trabajo por proyectos, flipped classroom...

La **organización de las clases y agrupamientos** es un elemento fundamental en nuestra práctica docente, Se favorecerá tanto el **trabajo individual** (autonomía e iniciativa personal), como el **trabajo en grupos** (sociabilización y cooperación). Los agrupamientos, transiciones y nuevas formaciones de grupos se harán sobre unas pautas establecidas y conocidas por los alumnos con el objetivo de perder el menor tiempo posible y mantener el control del grupo y la actividad, en todo momento.

El trabajo en grupo colaborativo aporta, además el desarrollo de habilidades sociales básicas y de enriquecimiento personal desde la diversidad, una herramienta perfecta para discutir y profundizar en contenidos y destrezas fundamentales de esta materia.

La intervención educativa se orientará por el **modelo constructivista** de enseñanza y aprendizaje; las actuaciones del profesor irán encaminadas a procurar que sea el propio alumno quien construya sus propios aprendizajes

Para ello atenderemos a una serie de pautas, como son:

- Partir del **nivel de desarrollo evolutivo** del alumno, en relación con todos los ámbitos de su personalidad: cognitivo, motriz y afectivo.
- Partir de los **conocimientos previos** de los alumnos, de aquí la necesidad de una evaluación inicial: conceptual y motriz.
- Facilitar la construcción de **aprendizajes significativos**, es decir, que pueda atribuirle una utilidad a los contenidos y actividades de aprendizaje, y les sirva para efectuar nuevos aprendizajes y enfrentarse a nuevas situaciones.
- Posibilitar la **autonomía**, que realicen aprendizajes significativos por sí mismos.
- Proponer actividades que despierten el **interés** del alumno, siempre ajustándose a las posibilidades de realización y necesidades.
- Favorecer una **metodología activa**, mediante el desarrollo del pensamiento crítico e investigador tanto en el alumnado como en el docente.
- Prestar especial atención a los problemas de índole cognitivo, motriz y afectivo en el alumno en relación con su autoestima, su equilibrio personal y relaciones sociales, fomentando un **clima positivo** en clase.
- Potenciar la **transferencia**, tanto a nivel conceptual como motriz.
- Fomentar una metodología inclusiva, Educación **Física para todos**.

## MATERIALES, TEXTOS Y RECURSOS DIDÁCTICOS

El Departamento cuenta con amplios recursos materiales específicos de Educación Física que permitirán llevar a cabo las diferentes unidades didácticas propuestas, se ha realizado un **inventario al inicio de curso 2018/2019, anexo a la presente programación.**

El centro dispone de las siguientes instalaciones:

- 2 Pistas polideportivas.
- 2 Pistas de voleibol.
- 1 rocódromo.
- 1 Gimnasio de dimensiones reducidas.
- 1 sala de ritmo y expresión.

El departamento cree oportuno que el alumno no compre libro de texto y por tanto el profesorado se responsabiliza de confeccionar los materiales teóricos que corresponden a cada grupo. Mediante fichas realizadas por el profesor se incluyen textos e información de carácter conceptual, ejercicios y actividades prácticas, todo ello contextualizado y adaptado al nivel del grupo. El alumno deberá disponer de un portfolio personal que compartirá con el profesor o bien una carpeta de documentos, enviando las actividades requeridas por correo electrónico o mano. El uso del cuaderno o portfolio del alumno busca ampliar, reflexionar y vincular los contenidos trabajados en clase, contextualizando al máximo la enseñanza.

Un sistema educativo moderno no debe obviar las nuevas vías de desarrollo de la educación, es por ello que la LOMCE establece que se han de trabajar en todas las materias de la ESO, , la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las tecnologías de la información y la comunicación. Estas serán una pieza fundamental para producir el cambio metodológico que lleve a conseguir la mejora de la calidad educativa.

Desde el Departamento, se potenciará el uso de las tecnologías de la información y de la comunicación tanto por parte del alumnado, como por parte del profesor. Esta tecnología será un eficaz recurso metodológico, facilitando en muchos casos nuestra tarea, resultando más atractivo al alumnado y enriqueciendo el proceso educativo. Las medidas adoptadas para la utilización de las **TIC** son las siguientes:

- Ⓜ Información al alumnado y los padres mediante la página web del Centro.
- Ⓜ Utilización continua de una web o blog de Educación Física.  
Por ejemplo: Weebly “El tercer tiempo de EF”. Página educativa personal de Educación Física, en la cual se cuelgan documentos, vídeos, Webquest, enlaces de interés, así como cualquier información que ayude a ampliar y profundizar en el conocimiento de la materia.
- Ⓜ Uso de la metodología **Flipped classroom** o clase invertida.
- Ⓜ Utilización del correo del profesor para la recepción de actividades, dudas y comunicación continúa.
- Ⓜ Utilización de un **correo personal y portfolio** del alumno.
- Ⓜ Utilización de **aplicaciones y dispositivos** en aquellas actividades que puedan suponer una mayor motivación, profundización o aprendizaje significativo (Fatsecret, Wikiloc, Sworkit, Oruxmaps, Alpify, lector códigos QR, pulseras de actividad música...)
- Ⓜ Búsqueda de información e investigación a través de Internet.
- Ⓜ Exámenes teóricos mediante el programa: **Flubaroo**.
- Ⓜ **Socrative, Kahoot, Plickers**. Recursos tecnológicos ante imprevistos o formas jugadas.
- Ⓜ Exposiciones teóricas mediante presentaciones.
- Ⓜ Programa de **evaluación: Idoceo**
- Ⓜ **Fichas digitales** de las unidades didácticas.

