



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

<b>PROGRAMACION DIDÁCTICA DE E.S.O.</b>	
<b>CURSO ACADÉMICO:</b>	<b>2014/15</b>
<b>DEPARTAMENTO:</b>	<b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>
<b>ÁREA :</b>	<b>ARTÍSTICA</b>

## **INTRODUCCIÓN**

Durante este curso escolar queremos incidir en el trabajo de la creatividad.

Sabemos que el futuro es incierto, más ahora que nunca, y cuanto más preparados estemos para crear, inventar, más opciones tendremos a nuestro alcance. Para ello habrá que descubrir lo que nos apasiona, lo que nos motiva, lo que nos hace sentir bien. Contamos con la propia experiencia y como objetivo descubrir algo. Descubrir como me siento feliz.

Por otra parte insistiremos en el trabajo de equipo tan necesario para ir hacia una sociedad más solidaria, a una sociedad en la que el triunfo lo conforman los equipos haciéndolo extensible y disfrutable para toda la comunidad.

Intentaremos implicar a alumnas y alumnos en su propio proceso de aprendizaje y en el sistema educativo, aprendiendo entre otras mil cosas, a gestionar sus emociones, conocerse, aceptarse, a amarse.

Queremos formar a una juventud en la actitud de libertad y autogestión desde la confianza y el conocimiento propio: la sabiduría está en el interior de cada cual. El trabajo de cooperación guiará nuestra practica, sin ganadores ni perdedores. Sujetos jugando y disfrutando de lo que la vida les ofrece. Jugando al gran juego que es la vida.

Entrenaremos el mejorar la condición física para que al ser más fuertes y flexibles a todos los niveles, nos resulte más ventajoso y fácil encarar el regalo que es la vida.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## 1.- OBJETIVOS DE LA ETAPA

La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, que nos indica en su artículo 23 que los objetivos a alcanzar en la ESO son los siguientes:

- a) *Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en 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 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 los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.*
- 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.*



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

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

Y como desarrollo de la Ley de Educación en Andalucía, el Decreto 231/2007, de 31 de julio, en su artículo 4 además establece los siguientes objetivos:

*a) Adquirir habilidades que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan, participando con actitudes solidarias, tolerantes y libres de prejuicios.*

*b) Interpretar y producir con propiedad, autonomía y creatividad mensajes que utilicen códigos artísticos, científicos y técnicos.*

*c) Comprender los principios y valores que rigen el funcionamiento de las sociedades democráticas contemporáneas, especialmente los relativos a los derechos y deberes de la ciudadanía.*

*d) Comprender los principios básicos que rigen el funcionamiento del medio físico y natural, valorar las repercusiones que sobre él tienen las actividades humanas y contribuir activamente a la defensa, conservación y mejora del mismo como elemento determinante de la calidad de vida.*

*e) Conocer y apreciar las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades.*

*f) Conocer y respetar la realidad cultural de Andalucía, partiendo del conocimiento y de la comprensión de Andalucía como comunidad de encuentro de culturas.*

## **2.- COMPETENCIAS BÁSICAS DE LA ETAPA.**

En el sistema educativo andaluz se considera que las competencias básicas que debe haber alcanzado la alumna y el alumno cuando finaliza su escolaridad obligatoria para enfrentarse a los retos de su vida personal y laboral son las siguientes:

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia en razonamiento matemático.
- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico y natural.
- Competencia digital y en el tratamiento de la información.
- Competencia social y ciudadana.
- Competencia cultural y artística.
- Competencia para seguir aprendiendo de forma autónoma a lo largo de la vida.
- Competencia en autonomía e iniciativa personal.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

¿Qué entendemos por cada una de esas competencias? De forma sucinta, y recogiendo lo más significativo de lo que establece el currículo escolar, cada una de ellas aporta lo siguiente a la formación personal e intelectual del alumno y de la alumna:

### **1. COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA**

Supone la utilización del lenguaje como instrumento de comunicación oral y escrita y como instrumento de aprendizaje y de autorregulación del pensamiento, las emociones y la conducta, por lo que contribuye, asimismo, a la creación de una imagen personal positiva y fomenta las relaciones constructivas con los demás y con el entorno. Aprender a comunicarse es, en consecuencia, establecer lazos con otras personas, acercarnos a otras culturas que adquieren sentido y provocan afecto en cuanto que se conocen. En suma, esta competencia lingüística es fundamental para aprender a resolver conflictos y para aprender a convivir.

La adquisición de esta competencia supone el dominio de la lengua oral y escrita en múltiples contextos y el uso funcional de, al menos, una lengua extranjera.

### **2. COMPETENCIA EN RAZONAMIENTO MATEMÁTICO**

Esta competencia consiste, ante todo, en la habilidad para utilizar los números y sus operaciones básicas, los símbolos y las formas de expresión y de razonamiento matemático para producir e interpretar informaciones, para conocer más sobre aspectos cuantitativos y espaciales de la realidad y para resolver problemas relacionados con la vida diaria y el mundo laboral.

La adquisición de esta competencia supone, en suma, aplicar destrezas y actitudes que permiten razonar matemáticamente, comprender una argumentación matemática, expresarse y comunicarse en el lenguaje matemático e integrar el conocimiento matemático con otros tipos de conocimiento.

### **3. COMPETENCIA EN EL CONOCIMIENTO Y LA INTERACCIÓN CON EL MUNDO FÍSICO Y NATURAL**

Es la habilidad para interactuar con el mundo físico en sus aspectos naturales y en los generados por la acción humana, de modo que facilite la comprensión de sucesos, la predicción de consecuencias y la actividad dirigida a la mejora y preservación de las condiciones de vida propia, de las demás personas y del resto de los seres vivos.

En suma, esta competencia implica la adquisición de un pensamiento científico-racional que permite interpretar la información y tomar decisiones con autonomía e iniciativa personal, así como utilizar valores éticos en la toma de decisiones personales y sociales.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

#### **4. COMPETENCIA DIGITAL Y TRATAMIENTO DE LA INFORMACION**

Son las habilidades para buscar, obtener, procesar y comunicar información y transformarla en conocimiento. Incluye aspectos que van desde el acceso y selección de la información hasta su uso y transmisión en diferentes soportes, incluyendo la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación como un elemento esencial para informarse y comunicarse.

La adquisición de esta competencia supone, al menos, utilizar recursos tecnológicos para resolver problemas de modo eficiente y tener una actitud crítica y reflexiva en la valoración de la información que se dé.

#### **5. COMPETENCIA SOCIAL Y CIUDADANA**

Esta competencia permite vivir en sociedad, comprender la realidad social del mundo en que se vive y ejercer la ciudadanía democrática en una sociedad cada vez más plural. Incorpora formas de comportamiento individual que capacitan a las personas para convivir en sociedad, relacionarse con los demás, cooperar, comprometerse y afrontar los conflictos, por lo que adquirirla supone ser capaz de ponerse en el lugar del otro, aceptar las diferencias, ser tolerante y respetar los valores, las creencias, las culturas y la historia personal y colectiva de los otros.

En suma, implica comprender la realidad social en que se vive, afrontar los conflictos con valores éticos y ejercer los derechos y deberes ciudadanos desde una actitud solidaria y responsable.

#### **6. COMPETENCIA CULTURAL Y ARTÍSTICA**

Esta competencia implica conocer, apreciar, comprender y valorar críticamente diferentes manifestaciones culturales y artísticas, utilizarlas como fuente de disfrute y enriquecimiento personal y considerarlas parte del patrimonio cultural de los pueblos.

En definitiva, apreciar y disfrutar el arte y otras manifestaciones culturales, tener una actitud abierta y receptiva ante la plural realidad artística, conservar el común patrimonio cultural y fomentar la propia capacidad creadora.

#### **7. COMPETENCIA PARA SEGUIR APRENDIENDO DE FORMA AUTÓNOMA A LO LARGO DE LA VIDA**

Esta competencia supone, por un lado, iniciarse en el aprendizaje y, por otro, ser capaz de continuar aprendiendo de manera autónoma, así como buscar respuestas que satisfagan las exigencias del conocimiento racional. Asimismo, implica admitir una diversidad de respuestas posibles ante un mismo problema y encontrar motivación para buscarlas desde diversos enfoques metodológicos.

En suma, implica la gestión de las propias capacidades desde una óptica de búsqueda de eficacia y el manejo de recursos y técnicas de trabajo intelectual.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

## **8. COMPETENCIA PARA LA AUTONOMÍA E INICIATIVA PERSONAL**

Esta competencia se refiere a la posibilidad de optar con criterio propio y llevar adelante las iniciativas necesarias para desarrollar la opción elegida y hacerse responsable de ella, tanto en el ámbito personal como en el social o laboral.

La adquisición de esta competencia implica ser creativo, innovador, responsable y crítico en el desarrollo de proyectos individuales o colectivos.