## 9. MEDIDAS DE APOYO Y REFUERZO EDUCATIVO.

El profesor correspondiente será el encargado de identificar a los alumnos en cada grupo con bajo rendimiento, baja motivación o problemas potenciales que condicionen el normal aprendizaje, posteriormente proporcionará todos los apoyos, actividades complementarias o de refuerzo necesarias, así como una mayor atención individualizada a nivel afectivo y emocional para conseguir que todos los alumnos y alumnas se sientan competentes y puedan superar la materia.

Si fuese necesario se recurrirá al departamento de orientación, a la acción tutorial y a la información de la familia de los problemas detectados y posibles soluciones

Se ha de tener en cuenta que todos los tienen la obligación de asistir a las clases, desde el día 7 al 21 de **junio**. El Departamento propone **actividades de ampliación**, para aquellos alumnos que hayan aprobado la materia de Educación Física, relacionadas con los contenidos y, dejando cierta capacidad de decisión al alumnado, se proponen actividades extraescolares y torneos deportivos donde, en situación de juego real, ponga en práctica los fundamentos técnicos y tácticos trabajados. Asimismo, se valorarán otras propuestas del alumnado.

**Actividades de refuerzo:** los alumnos que tuvieran una calificación de insuficiente, realizarán: actividades sobre los contenidos del curso, preparación del examen teórico sobre actividades concretas del portfolio del alumno y preparación de los exámenes prácticos de los diferentes deportes o actividades, que el profesor indique.

## 10.ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

En Educación Física, dadas sus características, es fundamental una **enseñanza lo más individualizada posible**, pretendiendo que los alumnos trabajen **en función de su nivel inicial**, valorando no sólo el nivel en el que están en cada momento de la evaluación sino el progreso alcanzado.

Es constatable en el aula el hecho de que no todos los alumnos aprenden igual. Los aprendizajes previos, el nivel de maduración, la situación personal y familiar, los factores genéticos y de desarrollo son algunos de los aspectos que pueden marcar diferencias en nuestros alumnos a la hora de aprender., la tendencia hacia una **individualización del proceso** de enseñanza se nos plantea como la clave para superar la gran diversidad en el aprendizaje que podemos observar en el alumnado, acercando los contenidos a sus capacidades y posibilidades. Cuando el tipo de contenidos lo permita, estableceremos distintos niveles de exigencia en los contenidos procedimentales, asignando tareas de distinta dificultad y exigencia dependiendo de las capacidades.

Con la finalidad de atender a aquellos alumnos que tienen dificultades en el proceso de aprendizaje, ya sea en contenidos conceptuales o procedimentales o bien en cuanto a los hábitos de trabajo y, teniendo en cuenta que no existe disponibilidad horaria por parte de los profesores de este departamento (horas de refuerzo o apoyo), se crean unas fichas de trabajo para que los alumnos trabajen sobre ellas. Las actividades a realizar estarán directamente relacionadas con la unidad didáctica que se esté tratando. Estas fichas serán revisadas por el profesor correspondiente.

En cuanto a las medidas de atención a la diversidad con alumnos con necesidades educativas especiales (ACNEEs), podemos diferenciar según la actual normativa:

- **Alumnos con necesidades educativas especiales.**
- **Alumnos con dificultades específicas de aprendizaje.**
- **Alumnado con TDAH.**
- **Alumnado con altas capacidades intelectuales.**
- **Alumnos con integración tardía al sistema educativo español.**
- **Alumnado con condiciones personales o de historia escolar.**

Podremos realizar diversas adaptaciones curriculares individuales, las cuales incluiremos en el Documento Individual de Adaptación curricular (DIAC) según la orden del 12 de noviembre de 1992. Dichas medidas han de ser tomadas en colaboración con los miembros del Departamento de Educación Física, así como con el asesoramiento y el diálogo permanente con el Departamento de Orientación del Centro, el tutor y las familias, si fuese necesario.

Como norma general, se intentarán compensar las NEE mediante adaptaciones de acceso al currículo o adaptaciones curriculares no significativas: adaptaciones en los tiempos, las actividades, la metodología, las técnicas e instrumentos de evaluación. Solo en los casos en los que se haga imprescindible la adaptación curricular significativa (modificaciones en los objetivos, contenidos, criterios y estándares de evaluación), el Departamento de Educación Física acordará las adaptaciones oportunas a la vista de los certificados médicos, así como del resultado de la evaluación y el dictamen emitido por el Departamento de Orientación.