En una competencia no hay saberes que se adquieren exclusivamente en una determinada materia y solo sirven para ella. Con todo lo que el alumnado aprende en las diferentes materias (y no solo en la institución escolar) construye un bagaje cultural y de información que debe servirle para el conjunto de su vida, que debe ser capaz de utilizarlo en momentos precisos y situaciones distintas. Por eso, cualesquiera de esas competencias pueden alcanzarse si no en todas si en la mayoría de las materias curriculares, y también por eso en todas estas materias podrá utilizar y aplicar dichas competencias, independientemente de en cuáles las haya podido adquirir (transversalidad). Ser competente debe ser garantía de haber alcanzado determinados aprendizajes, pero también, no lo olvidemos, de que permitirá alcanzar otros, tanto en la propia institución escolar como fuera de ella, garantía de su aprendizaje permanente. Excepto la competencia cultural y artística, las demás competencias citadas anteriormente tienen su presencia en el currículo de esta materia, de forma desigual, lógicamente, pero todas y cada una de ellas con una importante aportación a la formación del alumnado, como no podía ser de otra forma dado el eminente carácter integrador de sus contenidos.

Dicho esto, queda claro que hay una evidente interrelación entre los distintos elementos del currículo, y que hemos de ponerla de manifiesto para utilizar enseñanza-aprendizaje. Cuando en una programación didáctica, como esta, se indican los objetivos de una unidad (formulados, al igual que los criterios de evaluación, en términos de capacidades), se sabe que estos condicionan la elección de unos contenidos u otros, de la misma forma que se debe indicar unos criterios de evaluación que permitan demostrar si el alumno los alcanza o no los alcanza. Por eso, los criterios de evaluación permiten una doble interpretación: por un lado, los que tienen relación con el conjunto de aprendizajes que realiza el alumnado, es decir, habrá unos criterios de evaluación ligados expresamente a conceptos, otros a procedimientos y otros a actitudes, ya que cada uno de estos contenidos han de ser evaluados por haber sido trabajados en clase y que son los que se evalúan en los diferentes momentos de aplicación de la evaluación continua; y por otro, habrá criterios de evaluación que han sido formulados más en su relación con las competencias básicas.



La evaluación de competencias básicas es un modelo de evaluación distinto al de los criterios de evaluación, tanto porque se aplica en diferentes momentos de otras evaluaciones, como porque su finalidad, aunque complementaria, es distinta. Si partimos de que las competencias básicas suponen una aplicación real y práctica de conocimientos, habilidades y actitudes, la forma de comprobar o evaluar si el alumno las ha adquirido es reproducir situaciones lo más reales posibles de aplicación, y en estas situaciones lo habitual es que el alumnado se sirva de ese bagaje acumulado (todo tipo de contenidos) pero responda, sobre todo, a situaciones prácticas. De esta forma, cuando evaluamos competencias estamos ahí que las relacionemos con los criterios de evaluación con mayor carácter procedimental y actitudinal.

### **3.- OBJETIVOS del AREA**

En primer lugar y, de manera fundamental y general, pretendemos que alumnas y alumnos a lo largo de la etapa de la enseñanza secundaria obligatoria, conozcan y comprendan los aspectos básicos del funcionamiento del propio cuerpo y las consecuencias para la salud individual y colectiva de los actos y hábitos de vida, valorando los beneficios que les aporta llevar una vida sana donde se adquieran y consoliden correctos hábitos de realización frecuente de actividad física recreativa y deportiva, buenos hábitos de higiene, una alimentación variada y equilibrada, además de un sistema emocional equilibrado.

Concretando un poco más este objetivo general, hemos de mencionar los siguientes objetivos a conseguir en la etapa de la E.S.O. con nuestro alumnado:

1. Conocer los rasgos que definen una actividad física saludable y los efectos beneficiosos que esta tiene para la salud individual y colectiva.
2. Valorar la práctica habitual y sistemática de actividades físicas como medio para mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
3. Realizar tareas dirigidas al incremento del rendimiento motor, a la mejora de la condición física para la salud y al perfeccionamiento de las posibilidades de ajuste, dominio y control corporal, adoptando una actitud de auto exigencia personal.
4. Conocer y consolidar hábitos saludables, técnicas básicas de relajación y respiración como medio para reducir desequilibrios emocionales y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica físico-deportiva.
5. Planificar actividades que nos permitan satisfacer las necesidades en relación a las capacidades físicas y habilidades específicas a partir de la valoración del nivel inicial.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

6. Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural de bajo impacto ambiental, contribuyendo a su conservación.
7. Conocer y realizar actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario aplicando los fundamentos reglamentarios técnicos , tácticos en situación de juego, con progresiva autonomía en su ejecución.
8. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad (fair play) en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias individuales, culturales, sociales y de habilidad.
9. Practicar y diseñar actividades expresivas con o sin base musical, utilizando el cuerpo como medio de expresión y comunicación creativa.

## **OBJETIVOS PARA 1º CURSO DE LA E.S.O.**

- 1º *Comprender los aspectos básicos del funcionamiento del cuerpo.*
- 2º Conocer el estado de sus habilidades motoras y aptitudes físicas básicas.
- 3º Mejorar su capacidad de movimiento y su ajuste a las condiciones específicas y motoras.
- 4º *Conocer y practicar juegos tradicionales, locales,...y del entorno.*
- 5º Conocer y practicar los deportes más habituales del entorno.
- 6º Conocer y practicar juegos y deportes alternativos.
- 7º Adoptar patrones expresivos del gesto y movimiento como medio de comunicación y expresión.
- 8º *Perfeccionar el conocimiento de si mismo y de los demás a través del canal propioceptivo, la exploración sensitiva, los estados de tensión-relajación.*
- 9º Utilizar los recursos naturales que ofrece el entorno para la práctica deportiva.
- 10º *Valorar los efectos positivos de la práctica habitual de actividades físicas en el medio natural, sobre los aspectos biológicos y mejora de las condiciones de salud.*
- 11º Participar con independencia del nivel de destrezas alcanzado, en actividades físicas habituales en el entorno.
- 12º *Realizar ejercicios de cooperación que requiera actitudes solidarias y tolerantes.*
- 13º *Favorecer las relaciones interpersonales, evitando la discriminación de cualquier tipo.*
- 14º Comportarse de forma responsable con su cuerpo y con sus necesidades, evitando prácticas nocivas para la salud.
- 15º Favorecer el rechazo al consumo habitual y adictivo de todo tipo de productos perjudiciales para la salud (tabaco, alcohol, drogas,...).
- 16º *Fomentar actitudes de aceptación y respeto del propio cuerpo y el de los y las demás.*

Los objetivos en letra *cursiva* son los mínimos a conseguir.





**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## **OBJETIVOS PARA 2º DE E.S.O.**

- 1º *Comprender los aspectos básicos del funcionamiento del cuerpo.*
- 2º Conocer el estado de sus habilidades motoras y aptitudes físicas básicas.
- 3º Mejorar su capacidad de movimiento y su ajuste a las condiciones específicas y motoras.
- 4º *Conocer y practicar juegos como medio para mejorar la resistencia y la flexibilidad.*
- 5º Conocer y practicar los deportes más habituales del entorno.
- 6º Conocer y practicar juegos y deportes alternativos.
- 7º Adoptar patrones expresivos del gesto y movimiento como medio de comunicación y expresión. Dramatizaciones. Ritmo.
- 8º *Perfeccionar el conocimiento de si mismo y de los demás a través del canal propioceptivo, la exploración sensitiva, los estados de tensión-relajación.*
- 9º Utilizar los recursos naturales que ofrece el entorno para la práctica deportiva.
- 10º *Valorar los efectos positivos de la práctica habitual de actividades físicas en el medio natural, sobre los aspectos biológicos y mejora de las condiciones de salud.*
- 11º Participar con independencia del nivel de destrezas alcanzado, en actividades físicas habituales en el entorno.
- 12º Realizar ejercicios de cooperación que requiera actitudes solidarias y .de cooperación.
- 13º *Favorecer las relaciones interpersonales, evitando la discriminación de cualquier tipo.*
- 14º Comportarse de forma responsable con su cuerpo y con sus necesidades, evitando prácticas nocivas para la salud.
- 15º Favorecer el rechazo al consumo adictivo de todo tipo de productos perjudiciales la salud (tabaco, alcohol, drogas,...).
- 16º *Fomentar actitudes de aceptación y respeto del propio cuerpo y el de los demás.*

Los objetivos que van en *cursiva* son los mínimos de 2º de E.S.O.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## **OBJETIVOS PARA 3º E.S.O.**

Objetivos mínimos a conseguir en todos los bloques.

### **CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD:**

- 1º Valorar la practica habitual de actividades físicas deportivas y recreativas para obtener buena salud.
- 2º Ser capaz de elaborar un correcto calentamiento y ponerlo en práctica según la actividad a realizar.
- 3º Mejora de las cualidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia.
- 4º Adopción de posiciones correctas en las actividades realizadas: cuido mi columna vertebral.
- 5º Conocer, practicar y valorar métodos de relajación, respiración y visualización como base para un mejor conocimiento de sí y para un aumento de la autoestima.
- 6º Concienciarse de la necesidad e importancia de adoptar correctos hábitos posturales, respiratorios y de todo tipo.
- 7º Ser capaz de hacer 20 minutos de carrera continua.
- 8º Conocer los principios de la nutrición. Una dieta sana.
- 9º Entrenamiento mental: positivismo.

### **JUEGOS Y DEPORTES**

- 1º Inducir al trabajo de equipo a través de la colaboración en juegos y actividades predeportivas y deportivas.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

2º Respetar las normas de juego y/o deporte, así como a los jueces, las juezas y árbitras.

3º Conocer y valorar la práctica de juegos alternativos y recreativos: indiana, disco volador, palas, cometas, etc.

4º Conocer los aspectos básicos reglamentarios, técnicos y tácticos de deportes colectivos: fútbol en todas sus variantes, baloncesto, voleibol, etc.

5º Practicar el tenis de mesa y el bádminton.

6º Iniciación al salto en atletismo.

## **EXPRESIÓN CORPORAL**

1º Conocer y experimentar las posibilidades de expresión y comunicación que nos ofrece el gesto, la postura y el movimiento.

2º Ser capaz de cooperar para realizar representaciones de bailes y acrogimnasia en grupo para favorecer la riqueza comunicativa social.

3º *Desarrollar el sentido del ritmo a través del baile:* bailar por sevillana; ser capaz de bailar cha-cha-chá. Practicar Danzas del Mundo.

4º Iniciación al Yoga.

## **ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL:**

1º Respetar y valorar el entorno natural inmediato y próximo, así como mejorarlo en lo posible. Verlo como una “instalación” en donde practicar deporte.

2º Conocer, experimentar y valorar la práctica de actividades en la naturaleza: orientación, actividades náuticas, bicicleta todo terreno, senderismo y escalada.

3º Paseos por el pinar, la playa, el espigón, etc.

4º Juegos y deportes en la playa, los pinares. Saltar sobre una bolla a modo de trampolín.



**IES SANTO DOMINGO**

*C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)*

*Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976*

*e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)*

*<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>*

---

## **OBJETIVOS PARA 4º E.S.O.**

Recogemos los objetivos agrupados por bloques de contenidos:  
Los objetivos son los mínimos a conseguir.

### **CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD**

- 1º Realizar los calentamientos de forma autónoma.
- 2º Afianzar el conocimiento de las cualidades físicas más importantes para nuestra salud y ser capaz de elaborar un plan de entrenamiento básico de fuerza, resistencia aeróbica y flexibilidad.
- 3º Ser capaz de confeccionar una dieta ajustada y equilibrada a las necesidades de cada individuo.
- 4º Tomar conciencia de la propia condición física. Saber realizar, solos, los test motores.
- 5º Poder realizar 25 minutos de carrera continua.
- 6º Utilizar la respiración abdominal para la economía del esfuerzo y para tranquilizarse, para el propio control.
- 7º Entrenamiento mental para el logro de nuestros objetivos.

### **JUEGOS Y DEPORTES**

- 1º Ser capaz de diferenciar los aspectos que influyen en la práctica deportiva: reglas, técnica, táctica, preparación física, preparación psicológica, alimentación e higiene.
- 2º Conocer los aspectos básicos reglamentarios, técnicos y tácticos del baloncesto, fútbol, balonmano, voleibol, baloncesto, béisbol, tenis de mesa, hockey, shuttleball, etc.
- 3º Valorar la importancia de la colaboración y el esfuerzo individual para lograr metas comunes en la práctica deportiva colectiva e individual.
- 4º Practica del frisbee, las palas, las cometas.
- 5º Juegos y deportes en la playa.





**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## 5.- CONTENIDOS POR CURSO

### CONTENIDOS PARA 1º CURSO DE LA E.S.O.

A continuación vamos a concretar, de manera concisa, los contenidos generales a tratar durante el 1º de E.S.O., estructurándolos dentro de los bloques temáticos que conforman nuestra área que son los siguientes:

#### **Bloque 1º Condición física y salud:**

- Calentamiento, relajación.
- Higiene en la actividad física.
- Lesiones típicas de la actividad física.
- Juegos como medio de calentar y relajar.
- Habilidades motrices.
- Agilidad.

#### **Bloque 2º Juegos y deportes:**

- Balonmano y voleibol.
- Deportes alternativos: tenis, tenis de mesa, rugby, hockey béisbol, golf, juegos con palas, indicas, malabares, ...
- Natación.
- Gimnasia artística.

#### **Bloque 3º Expresión corporal:**

- Desinhibición.
- Expresión con el gesto, palabra y cuerpo.
- Mímica .
- Aprender a bailar sevillanas.

#### **Bloque 4º Actividad en el medio natural:**

- Normas para la conservación y respeto al medio natural.
- Senderismo.
- Juegos y deportes adaptados al medio natural.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## **CONTENIDOS PARA 2º DE LA E.S.O.**

A continuación vamos a concretar, de manera concisa, los contenidos generales a tratar durante el 2º de E.S.O., estructurándolos dentro de los bloques temáticos que conforman nuestra área que son los siguientes:

### **Condición física y salud:**

- Calentamiento-relajación.
- Cualidades físicas: resistencia y flexibilidad.
- Condición física y salud.
- Alimentación equilibrada, salud y deporte.
- Buenos hábitos alimenticios y posturales.

### **Juegos y deportes:**

- Baloncesto.
- Fútbol.
- Atletismo: salto de longitud y altura, lanzamiento de peso.
- Deportes alternativos: bádminton, ajedrez, tenis, hockey, rugby, béisbol, juegos con palas, malabares, cometas....

### **Expresión corporal:**

- Ritmo corporal y segmentario con variables de intensidad, espacio y tiempo.
- Dramatizaciones. Mimo.
- Baile por Sevillanas. Expresión en el baile.

### **Actividad en el medio natural:**

- Senderismo.
- Marcha con bicicleta de montaña.
- Juegos y deportes en el medio natural.

## **CONTENIDOS PARA 3º E.S.O..**

### **Condición Física y Salud**



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

- 
- 1º El calentamiento: concepto, objetivos, partes. Traerlo dibujado, escrito, y practicarlo.
  - 2º Ejecución de métodos de relajación, ejercicios de respiración y visualización.
  - 3º Entrenamiento de las cualidades físicas resistencia aeróbica, flexibilidad. Empoderarse por medio de tener una buena forma física: me acepto. Tengo las herramientas necesarias para estar feliz y aprender: entreno.
  - 4º Trabajo postural en todas las actividades .
  - 5º Carrera Contínua durante 20 minutos.
  - 6º Conocimiento de músculos y huesos del cuerpo humano. El aparato locomotor. El pulso. El sistema respiratorio.

## **JUEGOS Y DEPORTES.**

- 1º Valores de los juegos y deportes: participación, colaboración, esfuerzo, respeto a las reglas, respeto a los contrarios, respeto a las juezas y a los jueces.
- 2º Reglas, condición física, técnica y táctica básicas de los deportes: atletismo, baloncesto, fútbol, tenis de mesa, voleibol, bádminton, etc.
- 3º Juegos y deportes populares y alternativos: juegos populares andaluces a propuesta de los y las jóvenes, indiana, disco volador, palas, jugar con malabares y construirlos (tres bolas, ), béisbol, cometas.

## **EXPRESIÓN CORPORAL**

- 1º Baile por sevillanas.
- 2º Cha-cha-chá.
- 3º Danzas del mundo.
- 4º Coreografía grupal en concordancia con la acrogimnasia. Representarla.
- 5º Representación de un teatrito escrito por los niños y niñas.





**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

6º Empezando con la Yoga.

7º Utilización de la voz en la vocalización. Escucha activa.

## **ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL.**

1º El respeto y disfrute del medio natural.

2º Técnicas básicas de orientación en el espacio urbano y en el espacio natural.

3º La práctica de actividades náuticas en la naturaleza: natación, vela, surf, piragüismo....(en la medida de lo posible).

4º La bicicleta todo terreno (BTT).

5º Iniciándonos en la Escalada y el patinaje.

6º Descubriendo los vientos y su influencia en las actividades deportivas.

## **CONTENIDOS PARA 4º E.S.O.**

### **Condición física y salud**

1º Métodos de trabajo y beneficios del desarrollo de las cualidades físicas saludables: la fuerza resistencia, la flexibilidad, la resistencia aeróbica Carrera continua. Técnica de los mil pasos.

2º Planificación de un entrenamiento básico e individualizado para mantener un buen estado de salud.

3º Valorar la condición física: test motores.

4º Nutrición. La dieta equilibrada.

5º Primeros auxilios en la practica deportiva.

6º <sup>Practica</sup> de la respiración, visualización y relajación.

7º La velocidad.

8º Realizar 25 minutos de carrera continua.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## **Juegos y Deportes**

1º Los componentes de la práctica deportiva: reglas, técnica, táctica, preparación física y preparación psicológica.

2º Reglas, técnica y táctica básicas, de los deporte y juegos: cometas, atletismo, hockey, voleibol, shutteball, floorball, gimnasia artística.

3º Origen y filosofía del deporte. Los valores del deporte.

4º Practicar en clase tenis de mesa, baloncesto, fútbol, rugby cinta, escalada, patinaje, skate, natación, beísbol, etc.. todo esto en la medida de lo posible. Y cualquier otro deporte que se considere oportuno para las circunstancias dadas.

5º Los juegos del mundo: fútbol a cuatro, Marruecos.

## **Expresión Corporal**

1º Improvisación y creatividad en los medios de expresión.

2º Montajes creativos de expresión corporal.

3º La creación grupal y la danza creativa ofrecida como “espectáculo” al grupo enlazándola con la acrogimnasia.

4º Danzas del mundo.

5º Baile por Sevillanas.

6º El cha-cha-chá.

8º Adentrándonos en el Yoga.

## **El Medio Natural**

1º El respeto y disfrute del medio natural.

2º Técnicas básicas de orientación en el espacio urbano y en el espacio natural.