Se adoptarán las medidas oportunas para su participación en las actividades y tareas siguiendo dos pautas básicas: la máxima integración del alumno y la mínima modificación de las actividades para el grupo. Dado el carácter práctico y de implicación física y motriz de nuestra materia se tendrán en cuenta las adaptaciones oportunas a los alumnos con discapacidad motora, sensorial o psíquica que lo requieran.

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

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

- Características constitucionales y de desarrollo motriz.
- Experiencias previas.

**B) Adaptación de los objetivos:** La flexibilización de los mismos dentro de unos márgenes favorece que el alumno encuentre mayores posibilidades para su consecución.

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

**D) Utilizar metodologías y estrategias didácticas más centradas en el proceso y en el alumno:** Los modelos de enseñanza guiados mediante la búsqueda, permiten al alumno una mayor toma de conciencia e intervención, al tiempo que desarrolla su motivación.

**E) Proponer actividades diferenciadas:** Las tareas que dispongamos deben permitir una graduación, de forma que cada alumno ejecute unas variables en función del momento de aprendizaje en que se encuentre. Debemos proponer actividades de refuerzo para aquellos alumnos con más dificultades.

**F) Emplear materiales didácticos variados:** El grado de complejidad de la tarea viene también definido por los materiales que empleemos. Utilizar distintas cargas en trabajos de condición física, distintos tamaños de balón en los deportes colectivos son algunos ejemplos sencillos de realizar.

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

- Recoger en fichas de clase los contenidos teóricos y prácticos que se expliquen en cada sesión.
- Colaboraren los trabajos de grupo como observador-corrector.
- Participar en: organización de la clase, del material, arbitrando, anotando..
- Realizar los trabajos teóricos que se le encomienden para profundizar en los temas desarrollados.

Como norma general se seguirá el siguiente criterio con los alumnos exentos temporalmente de la parte práctica:

- Alumnos exentos hasta 4 sesiones: completar ficha de seguimiento de la clase y/o participación dentro de sus posibilidades.
- Alumnos exentos hasta 8 sesiones: completar ficha de seguimiento de la clase y/o participación dentro de sus posibilidades + trabajo sobre los contenidos trabajados.
- Alumnos exentos más de 8 sesiones: completar ficha de seguimiento de la clase y/o participación dentro de sus posibilidades + realización de actividades paralelas propuestas por el Departamento (trabajo monográfico y actividades sobre su lesión, posible rehabilitación, deporte adaptado...).

★ Se mantienen los porcentajes de calificación adaptando las actividades a sus posibilidades; dado que no podrá realizar práctica “normalizada”, los aspectos procedimentales se valorarán con actividades o trabajos de aplicación práctica, actividades de apoyo a las clases, dirigiendo actividades, explicando juegos, arbitrando... De tal forma, **mostrarse activo, con iniciativa y ganas de participar dentro de sus posibilidades es fundamental**. Se mantienen las actividades conceptuales, al igual que el resto de alumnos. Será necesario obtener, al menos, un 30% en cada parte, para poder realizar la media.

## **11. SISTEMA DE RECUPERACIÓN DE MATERIAS PENDIENTES.**

### **Sistema de recuperación de materias pendientes**

El alumno podrá realizar una prueba de recuperación en enero y otra en mayo. Consistirá en: examen teórico que será elaborado por parte del profesor que les imparta la materia en su curso actual y que contendrá los contenidos mínimos conceptuales del curso pendiente, así como pruebas o exámenes prácticos con los contenidos mínimos de dicho curso pendiente. El profesor realizará un seguimiento personalizado de apoyo para la futura superación del examen por parte del alumno.

★ La calificación final se valorará: 50% teórico + 50% práctico, siendo necesario obtener al menos un 30% en cada parte para poder realizar la media ponderada.

### **Sistemas de recuperación de evaluaciones pendientes**

Los alumnos que hayan suspendido una evaluación pueden recuperarla haciendo aquellas partes indicadas por el profesor (entrega de un trabajo, repetición de un examen o prueba). Dado que nos encontramos en un sistema de evaluación continua, si la media de las tres evaluaciones no fuese superior a 5, realizarán una prueba escrita y otra práctica de todos los contenidos en junio. Con un peso para estas del 50%+50%, la parte actitudinal será evaluada mediante una reflexión y autoevaluación del alumno, pudiendo influir positivamente en la calificación. Con esta medida, se pretende hacer reflexionar al alumno, tener capacidad de autocrítica e involucrarle en el proceso de evaluación.

## **12. PRUEBA EXTRAORDINARIA.**

Para la superación de la materia se realizará una prueba extraordinaria en junio con los contenidos que el Departamento considere oportunos, en función de los contenidos trabajados a lo largo del curso, y aquellos que no haya superado el alumno y al menos con las siguientes pruebas:

- Un examen teórico acerca de los contenidos trabajados a lo largo del curso.
- Examen práctico sobre uno o varios deportes o actividades trabajados en el curso.

★ La calificación final se valorará: 50% teórico + 50% práctico, siendo necesario obtener al menos un 30% en cada parte para poder realizar la media ponderada. La parte actitudinal será evaluada mediante una reflexión y autoevaluación, tal y como se ha expuesto en los puntos anteriores.

**Con la entrega del boletín en junio se informará al alumno y a las familias de la forma del examen extraordinario.**

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






La evaluación y calificación ha de ser lo más clara y objetiva posible por ello el Departamento publicará los contenidos, procedimientos, instrumentos y criterios de evaluación y calificación, así como los estándares de aprendizaje evaluables aplicables en Educación Física para el curso en vigor. En cada grupo se destacarán los aspectos importantes y publicarán las rúbricas, para que la evaluación sea formativa y educativa. Las familias serán informadas mediante la página web del centro y por los propios profesores si fuera necesario.



Se potenciará el uso de rúbricas, escalas y hojas de observación pretendiendo con ello una evaluación lo más objetiva posible y con ello una evaluación formativa y educativa.

## 14. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

Estas actividades son el medio idóneo para el acceso a determinadas actividades físico y deportivas por parte de nuestros alumnos, que por su cuenta pueda resultar más difícil, para su planificación se han tenido en cuenta los contenidos del actual decreto en cuanto a actividades en medio no estable, así como se intentará realizar las actividades cuando finalice la evaluación para interferir lo menos posible en exámenes y actividades evaluables.

Las actividades extraescolares propuestas son:

-  **1º ESO:** Senderismo en la sierra de Madrid. Diciembre
-  **2º ESO:** Escalada en medio natural o rocódromo. Marzo-abril.
-  **3º ESO:** Actividad multiaventura y de orientación. Junio.
-  **4º ESO:** Escalada en el medio natural o rocódromo. Marzo-abril.
-  **1º Bachillerato:** Actividad en el medio natural de escalada, orientación o senderismo. Junio.

-  **Semana de esquí.** Actividad de larga duración. Iniciación y perfeccionamiento en el esquí alpino.
  - Fecha: del 14 al 18 de enero.
  - Niveles: 1º ESO y 1º y 2º de ciclo formativo de animación y actividad física
  - Lugar: estación de Boí Tahull (Lleida)
  
-  **Clubes:** El profesor Roberto Delgado, colaborará con los clubes de recreo proponiendo el club de escalada. En donde se aprenderá y pondrá en práctica todo lo referido a la escalada deportiva y el bloque (tipos de escalada, técnicas, materiales, táctica, preparación física específica, tipos de vías, seguridad, cuidado del medio ambiente, la escalada como forma de ocio activo y mejora de la salud...

Asimismo, se fomentarán todas aquellas **actividades complementarias** que puedan enriquecer el proceso educativo y/o impulsar una mayor práctica de actividad física por parte de nuestro alumnado, tales como:

- ▣ Visita a instalaciones deportivas municipales, conociendo la oferta deportiva.
- ▣ Asistencia de expertos en diferentes actividades, para enriquecer y aumentar el carácter significativo de la materia.
- ▣ Participación en las actividades de Madrid Comunidad Olímpica.
- ▣ Realización y participación de campeonatos y torneos internos en el recreo.
- ▣ Realización de actividades y talleres monográficos en el recreo (Entrenamiento de fuerza, Yoga, Pilates, Escalada...)
- ▣ Apertura del gimnasio para la práctica de Actividades físicas y Deportivas. (bailes, danzas, entrenamiento de fuerza...)
- ▣ Implantación de un rocódromo durante el año 2018, con acceso en el recreo y actividades relacionadas con la trepa y escalada.

El Departamento a lo largo del curso ofrece al alumnado de Secundaria y Bachillerato la posibilidad de utilizar el gimnasio durante los **recreos** para ensayar o perfeccionar aquellas actividades que van a ser objeto de examen. Durante estos periodos los **profesores permanecerán en el gimnasio** con los alumnos, vigilando el buen uso de espacios y materiales.

## 15. ELEMENTOS TRANSVERSALES.

En su artículo 9 el Decreto 48/2015 establece cinco temas trasversales del currículo; desde la presente programación, se contribuirá a su adquisición con las siguientes acciones concretas:

1. Comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las tecnologías de la información y la comunicación, el emprendimiento y la educación cívica y constitucional.

- Uso del portfolio del alumno (fichas de las UUD, reflexiones, valoraciones...).
- Uso continuo de recursos informáticos: *Weebly*, vídeos, *webquest*...
- Exposiciones orales, dirección de calentamientos y actividades...

2. Valores que potencien la igualdad efectiva entre hombres y mujeres y la prevención de la violencia de género, principio de igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición o circunstancia, prevención y resolución pacífica de conflictos, la prevención de la violencia de género, de la violencia terrorista y de cualquier forma de violencia, racismo o xenofobia, incluido el Holocausto judío como hecho histórico, el reconocimiento y respeto de las personas LGTBI y sus derechos será contemplada en la práctica docente, evitando cualquier tipo de discriminación.

- Uso de un lenguaje inclusivo y respetuoso. Evitar canciones con letras machistas.
- Potenciar la igualdad de oportunidades. Contenidos sin género y equilibrados.
- Vigilar reparto de espacios, materiales y agrupamientos.
- Reflexiones y valoración de la justicia social mediante la actividad física y el deporte.
- Uso de referentes deportivos femeninos:
- Vincular las actividades físicas y deportivas a valores sociales y educativos.