3º La práctica de actividades náuticas en la naturaleza.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

4º La bicicleta todo terreno (BTT).

5º Toma de conciencia del impacto que tienen algunas actividades deportivas en el medio natural.

6º Observando el tiempo, el viento, las mareas, para la elección de la practica deportiva adecuada.

7º Senderismo por el entorno cercano: Puerto Sherry, Espigón, La Muralla, etc.

Todos estos contenidos generales enumerados quedan recogidos y ampliados en las siguientes unidades didácticas del libro 4º ESO editorial Bruño.

U.D. Nº 1: “Condición física”.

U.D. Nº 2: “Capacidades físicas”.

U.D. Nº 3: “Acondicionamiento físico”.

U.D. Nº 4: “Actividad física y salud”.

U.D. Nº 5: “La acrogimnasia”.

U.D. Nº 6: “El patinaje y el skate”.

U.D. Nº 7: “Natación, pruebas de obstáculos y combinadas en atletismo”.

U.D. Nº 8: “El voleibol”.

U.D. Nº 9: “Juegos del mundo”.

U.D. Nº 10: “Dramatizo, bailo y me relajo”.

U.D. Nº 11: “Rítmico y creación”.

U.D. Nº 12: “La escalada”

Este libro lo usaremos, además de para leer en clase, para el trabajo de los que no pueden practicar por estar enfermos o tener una dolencia, haciendo resúmenes

Lo usaremos para tercer curso también.

## **6.- SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS**



**IES SANTO DOMINGO**

*C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)*

*Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976*

*e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)*

*<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>*

---

Dadas las circunstancias de nuestro centro, a 20 minutos de la Ciudad Deportiva, si vamos caminando, con un pequeño gimnasio para practicar..., la temporalización es muy difícil llevarla a cabo, porque queda a merced de la instalación de que dispongamos, del autobús y del “tiempo” que haga. Tendremos en cuenta igualmente el estado del grupo en cuanto a predisposición para la practica deportiva y la situación del profesorado.

### **SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS PARA 1º E.S.O.**

Esta secuenciación de contenidos solo es una intención, ya que como casi toda la programación se dará en el polideportivo, estamos dependiendo de las condiciones climatológicas y la disponibilidad de espacios y pistas que tenemos que compartir con otros centros. Se intentará seguir de la siguiente manera: Higiene, desinhibición, expresión corporal, calentamiento -relajación, juegos como medio para calentar y relajar, cualidades motrices, agilidad, balonmano, deportes en la naturaleza, gimnasia artística, sevillanas, senderismo, tenis, voleibol, disco volador, cometas.

### **SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS. 2º DE E.S.O.**

Esta secuenciación de contenidos es la que vamos a intentar seguir, ya que como casi toda la programación se dará en el polideportivo y estamos dependiendo de las condiciones climatológicas, de la disponibilidad de pistas, aula y espacios que tenemos que compartir con otros centros. Se intentará seguir de la siguiente orden:

Calentamiento, relajación, condición física y salud, cualidades físicas resistencia y flexibilidad, alimentación equilibrada salud y deporte, buenos hábitos alimenticios y posturales, dramatizaciones, ritmo, deportes adaptados al medio natural, baloncesto, senderismo y marcha ciclista, atletismo, fútbol, béisbol, sevillanas, tenis, natación.

### **SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS 3º y 4º E.S.O.**



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

Empezamos el curso trabajando sobre la condición física: resistencia aeróbica, flexibilidad. El calentamiento. La respiración. Las posiciones corporales. La nutrición. Deportes alternativos. Los deportes de equipo, los deportes de adversario, los individuales. La acrogimnasia. Las danzas. La expresión corporal. Deporte en el medio natural.

Este es el orden que pretendemos seguir, luego la propia vida y la propia practica determinarán lo más adecuado para cada momento.

## **7.- METODOLOGÍA QUE SE VA A APLICAR**

### **INTRODUCCIÓN.**

La intervención metodológica en el área y materia de Educación Física la entendemos con una clara intencionalidad hacia:

1º Cambiar definitivamente la imagen de una Educación Física orientada al rendimiento, por el de un área que posibilita adquirir unos aprendizajes, susceptibles de ser utilizados fuera del entorno educativo por cualquier persona, independientemente de sus intereses o nivel de rendimiento que presente hacia la práctica de actividad física.

2º Deseamos mantener en nuestros alumnos y alumnas una actitud reflexiva en la práctica, descubriendo que las verdaderas mejoras en este aspecto, si desea alcanzarlas, deben ser fruto de la práctica sistemática de actividad física fuera del espacio de la clase.

3º Entendemos que hay que erradicar definitivamente la idea de una Educación Física exclusiva para los bien dotados físicamente, fruto en gran parte de la posibilidad que los nuevos planteamientos ofrecen a los menos dotados de tener éxito, en un área anteriormente vedada para ellos.

4º Toda nuestra intervención didáctica va a orientarse hacia la toma de conciencia del alumnado de la importancia que para su salud tiene el practicar hábitos saludables, que van a tener una gran relación con la realización de actividad física.

5º El darnos cuenta del aquí y ahora, Habitarnos en el presente. Poner conciencia en todo lo que hago.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## **FASES DE INTERVENCIÓN METODOLÓGICA.**

Para conseguir todos estos planteamientos, nuestro primer punto de referencia se enmarca en una línea constructivista del aprendizaje, tendente a la emancipación del alumnado en la enseñanza. Procuramos respetar en lo posible los ritmos de aprendizaje dentro de un clima participativo y comunicativo. La aproximación de alumnas y alumnos a los contenidos en busca de alcanzar los objetivos previstos, la entendemos en tres fases:

1ª Fase: Información.

2ª Fase: Cooperación.

3ª Fase: Autonomía.

A continuación, desarrollaremos brevemente cada una de estas fases de nuestras intervenciones didácticas:

### **1ª FASE: INFORMACIÓN.**

Ofrecemos a los alumnos y alumnas una primera visión del contenido a desarrollar, tratando de motivarlos para su adquisición.

La información que le suministraremos al alumnado será clara y precisa sobre los aspectos más destacados que se deben tener en cuenta. Esta información será oral, con demostraciones y con la utilización, siempre que sea posible y lo veamos necesario, de medios audiovisuales. Las correcciones serán importantes, tanto de forma individual como colectiva, por lo que nuestra acción en los primeros estadios del aprendizaje será importante para, poco a poco, ir pasando esta labor al propio alumnado, que deberá ir asumiendo responsabilidad en la planificación de sus propias actividades.

Los instrumentos de los que nos serviremos básicamente son:

- \* Ejemplificaciones dirigidas por nosotros y por el alumnado más cualificado.
- \* Propuestas de trabajo de carácter conceptual con un planteamiento informativo.
- \* Estilos de enseñanza que van a propiciar la investigación desde una perspectiva conceptual, al tiempo que desde un modelo previo “Reproductivo” facilitamos a nuestros alumnos y alumnas un acercamiento previo a la información de carácter conceptual.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

Como resumen a esta 1ª fase de actuación metodológica de cara a nuestros alumnos y alumnas, tener en cuenta que:

- Todas las propuestas de actividades de enseñanza y aprendizaje serán planteadas en clase de forma práctica; procurando evitar un trabajo conceptual descontextualizado del planteamiento de práctica desarrollado en clase.
- Fomentaremos la idea de cooperación a la hora de plantear reflexiones críticas sobre el trabajo planteado fomentando la realización de la misma, por parejas o en pequeños grupos.

## **2ª FASE: COOPERACIÓN.**

La intención es tratar de responsabilizar progresivamente al alumnado en la actividad, otorgándole parcelas de actuación y decisión en la misma.

La organización, bien en parejas o grupos será la forma de organización más utilizada dentro de la clase. Estos grupos procuraremos que sean heterogéneos, para aumentar la interacción entre el alumnado, procurando la ayuda mutua entre los compañeros y compañeras.

Para ello, utilizaremos los siguientes instrumentos:

\* Estilos de enseñanza facilitadores de la emancipación de nuestros alumnos y alumnas. En este sentido, somos partidarios de entrar a realizar planteamientos metodológicos enmarcados en el “Trabajo recíproco” y la “Microenseñanza”, especialmente entendemos que esta segunda propuesta puede ser altamente enriquecedora y facilitadora de la emancipación del alumnado.

\* Las propuestas conceptuales de trabajo cooperativo, constituirán, junto a las herramientas descritas con anterioridad, una excelente arma metodológica para que comiencen a poner en práctica sus propios trabajos.

Para este tipo de trabajo, es muy recomendable la organización del grupo de clase en subgrupos de 4-5 alumnos y/o alumnas. Estas agrupaciones las podemos realizar utilizando como referencia dos variables:

1. Nivel de condición física previo.
2. Intereses de los alumnos y alumnas del grupo.

En definitiva, nuestra intención en esta fase se encaminaría hacia:



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

- Provocar progresivamente en nuestros alumnos la responsabilidad e independencia en el trabajo, pasando a actuar nosotros como dinamizadores y facilitadores del aprendizaje.
- Es importante en esta fase, no incurrir en el error de pretender que la responsabilidad global del tiempo de clase recaiga en el alumnado. En este sentido, la actuación del profesorado debe ser complementaria, en la idea de “compartir” el tiempo de clase con el alumnado encargado de plantear las actividades de enseñanza y aprendizaje en sus respectivos subgrupos de trabajo; nos responsabilizaremos de la parte inicial y final de la clase si es responsabilidad del alumnado la realización de la parte principal, o viceversa, si la responsabilidad del alumnado fuera dirigir la parte inicial o final de la clase.
- Siempre que dejemos la responsabilidad parcial del tiempo de clase en manos de nuestro alumnado, habremos corregido previamente la propuesta que el alumnado va a poner en práctica para así, garantizar el buen desarrollo posterior de la clases.