### 3. Desarrollo y afianzamiento del espíritu emprendedor:

- Potenciar la autonomía y la emancipación del alumnado.
- Planificación y organización de torneos por parte de los alumnos.
- Elección de actividades y propuestas por parte del alumnado.

### 4. Medidas para que la actividad física y la dieta equilibrada formen parte del comportamiento juvenil, se promoverá la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos durante la jornada escolar.

- Actividades de Nutrición y actividad física, salud y hábitos de vida.
- Potenciar recreos activos, mediante actividades complementarias.
- El fin último de la programación es crear hábitos de vida saludables.

### 5. Educación y seguridad vial:

- En los traslados y las actividades extraescolares.
- En primeros auxilios en relación al PAS.
- En la UD de patinaje, mediante la realización de un circuito y referencias a la seguridad vial.

El Decreto 18/2018, asimismo, considera oportuna la inclusión como elemento transversal la prevención de la violencia en el deporte incidiendo en el fomento de acciones y valores que impidan que se produzca.

- Se fomentarán acciones y valores de respeto, deportividad y trabajo en equipo en todas las actividades físico-deportivas.
- En diversas actividades con la valoración de la violencia en el deporte y en el entorno cercano y cómo minimizarla o prevenirla.



## 16. EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE.

Un aspecto básico en la evaluación es la valoración de la propia Programación Didáctica mediante estrategias objetivas que permitan mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Para ello, se valorará el grado de asimilación de los contenidos por parte los alumnos, la consecución de los objetivos y competencias clave, el grado de motivación y participación, la organización de las clases, la utilización del material, las opiniones de nuestros alumnos ...

Todos estos aspectos se tendrán en cuenta, analizarán y valorarán en las reuniones del Departamento, buscando una mejora en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Esta evaluación del proceso se completa con la evaluación que se realizará al finalizar el curso, en la cual mediante una **encuesta de evaluación** completada por los alumnos y por nosotros mismos, tendremos datos sobre la opinión del alumnado acerca del proceso educativo y de la **labor docente**, siendo un punto de apoyo importante para la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje, participando en esta de una forma constructiva.

Asimismo, se propone un instrumento de evaluación para las unidades didácticas, tanto por parte del alumno, utilizado de forma puntual por los alumnos o el profesor en unidades didácticas de reciente inclusión, o si se considera necesario haciendo uso, para ello, de una encuesta en papel o por correo electrónico mediante google forms.

## **17. PROPUESTA DE MEJORA.**

En base a la autoevaluación de la programación por parte del departamento, la evaluación de la práctica docente por parte de los alumnos y a la impresión y opinión del profesorado de Educación física del curso anterior se proponen las siguientes propuestas de mejora.

Asimismo, los profesores evaluarán constantemente sus propias actividades y la programación, adaptando y modificando aquellos aspectos que contribuyan a un mejor proceso de enseñanza aprendizaje. Al final de cada evaluación efectuaremos un seguimiento para valorar la consecución de nuestros objetivos y si es necesario cambiar las estrategias utilizadas.

### **a) En relación con la programación del departamento:**

- Realizar una nueva programación, sobre la base anterior.

### **b) En relación a la organización y funcionamiento del departamento:**

- Potenciar las actividades deportivas por la tarde como centro IPAFD.
- Planificar el uso de espacios y actividades en los días lluviosos.
- Mejorar la coordinación entre profesores.
- Proponer una secuenciación contenidos teóricos.
- Intentar homogeneizar evaluación teórica.

### **b) En relación con la organización general del centro.**

- Procurar no coincidir más de dos profesores de educación física en la misma sesión, ya que dificulta el uso de espacios.
- Organizar y colocar el cuarto de material, inventariando el mismo.
- Que en las guardias no se baje a los grupos al patio sin preguntar antes a los profesores de Educación Física, ya que se interrumpe sus clases y en ocasiones se crea conflictos ya que se invaden espacios sin permiso, se hace mal uso del material o las instalaciones y algunos alumnos muestran actitudes negativas y faltas de respeto.
- Intentar que los alumnos que han elegido Deporte no tengan Educación Física el mismo día.

## 18. BILINGÜISMO.

El I.E.S. Pintor Antonio López es un centro bilingüe en Inglés, y Francés; Este curso, nuestra materia de Educación Física se impartirá en dos niveles (1º y 4º de la ESO) únicamente en inglés, independiente de cual sea el programa al que pertenezca el alumnado. En el resto de niveles (2º, 3º y bachillerato se utilizará el idioma correspondiente a cada programa (español, francés o inglés).

**La programación es común** para todos los grupos, aunque la metodología y algunas actividades serán modificadas en función de si son grupos de sección bilingüe o grupos de programa.

### SECCIÓN BILINGÜE INGLÉS EDUCACIÓN FÍSICA 2018/2019

#### · Grupos:

1º A, B, C, D.

2º A, B, C.

3º A, B, C.

4º A, B, C, D, E.

#### · Profesores:

Roberto Delgado Fernández: 2º A, B. 4º A, B, C, D, E.

Ismael Ramírez Navidad: 1º A, B, C, D. 2º C. 3º A, B, C.

#### · Programación para sección/grupos bilingües:

Durante el curso escolar 2018-2019 se impartirá la asignatura de Educación física en inglés en todo el nivel de 1º de ESO, así como en los grupos de 4º de ESO. En 2º y 3º hay diferentes grupos de ESO, algunos pertenecen a la sección bilingüe de francés, uno al programa de inglés y un grupo a la sección lingüística de inglés. Muchos de los alumnos, no obstante, han recibido educación bilingüe en sus respectivos centros de Educación Primaria.

En una de las dos clases semanales, un auxiliar de conversación estará presente para apoyar y facilitar el aprendizaje de los alumnos en el aspecto lingüístico, según las indicaciones del profesor. Este año habrá dos auxiliares de conversación, dependiendo del grupo y nivel.

### Metodología:

La Educación Física bilingüe se trabajará con una metodología AICLE (Aprendizaje Integrado de Contenidos y Lengua Extranjera); se potenciarán las actividades de intercambio comunicativo entre alumnos, con el profesor y con los asistentes de idioma, en las que la práctica de actividad física y deportiva no se vea perjudicada, trabajando bajo las directrices de “las 5 Cs” del aprendizaje integrado de Educación Física y lengua inglesa (Salvador García,2016): contenido, comunicación, cognición, cultura, competencia.

Se elaborará un glosario de términos específicos de la asignatura durante el presente curso. Así como la documentación que se utilizará en la asignatura será fundamentalmente en inglés, utilizando inglés y español conjuntamente en aquellos aspectos fundamentales que a juicio del profesor deban conocer en ambos idiomas.

### Libro de texto y materiales

Los materiales (fichas de apoyo teórico de la asignatura) son elaborados por el profesor que imparte la materia con el soporte de los libros detallados a continuación, así como con la referencia publicaciones vía on-line consultadas y la ayuda de los asistentes de lenguaje:

- Physical Education. 1º eso. Ed Santillana
- More fun and games. Ed Human Kinetics
- Quality lesson plans for Secondary Physical Education. Ed Human Kinetics
- Manual para el diseño de unidades didácticas en Educación Física Bilingüe. Ed Adal.
- Physical Education. Theoretical contents. Ed Human Kinetics
- GCSE Physical Education, Edexcel specification. Ed. CGP Books
- GCSE Physical Education through diagrams. Oxford Revision Guide.
- Salvador G. (2016). Aprendizaje integrado EF y lengua inglesa. Barcelona. INDE

• Criterios de evaluación y calificación:

Al tratarse un departamento en el que conviven los dos programas bilingües, el acuerdo adoptado por los profesores que imparten la asignatura en segundo idioma, es destinar un 10% de la parte conceptual a las consideraciones lingüísticas tales como; uso correcto del inglés en su forma oral y escrita, riqueza de vocabulario específico y fluidez a la hora de expresarse. Los criterios de evaluación y calificación restante serán los mismos en todos los grupos independientemente del idioma.

Proyectos europeos:

El profesor del departamento Ismael Ramírez Navidad, colaborará con el programa para la creación de un proyecto lingüístico de centro K101, incluye una movilidad de formación en Reino Unido.

## **PROGRAMACIÓN SECCIÓN BILINGÜE FRANCÉS 2018/2019**

### **Asignatura: Educación Física**

• Grupos:

2º D, E.

3º D, E.

1º Bachillerato A y D.

• Profesor:

David Estébanez Gutiérrez.

El profesor asignado no está habilitado en francés, aunque impartirá clase a los grupos de sección francesa, para ello contará con el apoyo del departamento de Francés y el asistente de idiomas, para la realización de fichas de apoyo teórico en ese idioma, explicaciones y situaciones comunicativas, para con ello contribuir a la mejora de la competencia lingüística en francés.

Destacar que, aunque el profesor no se encuentra habilitado en lengua francesa, está realizando un importante esfuerzo para colaborar en la medida de las posibilidades en el desarrollo de la competencia lingüística de sus alumnos y que estos no pierdan la oportunidad de mejorar el idioma Francés.

## **19. BACHILLERATO DE EXCELENCIA Y DEPORTE**

Dado el especial rendimiento que manifiestan los alumnos de esta modalidad, el profesor encargado intentará combinar planteamientos de elevado rigor científico, con un alto nivel de exigencia, proporcionando a sus alumnos una formación más profunda y especializada, satisfaciendo con ello las necesidades del alumnado. La programación será común al resto de grupos de Bachillerato, pero se profundizará más en aspectos teóricos científicos, así como se potenciarán metodologías basadas en el descubrimiento y la investigación.

### **Proyecto del bachillerato de excelencia:**

Dado que Educación Física no se cursa en 2º de Bachillerato, si algún alumno elige realizar un proyecto en nuestra asignatura, será en 1º cuando el alumno realice el proyecto y sea calificado de forma positiva en la materia. El departamento está abierto a la colaboración con otros seminarios que tengan presencia en 2º de Bachillerato, para que sea posible la realización de un proyecto durante los dos cursos académicos.