### **3ª FASE: AUTONOMÍA.**

Vendrá a dar sentido a todo nuestro trabajo, ya que desde esta fase la intencionalidad será que los alumnos y alumnas asuman la responsabilidad total de su trabajo en el aula y fuera de la misma. Nuestra labor como docentes se quedará enmarcada en la filosofía de constituirnos en meros facilitadores y orientadores de la actividad.

Para ello, utilizaremos los siguientes instrumentos:

- \* El alumnado tendrán que ir elaborando su plan de trabajo individualizado, tanto para trabajar en el aula como fuera de la misma, llevarla a la práctica y realizar su propia valoración crítica del trabajo realizado. Todo ello, por supuesto, contando con nuestra ayuda siempre que nos la demande.
- \* Desde una perspectiva organizativa, el estilo de enseñanza de “Pequeños grupos” puede resultar de gran eficacia para realizar un trabajo que, además de partir de la identificación y respeto de los diferentes intereses de nuestro alumnado en cuanto a las actividades a realizar, propicie unos agrupamientos que respeten, en la medida de lo posible, los diferentes niveles de ejecución que se van a presentar dentro del grupo.
- \* Además del planteamiento de trabajo en “Pequeños grupos”, la “escenificación” de las diversas propuestas a realizar dentro del tiempo de clase, se plantearán con una filosofía cooperativa que, desde la utilización de la “Microenseñanza” como punto de referencia, obligue a todos los alumnos y alumnas de cada uno de los grupos, a





**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

poner su granito de arena “propuesta de trabajo de desarrollo práctico” en común con sus compañeros y compañeras de subgrupo.

Para finalizar, hemos de puntualizar que, evidentemente, las fases de intervención didáctica expuestas no las llevaremos a cabo exactamente tal y como se han descrito con todos los grupos sino que, por ejemplo, con el primer ciclo de la E.S.O., utilizaremos o nos centraremos fundamentalmente en la primera fase propuesta, utilizando, por tanto, estilos de enseñanza más directivos mientras que, con el segundo ciclo de la E.S.O., empezaremos a introducir también la segunda

fase e, incluso con el último curso de la E.S.O., es decir, con 4º intentaremos plantear la fase de autonomía, siempre que el nivel del grupo nos lo permita, al tratarse del final de una etapa con carácter terminal y utilizando, para ello, estilos de enseñanza que exijan una mayor implicación del alumnado respecto a su propio proceso de aprendizaje (aprender a aprender).

Utilizaremos una metodología activa y participativa.

## **ORGANIZACIÓN TEMPORAL : las lecciones**

Respecto a la distribución temporal de las sesiones, hemos de destacar que todos los cursos tienen las dos horas semanales de Educación Física seguidas. Tal especial circunstancia se debe al desplazamiento que realizamos hasta el polideportivo de la ciudad.

Este peculiar hecho, consideramos que tiene sus ventajas y sus contrapartidas. La contrapartida es que sólo vemos a las alumnas y alumnos un día a la semana, lo cual, resulta demasiado escaso. Pero, por otra parte, al contar con las dos horas seguidas, lo cierto es que tenemos tiempo para desarrollar las sesiones con más tranquilidad, pudiendo afianzar más los conceptos tratados y desarrollar una completa sesión práctica con todas sus partes. Normalmente estructuramos la clase de la siguiente manera:

Trabajo respiratorio.

30' aproximadamente, los dedicamos a introducir contenidos conceptuales:

Escriben, resumen, leen en voz alta. Expresan en voz alta sus conocimientos y sensaciones. Esto lo hacemos cuando no vamos fuera del Instituto para dar las lecciones y los días de lluvia. Además de algún día especial.

Habitualmente vamos al Polideportivo y utilizamos los 30 minutos de la teoría en el desplazamiento.

A continuación, comienza la parte práctica que la estructuramos en:

- Parte introductoria: calentamiento.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

- Parte principal de la sesión: donde ponemos en práctica los contenidos conceptuales y actitudinales dados en los primeros 30'.
- Parte final: vuelta a la calma con ejercicios de estiramientos y reflexión y afianzamiento de todo lo trabajado durante la sesión, haciendo especial hincapié en esta reflexión, en la introducción de contenidos de carácter actitudinal y el trabajo de los valores, si bien, éstos están presentes desde el propio comienzo de la sesión.
- Para finalizar hacemos relajación y visualizaciones.

Para la primera sesión de las 8.30 horas el alumnado que lo desee se incorporará a clase en la Ciudad Deportiva, siempre con la indicación de su profesora.

En aquellas lecciones que finalicen en la Ciudad Deportiva a última hora, alumnas y alumnos se podrán ir directamente a su casa desde allí.

## **8.- EVALUACIÓN**

### **CRITERIOS COMUNES DE EVALUACIÓN (DE ETAPA) APROBADOS POR ESTE CENTRO**

1º- Expresar oralmente y por escrito pensamientos, conceptos, emociones, vivencias y opiniones con sentido crítico y de forma coherente.

2º- Ser competente en la búsqueda y recogida de información siendo capaz de comprender e interpretar cualquier tipo de texto con intencionalidad lingüística y/o creativa y utilizando para ello no sólo el soporte bibliográfico sino otros cauces como *Internet* y otras vías de carácter digital e informático en la elaboración de todo tipo de documentos( apuntes, trabajos; etc.)

3º- Valorar los mensajes lingüísticos orales, escritos, audiovisuales, digitales o en cualquier otro soporte multimedia, elaborados por el alumnado que reflejen la igualdad entre las personas y que contribuyan a la resolución pacífica de conflictos, eliminando estereotipos y expresiones sexistas.

4º- Conocer el funcionamiento de la lengua propia y de otros países y sus normas de uso, aplicándolas adecuadamente según la situación comunicativa y el contexto social y cultural en el que se produce el mensaje.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

5º- Utilizar el conocimiento matemático para organizar, interpretar e intervenir en diversas situaciones de la realidad, utilizando recursos habituales en la sociedad entre los que es preciso destacar los tecnológicos (calculadoras, programas informáticos, etc).

6º- Resolver problemas, controlar los procesos que se están ejecutando y tomar decisiones.

7º- Comunicar ideas matemáticas y utilizar distintas formas de razonamientos usando conceptos y estructuras conceptuales, procedimientos matemáticos, algoritmos y destrezas instrumentales.

8º - Conocer, comprender, aprender y valorar críticamente diferentes manifestaciones culturales y artísticas.

9º - Conocer básicamente las principales técnicas, recursos y convenciones de los diferentes lenguajes artísticos y tener conciencia de la evolución del pensamiento, de las corrientes estéticas, las modas y los gustos.

10º- Valorar y respetar la libertad de expresión, el derecho a la diversidad cultural, la importancia del diálogo intercultural y la realización de experiencias artísticas compartidas.

11º - Conocer, aplicar y utilizar diferentes técnicas de estudio (subrayado, esquemas, resúmenes, etc) para hacer más efectivo el proceso de aprendizaje, desarrollando su autonomía y asimilando nuevas técnicas de estudio.

12º- Tener iniciativa a la hora de indagar e investigar sobre diferentes temas y problemas planteados, mostrando interés por completar y ampliar sus conocimientos y, a la par, ser capaz de trabajar en equipo de forma cooperativa.

13º - Conocer y comprender los principios básicos de la Ciencia y de la Tecnología y utilizar un vocabulario científico sobre la naturaleza, la materia y la implicación del desarrollo tecno-científico para las personas y el medio ambiente.

14º - Conocer las interrelaciones entre ciencia, tecnología y sociedad, la incidencia de la ciencia y la tecnología en la evolución de la humanidad a través de diferentes aplicaciones y los principales problemas medioambientales explicando esto de manera oral y escrita.

15º - Adoptar hábitos saludables para la prevención de enfermedades como obesidad, y el consumo de sustancias nocivas para la salud, como alcohol y tabaco. Así como la importancia de evitar el abuso de medicamentos y la automedicación.

16º - Razonar y organizar la información obtenida, relacionarla, analizarla, sintetizarla y hacer inferencias y deducciones de distinto nivel de complejidad; comprenderla e integrarla en los esquemas previos de conocimiento.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

17º - Comunicar la información y los conocimientos adquiridos empleando recursos expresivos que incorporen, no sólo diferentes lenguajes y técnicas específicas, sino también las posibilidades que ofrecen las tecnologías de la información y la comunicación para resolver problemas reales de forma eficiente.

18º - Respetar las diferencias y el reconocimiento de la igualdad entre los diferentes colectivos practicando el diálogo y la negociación para llegar a acuerdos como forma de resolver los conflictos, tanto en el ámbito personal como en el social.