### **PROGRAMACIÓN DE LA OPTATIVA DEPORTE PARA 2º DE E.S.O.**

Durante el presente curso el profesor Ismael Ramírez, impartirá la optativa Deporte en 2º de ESO. Se trata de una asignatura de libre configuración por los centros educativos. Es una asignatura evaluable y se registrará con los mismos criterios metodológicos y de evaluación de la asignatura Educación Física.

Los contenidos de la asignatura de Deporte serán impartidos de manera práctica con una metodología basada en el aprendizaje técnico con tareas sencillas, juegos predeportivos y competiciones entre los alumnos. Se utilizarán deportes y actividades no trabajados en Educación Física, para enriquecer la materia y buscando deportes con un alto componente educativo y lúdico, tales como: *Kinball*, *ultimate*, béisbol, *lacrosse*, *touchball*, *four corners*, *dodgeball*, *kickball*..., así como cierta capacidad de decisión al alumnado en función de su comportamiento y actitud.

## **CONTENIDOS**

La propuesta inicial de contenidos a trabajar es:

### **1ª Evaluación:**

- Condición Física.
- Deportes Anglosajones (Baseball, Kickball, Gaelic Football, Flag football)

### **2ª Evaluación**

- Condición Física.
- Deportes Alternativos (Dodgeball, Netball, Benchball, Floorball, Kickball)

### **3ª Evaluación**

- Condición Física
- Torneos deportivos
- Organización de torneos

## **INDICADORES DE LOGRO DE DEPORTE 2º ESO:**

1. Participa de manera activa, mostrando interés, buena actitud e iniciativa en las tareas propuestas.
2. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
3. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
4. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.
5. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

## 20. ANEXOS.

1. Inventario.
2. Evaluación docente.
3. Evaluación de la programación por parte del profesor.
4. Septiembre.

### 1. INVENTARIO DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA. SEPTIEMBRE 2018

<b>MATERIAL</b>	<b>CANTIDAD</b>
Wabe Board	21
Cascos	14
Protecciones	58
Vallas madera	16
Vallas bajas	26
Postes bádminton	4
Saltómetros	2
Mini tramp	1
Jaula sin rueda	1
Cesta plegable	1
Bates soft	12
Palas madera	38
Pala madera redonda	14
Palas plástico	8
Palas rojas amarillas	63
Sacos	14
Tacos	6
Palas ping-pong	12
Bolas Ping pong	Caja
Bote bolas vacías	3 cajas
Palos cricket	14
Piquetas cricket	4
Alambres cricket	28
Discos	12
Pesos	8
Petos pal	2 cajas
Pegatinas pal	Bolsa
Petanca	51
Caja pañuelos	1



Caja telas	1
Rugby tag	Caja
Diábolos	17 sin palos
Redes bádminton	6
Combas	Caja y bolsa
Balones baloncesto nuevos	12
Balones voleibol nuevos	18
Balones balonmano nuevo	16
Camisetas	2 cajas
Vallas pequeñas	11
Freesbees	17
Lacrosse pequeño	20
Bolas lacrosse	8
Testigos	32
Indiacas	8
Sogas	2
Nerf granadas	6
Jabalinas soft	20
Redes voleibol	3
Sticks	46+bolsa amarillos nueva
Bolas floorball	20
Mancuernas	Carro
Churros	21
Aros grandes	19
Aros pequeños	6
Redes fútbol	5
Aros canasta	2
Lacrosse gande	24
Lacrosse pelotas amarillas	8
Pelotas de tenis	Caja y bolsa
Lacrosse pelotas bandas	12
Raquetas de tenis	19
Raquetas de pádel	13
Red voleibol playa	1
Porterías plegables	4
Balón fútbol nuevos	9
Balones medicinales 2kg	15
Balones medicinales 3kg	9
Botas esquí 22,5	1
Patines línea	1
Fundas raquetas	10
Equitaciones PAL	6 cajas

Volantes	24
Raquetas bádminton	20
Fitball	19
Pértigas	2
Balones fútbol americano	9
Balones rugby	11
Balones amarillos goma	22
Balones baloncesto 6	15
Balones baloncesto 7	20
Balones voleibol	16
Balones fútbol	17
Balones balonmano	23
Conos	
Setas	2 juegos
Picas	Cubo
Carros compra	6
Jaulas	2+1pequeña
Compresor	1
<b>Externo</b>	
Mesas pingpong	2
Vallas	8
Pelotas cestas	
<b>Departamento</b>	
Ordenadores	2
Impresora	1
Botiquín	1
Libros EF	Varios
Equipo sonido	2
Megáfono	1
DEA	1
Maletín orientación	1
Balizas y pinzas	Juego
Cámara vídeo	1

## 2. VALORACIÓN DEL PROFESOR Y DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA

El objetivo de esta encuesta es recoger la valoración de los alumnos. Es importante que contestes con sinceridad y objetividad. Tu colaboración es muy importante para mejorar los procesos de enseñanza-aprendizaje en EF.