## **CRITERIOS DE EVALUACIÓN      1º CURSO DE E.S.O.**

- 1º Recopilar actividades, juegos, estiramientos y ejercicios de movilidad articular apropiados para el calentamiento y realizados en clase.
- 2º Identificación de los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida cotidiana.
- 3º Incrementar las cualidades físicas relacionadas con la salud, trabajadas durante el curso respecto a sus niveles iniciales.
- 4º Mejorar la ejecución de los aspectos técnicos fundamentales de un deporte individual, aceptando el nivel alcanzado.
- 5º Realizar la acción motriz oportuna en función de la fase del juego que se desarrolle, ataque o defensa, en el juego o deporte colectivo propuesto.
- 6º Elaborar un mensaje de forma colectiva, mediante técnicas como el mimo, el gesto, la dramatización o la danza y comunicarlo al resto del grupo.
- 7º Seguir las indicaciones de las señales de rastreo de un recorrido por el centro o sus inmediaciones.
- 8º Conocer a los principales deportistas y equipos del deporte nacional, andaluz y local, así como los principales acontecimientos deportivos que se den durante el curso.

## **CRITERIOS DE EVALUACIÓN      2º CURSO DE E.S.O.**

- 1º Incrementar la resistencia aeróbica y la flexibilidad respecto a su nivel inicial.
- 2º Reconocer a través de la práctica, las actividades físicas que se desarrollan en una franja de la frecuencia cardiaca beneficiosa para la salud.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

- 
- 3º Mostrar autocontrol en la aplicación de la fuerza y en la relación con el adversario, ante situaciones de contacto físico en juegos y actividades de lucha.
  - 4º Manifestar actitudes de cooperación, tolerancia y deportividad tanto cuando se adopta el papel de participante o de espectador de un deporte colectivo.
  - 5º Crear y poner en practica una secuencia armónica de movimientos corporales a partir de un ritmo escogido.

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

7ª Conocer a los principales deportistas y equipos del deporte nacional, andaluz y local, así como los principales acontecimientos deportivos que se den durante el curso.

## **CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

## **3º CURSO DE E.S.O.**

- 1º Relacionar las actividades físicas con los efectos que producen en los diferentes aparatos y sistemas del cuerpo humano, especialmente en aquellos que son más relevantes para la salud.
- 2º Incrementar los niveles de resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia a partir del nivel inicial, participando en la selección de ejercicios y actividades en función de los métodos de entrenamientos propios para cada capacidad.
- 3º Realizar ejercicios de acondicionamiento físico atendiendo a criterios de higiene postural como estrategia para la prevención de lesiones.
- 4º Reflexionar sobre la importancia que tiene para la salud una alimentación equilibrada a partir del calculo de la ingesta y el gasto calórico, en base de raciones diarias de cada grupo de alimentos y de las actividades diarias realizadas.
- 5º Resolver situaciones de juego de uno o varios deportes colectivos, aplicando los conocimientos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos.
- 6º Realizar bailes por parejas o grupos, indistintamente con cualquier miembro del mismo, mostrando respeto y desinhibición.
- 7º Completar una actividad de orientación, preferentemente en el medio natural, con la ayuda de un mapa y respetando las normas de seguridad.
- 8º Tener hechas todas las actividades de clase.



**IES SANTO DOMINGO**

*C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)*

*Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976*

*e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)*

*<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>*

---

## **CRITERIOS DE EVALUACIÓN 4º CURSO DE E.S.O.**

- 1º Planificación y puesta en práctica calentamientos autónomos respetando pautas básicas para su planificación y atendiendo a las características de la actividad física que se realizará.
- 2º Analizar los efectos beneficiosos y de prevención que el trabajo regular de resistencia aeróbica, de flexibilidad y de fuerza resistencia supone para el estado de salud.
- 3º Diseñar y llevar a cabo un plan de trabajo de una cualidad física relacionada con la salud, incrementando el propio nivel inicial, a partir del conocimiento de sistemas y métodos de entrenamientos.
- 4º Resolver supuestos prácticos sobre las lesiones que se pueden sufrir en la vida cotidiana, en la práctica de la actividad física y en el deporte, aplicando unas primeras atenciones.
- 5º Manifestar una actitud crítica ante las prácticas y valoraciones que se hacen del deporte y del cuerpo a través de diferentes medios de comunicación.
- 6º Participar en la organización y puesta en marcha de torneos en los que se practicarán deportes y actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.
- 7º Participar de forma desinhibida y constructiva en la creación y realización de actividades expresivas colectivas con soporte musical
- 8º Utilizar los tipos de respiración y las técnicas de métodos de relajación, como medio para la reducción de desequilibrios y el alivio de tensiones provocado por la vida cotidiana.

## **9.- ESTRATEGIAS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE DE ALUMNAS Y ALUMNOS.**



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## **CARACTERÍSTICAS DE LA EVALUACIÓN.**

De modo general, señalamos que el carácter del sistema de evaluación que empleamos en el Departamento de Educación Física, será **continuo e integrador**, es decir, que el sistema de evaluación estará inmerso dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje, para detectar las dificultades que vayan apareciendo en tal proceso, averiguar sus causas y, cuando sea necesario, adaptar las actividades de enseñanza-aprendizaje. En cuanto al carácter integrador, quiere decir que tendremos siempre, como referente, los objetivos de área y los de etapa, en este caso, los objetivos del Área de Educación Física y los objetivos generales de la Enseñanza Secundaria Obligatoria.

Partiendo de estas premisas que la administración educativa establece y, a las cuales, añadimos el carácter **formativo** de la evaluación que también pretendemos que esté presente, hemos desglosado los criterios de evaluación general que emplearemos durante toda la etapa de la E.S.O., para evaluar el aprendizaje de las alumnas y los alumnos teniendo en cuenta, objetivos y contenidos referidos a conceptos, a procedimientos y a actitudes, aunque, por supuesto, sin olvidar nunca el carácter integrador.

## **CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**

1º Asistencia y puntualidad.

2º Interés y actitud en clase. Valorar el grado de participación en clase, el esfuerzo, la colaboración, cooperación, el respeto entre profesorado-alumnado y alumnado-alumnado, el grado de solidaridad y tolerancia.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

3º Grado de cumplimiento de las normas de organización establecidas en las clases: llevar ropa deportiva, no usar elementos como anillos, cadenas, que puedan causar daño al mismo alumnado o a otros compañeros.

Buen uso de las instalaciones y el material utilizado.

Respeto al personal que trabaja en el polideportivo.

4º Orden y claridad en el cuaderno de apuntes de Educación Física.

Tener realizadas todas las actividades teóricas que se pidan.

5º Calidad, creatividad y originalidad, limpieza, tanto en el trabajo práctico como en el teórico.

6º Valoración en las pruebas de contenidos conceptuales.

7º Grado de concienciación y actitud crítica de los efectos de la actividad física: comprobar en qué medida y qué tipo de relación se establece entre la realización de actividades físicas recreativas y de mantenimiento o la mejora de la condición física, de la salud y su contribución a la mejora de la calidad de vida.

8º Grado de creatividad y autonomía en la organización de la actividad física: determinar el nivel de autonomía que alumnas y alumnos van adquiriendo en actividades de calentamiento, planificación de programas individualizados para el desarrollo de la condición física-salud, etc..

9º Valoraremos la participación de actividades complementarias programadas por este Departamento siendo la mayoría obligatorias.

10º A la hora de calificar, tendremos en cuenta el comportamiento general del grupo para que en el caso de que funcione estupendamente como clase, premiarlo mejorando las notas individuales de cada alumna y alumno.

11º Ninguna alumna o alumno se podrá negar a realizar las actividades de clase para poder aprobar la asignatura.

12º Trabajo sobre la CONSTANCIA: tarea de entrenar dos horas semanales para incorporar la practica deportiva a su vida diaria.

Tales criterios, como se puede observar, son generales y serán aplicados para los cursos de la E.S.O.





**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

En el desarrollo curricular de las diferentes unidades didácticas que conforman el currículum de nuestra asignatura para cada curso y que se reflejarán en las programaciones de aula, quedarán especificados los criterios y procedimientos específicos de evaluación que se utilizarán en cada unidad didáctica, los cuales, pondremos en conocimiento del alumnado cada vez que de comienzo una nueva unidad didáctica, haciéndoles en todo momento partícipes del acto de su evaluación.

Para finalizar, tan sólo hemos de puntualizar que en caso de que una alumna o alumno no pueda realizar práctica física durante un periodo de tiempo determinado por el médico, éste será evaluado bajo criterios teóricos, supliéndole aquellos contenidos relacionados con la práctica que no pueda hacer, con la realización de trabajos teóricos referentes a los contenidos prácticos de las sesiones que no pueda desarrollar. En la medida de lo posible, la alumna o el alumno lesionado participará en la realización de las clases haciendo de juezas, árbitras, ayudantes, entrenadoras.....etc.

## **SISTEMA DE CALIFICACIÓN.**

Como así hemos dejado reflejado a la hora de recoger los objetivos y contenido para los diferentes niveles, nuestra área está planteada claramente en bloques de contenidos, independientes entre sí pero que juntos configuran la globalidad de los objetivos que nos planteamos dentro de esta asignatura.

Por lo tanto, y sin olvidar el criterio de evaluación continua que debe caracterizar toda la labor educativa, nos proponemos evaluar cada uno de estos bloques por separado y, como creemos que todos ellos son importantes e imprescindibles para la consecución de los objetivos planteados, valoraremos positivamente que todos el alumnado supere todos los bloques.

Las calificaciones en los diferentes trimestres se obtendrán con las notas que, de los diferentes bloques, se hayan podido recoger durante ese trimestre, con independencia de la nota final que en cada bloque se obtenga.

La calificación final vendrá dada por la media de las notas en los diferentes bloques, siempre que éstos estén superados como mínimo con suficiente.

Aparte de todo lo expuesto anteriormente y teniendo la evaluación continua, entendemos que la nota del alumnado corresponderá al aprovechamiento de las lecciones y el desarrollo conseguido en su aprendizaje ( consecución de los objetivos mínimos al menos.)



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

**La nota de cada trimestre corresponderá a la media de todas las notas recogidas en clase durante todas las lecciones. Estas notas son el resultado de la totalidad del aprendizaje.**

**Las notas de clase corresponden:**

1. A la actitud, presencia en clase, 4 puntos.
2. La condición física del propio alumno o alumna y la práctica deportiva 4 puntos.
3. Valoración de los contenidos teóricos 2 puntos.

Para los cursos de 3º y 4º pasarán una prueba de carrera continua y participarán en la presentación de un montaje grupal de acrogimnasia o danza para tener su aprobado.

Estas actividades son obligatorias para todos y todas las escolares.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## **RECUPERACIÓN DE PENDIENTES.**

Las alumnas o alumnos que tengan suspensa la E.F. del curso anterior al que están cursando, estarán aprobados si aprueban el curso actual y entregan los trabajos que se les piden, uno por trimestre.

## **EXÁMENES EN SEPTIEMBRE**

Con las notas de junio se entrega, al que no superó la materia, los ejercicios prácticos y teóricos que hacen durante el verano, para que en septiembre tengan buena condición física y poderlo demostrar con la superación de los test motores y la ejecución de un deporte, además de una prueba teórica.

## **10.-MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS QUE SE VAYAN A UTILIZAR.**

### **10.1.- LIBROS DE TEXTO QUE SE VAN A SEGUIR.**

Los libros que se utilizarán de referencia serán:

- En 4º de E.S.O. Educación Física Editorial Bruño y Pila Teleña varios autores año 2007.
- En 1º y 2º de ESO se darán por apuntes del profesor.
- Todos los libros del Departamento.
- Periódicos.
- Ordenadores.

### **10.2.- LIBROS RECOMENDADOS DE CONSULTA.**



**IES SANTO DOMINGO**

*C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)*

*Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976*

*e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)*

*<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>*

---

En los propios libros de texto de 4º aparecen en cada unidad

recomendaciones de libros: “Para saber más”

“Estar en forma” editorial Integral.

“ El arte del Chi-Kung” Editorial Gaia.

Todos los libros de texto que están a disposición de los escolares en el departamento.

### **10.3.- LIBROS DE LECTURA RECOMENDABLES.**

Ilusiones, Bach.

Las voces del desierto, para bachiller. Autora Morgan.

Amagi

### **10.3.- MEDIOS INFORMÁTICOS.**

Los alumnos de 1º y 2º de E.S.O. utilizarán para hacer trabajos teóricos los ordenadores personales y los de los demás cursos los que tenemos en el Instituto. Plan T.I.C.

**10.4.- PLAN DE LECTURA** (De acuerdo con lo dispuesto en los artículos 24.7 y 25.5 de la LOE – BOE núm. 106 de 4 de mayo de 2006- y los artículos 4.7, 5.5 y 7.4 del RD 1631/2006 – BOE núm. 5 de 7 de enero de 2007)

### **1º Ciclo de la E.S.O.**

**Las lecturas las hacemos de dos formas:**



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

1. Todas las semanas en la clase se hará una lectura y anotaremos el resumen en el cuaderno de clase. Está ya programada desde el inicio de curso. También anotaremos el significado de palabras desconocidas.
2. Ocasionalmente se hará lecturas de temas de actualidad deportiva: de deportes minoritarios, noticias de deportes locales, de ámbito internacional como campeonatos del mundo, de Europa, noticias de violencia deportiva, etc
3. En el bloque de expresión corporal, se hará lecturas de obras de teatro.  
Dramatizaciones leídas:  
La última pirueta de José Luis Alonso de Santos

### **1º de E.S.O.**

**Las lecturas que están programadas para este curso son las siguientes:**

(son artículos sacados de la prensa diaria o semanal, todos con cierta relación con el tema dado).

- Desayuno, un aporte vital.
- Ahorrar agua y reciclar.
- El ruido.
- Aceptar a los demás.
- Beneficios que nos proporciona el caminar.
- La lectura como conocimiento de uno mismo.
- La seguridad en la practica deportiva.
- Actitud positiva ante la vida.
- El aburrimiento.
- El valor energético de los hidratos de carbono.
- El cuidado del cuerpo es nuestra responsabilidad.
- Gandhi.
- Adiós a las armas.
- Actividad en la naturaleza y vida saludable.
- A tanto por partido.
- La danza.
- Albergues en la naturaleza.
- El padre Kolbe
- Modalidades acuáticas.
- La inmigración.
- Historia del Maratón.
- El esfuerzo.
- Lecturas como conocimiento del mundo.
- El juego como método para aumentar las capacidades físicas.
- El espíritu de equipo.
- Espectáculos deportivos, agresividad y violencia.

### **2º de E.S.O.**

**Las lecturas programadas para segundo son las siguientes:**

- Las capacidades físicas como termómetro de la salud.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

- 
- ¿ Por qué los adolescentes no deben beber alcohol.?
  - Disfrutar con otros es más importante que ganar.
  - La tolerancia.
  - Salud y calidad de vida.
  - Beneficios del consumo de pescado.
  - El cáncer de piel aumenta cada año en España un 10%.
  - Alimentación para una vida saludable.
  - El poder nutritivo de las proteínas.
  - El espíritu del juego.
  - Imagen corporal y salud.
  - La alergia.
  - Turismo ecológico.
  - El material adecuado para una marcha.
  - Alimentación saludable.
  - César Pérez de Tudela.
  - No existen las dietas milagros.
  - La información y el espíritu crítico.
  - Bob Beamon y Carl Lewis.
  - Maratonianos españoles.
  - Adolescencia y relaciones familiares.
  - Violencia nociva.
  - EL esfuerzo.
  - El deporte vehículo de entendimiento.
  - Importancia social del fútbol.
  - Del “Águila de Toledo” al pentacampeón de tour.

## **SEGUNDO CICLO:**

### **3º de E.S.O.**

Leemos en voz alta, recogemos la idea principal del texto por escrito y la expresamos oralmente: relatos por los que empiezan los temas del libro ( E. F. 4º de Bruño) sobre los valores en la E.F. Lo haremos al empezar cada tema.

En clase se lee lo que escribe el propio alumnado sobre deportes y técnicas de la actividad físico deportiva. Sobre sus sensaciones y sentimientos. Además de alguna parte del libro de texto.

Insistimos en la entonación de la lectura, en el ritmo y en la vocalización.

Lo que trabajamos sobre todo es que todo el alumnado se entere de lo que lee, o leen en voz alta los demás.

La idea es transmitirle la importancia del uso de la voz para captar la atención del oyente.

Libro recomendado de lectura: ilusiones, por Bach.

### **4º de E.S.O.**



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

Leemos y expresamos de forma verbal la introducción de los bloques temáticos del libro de texto de 4º de Editorial Bruño.

Al menos una vez al mes leeremos artículos de prensa que resulten atractivos, impactantes o llamativos para el alumnado que se encargará de traerlos y elegirlos.

Trabajaremos con artículos y libros de actividades físico-deportivas poco conocidas.

¿Como utilizar la voz para captar la atención del oyente?

De Paulo Coelho recomendamos el libro de El Alquimista.

## **EVALUACIÓN DE LA LECTURA.**

En clase de EF trabajaremos sobre aprender a leer.... leyendo.

Leen en voz alta, se les pide que expliquen lo que leyeron, que saquen la idea principal del texto y que la escriban en sus cuadernos. También haremos un vocabulario con las palabras desconocidas y frases de dichas palabras.. Que saquen conclusiones de la lectura y la escriban .

**La evaluación consiste en que hagan lo mejor que saben lo que pedimos en clase, que se impliquen y participen. Esto hace que mejoremos.**

Tenemos en cuenta que el tiempo dedicado en nuestra asignatura a leer es relativamente poco, puesto que intentamos dedicar la mayor parte de las lecciones a movernos, que es el objetivo principal de esta asignatura.

## **ITINERARIO LECTOR**

**1º Eso “ Ilusiones” de Richard Bach.**

**Las goleadoras no se rinden. Laura Gallego Gª.**

**2º ESO El sueño de Iván. Roberto Santiago.**

**3º ESO “El alquimista” Paulo Coelho.**

**Cracks. Danilo Díaz**

**4º ESO “Las voces del desierto” Morgan.**

**La lluvia sabe porqué. Mª Fernanda Heredia.**



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## **10.4.- OTROS RECURSOS DIDÁCTICOS A UTILIZAR.**

### **INSTALACIONES Y PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE O LESIÓN DEL ALUMNADO.**

En primer lugar, respecto a las instalaciones, mencionar que nuestro centro cuenta con un pequeño gimnasio que aunque no se ajusta, en absoluto, a los ideales de espacio, ubicación y características, permite el desarrollo de las sesiones prácticas de parte de las unidades didácticas programadas, para las demás, el grupo se desplaza en autobús y/o caminando hasta el polideportivo de la ciudad donde contamos con buenas instalaciones deportivas exteriores, así como con un aula donde desarrollamos la parte teórica de la sesión.