1. El profesor explica la forma de evaluar y los contenidos y los aplica rigurosamente.
2. ¿Los test y exámenes eran adecuados a los contenidos vistos?
3. El profesor prepara, organiza y estructura bien las actividades de clase.
4. Explica con claridad y resalta los contenidos importantes.
5. Se esfuerza por atraer el interés y motivar a los alumnos.
6. Nos trata cordialmente y es paciente con los alumnos.
7. Los recursos TICs (*El tercer tiempo EF*, audiovisuales...) han sido útiles.
8. Las fichas de teoría y de ejercicios son interesantes y útiles.
9. Me he sentido feliz y a gusto en clase.
10. Comenta qué destacarías de lo aprendido este año, ¿crees es útil en tu vida diaria?
11. ¿Cuáles han sido tus actividades favoritas? Explica por qué.
12. ¿Cuáles han sido las actividades que has encontrado más difíciles? Explica por qué.
13. ¿Cuáles han sido las actividades que te han gustado menos? Explica por qué.
14. Comenta qué cambiarías o mejorarías en las clases de EF.
15. Teniendo en cuenta todo lo anterior, estoy satisfecho/a con la labor del profesor.
16. Comenta qué debe cambiar o mejorar el profesor en tu opinión.
17. Nota que pongo al profesor de acuerdo con lo reflexionado hasta ahora.

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

### 3. Evaluación de la programación por parte del profesor:

Aspecto a evaluar	Indicador	1-5
<b>Elección de los contenidos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contenidos ajustados a la ley y al contexto.</li> <li>- Vinculación a su vida diaria.</li> <li>- Dificultad de las tareas adecuada.</li> </ul>	
<b>Temporalización</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las UUDs están correctamente ubicadas en el curso.</li> <li>- Respeto el cronograma y me coordino con compañeros.</li> </ul>	
<b>La participación y motivación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Despierto el interés por el contenido.</li> <li>- Mantengo el interés del alumnado.</li> <li>- La participación de los alumnos voluntariamente.</li> </ul>	
<b>El clima de clase</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hay respeto y buen ambiente entre compañeros.</li> <li>- Hay respeto y buena relación con el profesor.</li> </ul>	
<b>Agrupamientos y organización</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los agrupamientos favorecen el aprendizaje.</li> <li>- Los agrupamientos son variados y equilibrados.</li> </ul>	
<b>Los materiales e instalaciones</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las instalaciones son adecuadas para la práctica.</li> <li>- Los materiales son adecuados para la práctica.</li> </ul>	
<b>Las actividades extraescolares</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La participación de los alumnos ha sido alta.</li> <li>- La actividad ha sido interesante han disfrutado.</li> </ul>	
<b>Atención a la diversidad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tengo en cuenta las características de los alumnos.</li> <li>- Realizo adaptaciones eficaces a los que lo necesitan.</li> </ul>	
<b>Los métodos de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los métodos están relacionados con el decreto.</li> <li>- Son justos y no discriminan a nadie.</li> </ul>	
<b>La calificación y resultado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La calificación refleja el rendimiento observado.</li> <li>- La calificación es justa y equilibrada entre géneros.</li> </ul>	
<b>Comentarios y observaciones</b>		

#### **4. Información a las familias acerca de la calificación en la materia de Educación Física:**

Su hijo/a:.....del grupo: .....ha suspendido la materia de Educación Física en el curso 2018-2019 por los siguientes motivos. Ante cualquier duda o consulta estamos a su disposición mediante el correo [robertoelprofeef@gmail.com](mailto:robertoelprofeef@gmail.com), o bien en persona, si lo considera oportuno.

Gracias por su colaboración.

Roberto Delgado. Profesor de Educación Física. IES PAL.

#### **Saber. Conocimientos.**

- No ha presentado los trabajos teóricos requeridos por el profesor, en fecha o forma.
- No ha presentado las fichas del cuaderno o portfolio del alumno durante el curso.
- No ha demostrado conocimientos acerca de los conceptos teóricos trabajados en clase de forma continua a lo largo del curso.

#### **Saber hacer. Habilidades y destrezas:**

- No ha participado de forma activa en las tareas propuestas.
- No ha trabajado para desarrollar sus capacidades físicas, ni su salud.
- No ha trabajado para desarrollar sus habilidades técnicas en los deportes vistos.
- No ha trabajado correctamente en las actividades grupales.

#### **Saber ser. Actitudes y comportamientos:**

- No ha mostrado interés, ni esfuerzo durante el curso.
- Ha tenido faltas graves de actitud hacia los compañeros o el profesor.
- No valora, ni manifiesta hábitos saludables.
- No ha asistido a clase regularmente, ni lo ha justificado oportunamente.

#### **Para la recuperación de la materia debe:**

- Realizar el examen teórico sobre los contenidos trabajados durante el curso.
- Realizar los test de condición física: carrera continua sin paradas de 25 minutos, flexión de brazos en barra, fondos en suelo y flexibilidad en banco, realizando las valoraciones y reflexiones oportunas en la ficha que le entregará el profesor.
- Realizar un examen práctico sobre un deporte trabajado, mostrando la técnica y conocimientos tácticos requeridos durante el curso.
- Realizar una autoevaluación acerca de su actitud y comportamiento a lo largo del curso y la reflexión y comentarios oportunos.