En el presente curso, el profesorado acompañará al alumnado en los desplazamientos en autobús escolar o caminando, con la única responsabilidad de informar y velar por el correcto comportamiento de alumnas y alumnos durante los mismos.

Además tenemos en cuenta que “estamos solos” en el polideportivo, es decir, que en caso de que alguna alumna o alumno impida el normal desarrollo de las clases, no podemos pedir ayuda a nuestros compis, puesto que no tenemos cerca al profesorado de guardia que se tendría que encargar de ella o de él y que, además, en caso de accidentes o lesiones mientras las alumnas y alumnos están practicando, tampoco podemos pedir ayuda inmediata al profesorado de guardia, al no haber ninguno en el polideportivo, teniendo que seguirse un protocolo de actuación no habitual por esta circunstancia. Tal protocolo de actuación ante accidente o lesión de una alumna o alumno en la ciudad deportiva será el siguiente:

**“Si durante la realización de la clase de Educación Física en la Ciudad Deportiva, una alumna o alumno sufriera algún accidente o lesión, al no haber en la instalación profesor de guardia, se seguirá el procedimiento de actuación que rige en la Ciudad Deportiva ante tales supuestos, es decir, la alumna o alumno será atendida por el personal facultativo con el que se cuenta en la instalación (ATS), el cual, valorará el alcance de la lesión y la tratará y/o decidirá la conveniencia o no de su traslado a un centro sanitario. El profesorado de Educación Física informará, a través del teléfono, al profesorado de guardia o miembro del equipo directivo de lo acontecido para que éstos, a su vez, lo comuniquen al padre o la madre de la alumna o alumno lesionado-accidentado”.**





**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

**En caso de no haber personal sanitario en la Ciudad Deportiva en el momento de producirse la lesión , el profesorado llamará por teléfono al equipo directivo para que se tomen las medidas oportunas, salvo caso de accidente muy grave que requiera la actuación y decisión inmediata del profesorado.**

Para finalizar, queremos también exponer que, con el objetivo de desarrollar un aprendizaje más significativo y de calidad de ciertos contenidos de la programación (actividades físicas en el medio natural, condición física y salud, habilidades deportivas), en ciertas ocasiones, las sesiones se realizarán en los espacios siguientes: playa y paseo marítimo de la Puntilla hasta Puerto Sherry y playa de la Muralla, instalaciones deportivas del Coto de la Isleta ( rocódromo), parque Calderón, la propia ciudad como circuito para caminar, playa de Valdelagrana, pinares de las zonas de la Puntilla y Puerto Sherry, y algunas otras que nos convenga o nos parezcan adecuadas al momento.

Nos desplazaremos habitualmente en autobús escolar, de línea, en bici o caminando y corriendo.

## **EVALUACIÓN INICIAL PRUEBA DE COMPETENCIA CURRICULAR PARA 1º DE E.S.O.**

### **OBJETIVO:**

1. Valorar el nivel inicial motor de los alumnos y las alumnas.

### **CONTENIDOS:**

1. Percepción espacial y temporal.
2. Coordinación.
3. Equilibrio
4. Lanzamientos, recepciones.
5. Expresión y ritmo.

### **ACTITUDES:**

1. Compañerismo.
2. Des inhibición.
3. Esfuerzo.
4. Tolerancia.
5. Cooperación



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

## **PROCEDIMIENTOS:**

1. Lanzar una pelota al aire y cogerla antes de que de el segundo bote.
2. Botar con derecha e izquierda.
3. Salto a la comba.
4. Andar sobre un banco sueco invertido.
5. Dar un salto con caída correcta.
6. En carrera suave hacer giros a derecha e izquierda.
7. Por parejas en desplazamiento se van lanzando una pelota.
8. Transmitir algo mediante mímica.
9. Seguir un ritmo con la parte indicada del cuerpo.
10. Explica que es un calentamiento.
11. Señala dos deportes individuales y dos colectivos.
12. ¿ Que significa estar en forma.?
13. ¿ Practica alguna actividad deportiva fuera de clase.?

Todo el alumnado de primero de E.S.O. aprueban el test de nivel inicial, ya que todas estas prácticas la desarrollan ellos en su vida cotidiana , la primaria potencia todos estos objetivos que suelen desarrollarse naturalmente.

La forma de atender a la diversidad por cuestiones médicas es con adaptaciones no significativa , recogidas en la programación.

## **MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.**

Nuestro Departamento cuenta con una serie de materiales didácticos que hemos ido adquiriendo a lo largo de los años con el presupuesto que curso tras curso se nos ha ido asignando.

Hemos de señalar que nuestro Departamento, aún no ha recibido la dotación prefijada por la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía para los Departamentos de Educación Física de los Centros de Enseñanza Secundaria (antiguos institutos de bachillerato), en la cual, se incluyen materiales muy costosos tales como colchonetas y otros ...de los cuales adolecemos. Desde hace varios años, estamos insistiendo al equipo directivo para que, a su vez, insista en los órganos competentes de la Delegación de Educación Provincial de Cádiz para que nos suministren tal dotación de material.

**Las instalaciones y material de que disponemos están bastante deteriorados: suelo del gimnasio, las puertas principales y la del almacén, las colchonetas, el suelo del almacén, las mesas de tenis de mesa. etc**  
**El cuarto pequeño del material tiene un grave problema de humedad.**



**IES SANTO DOMINGO**

*C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)*

*Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976*

*e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)*

*<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>*

---

## **Hay que empezar a solucionar estas deficiencias.**

Para el desarrollo práctico de los contenidos a impartir en los diferentes niveles, contamos con el siguiente material didáctico para cada uno de los distintos contenidos:

### **CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD:**

- 20 colchonetas finas. Muy deterioradas. Necesitamos reponer 20.
- 1 plinto.
- 1 trampolín.
- Cintas métricas.
- Picas.
- Cuerdas. Están muy usadas. Conviene reponerlas.
- Pivotes o conos.
- Cintas de vídeo de condición física.
- Una boya.

Necesitaríamos, de manera urgente para poder desarrollar con éxito todos los contenidos previstos de condición física, el siguiente material:

- Más colchonetas de buena calidad.

### **HABILIDADES DEPORTIVAS:**

- Balones de fútbol, de balonmano, de voleibol, de baloncesto y de goma grandes.
- Discos voladores.
- Material de Shutteball.
- Raquetas de bádminton y volantes.
- Pelotas de tenis.
- Cometas.
- Palas de plástico y pelotas.
- Equipos de tenis de mesa. Al menos dos mesas más vendrían bien.
- Cintas de vídeo de iniciación a diferentes deportes.

Para el desarrollo práctico de los contenidos a tratar durante este curso respecto a este bloque de contenidos, necesitamos adquirir el siguiente material:



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

- 
- Materiales para la práctica de juegos populares y de juegos y deportes alternativos.
  - Dianas, arcos, flechas, dardos.
  - Materiales para la construcción de bolas de malabares.
  - Balones.

## **RITMO Y EXPRESIÓN:**

- C.D de relajación.
- CD de Música.
- Equipo de música.

En cuanto a este bloque, necesitamos adquirir:

CD y DVD con música de aerobio, de bailes de salón, de danzas del mundo, bachata, ambiental...

## **ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL:**

- Brújulas.

Respecto a éste último bloque de contenidos, sería oportuno que empezáramos a adquirir material como:

- Cuerdas de escalada.
- Arnesees.
- Ochos.
- Tiendas de acampada.
- Mochilas de marcha.
- Sacos de dormir.

En cuanto al material bibliográfico, hemos de mencionar que el Departamento cuenta con una serie de libros a disposición de todas las personas que quieran leerlos y devolverlos.

También sería conveniente y oportuno adquirir más libros, sobre todo, referentes a los bloques de contenidos de ritmo y expresión corporal y actividades en la naturaleza, que son de los que estamos más escasos.

Libros de aprendizaje emocional.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

Por último, tan sólo destacar que en este curso, se trabajarán los contenidos conceptuales y algunos de los actitudinales y procedimentales de los niveles de 3º y 4º de E.S.O. con libros de distintas editoriales para los niveles mencionados, además de la editorial mencionada Bruño.

Los niveles de 1º y 2º de E.S.O. trabajarán los contenidos conceptuales con material elaborado por el propio profesor de la asignatura.

## **11.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES QUE SE PROPONEN REALIZAR.**

### **11.1.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS A REALIZAR Y SU VINCULACIÓN AL DISEÑO CURRICULAR DE LA MATERIA.**

Durante el horario lectivo, proponemos la realización de las siguientes actividades complementarias:

#### **1º ESO:**

**1º Realización de un curso de natación organizado por la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de El Puerto de Santa María.** Durante 5 días (una hora cada día) y en horario lectivo, las alumnas y alumnos se desplazan a la piscina cubierta de la ciudad para realizar actividades acuáticas. Esta actividad la solicitaremos para los grupos del primer ciclo de la E.S.O. También podremos organizar esta actividad desde el departamento y para todos los niveles.

**2º Realización de salidas de senderismo por el entorno natural de nuestra ciudad para el desarrollo práctico del contenido senderismo.**

**3º Realización de salidas para la práctica de actividades náuticas en el entorno de nuestra ciudad o en otros lugares:** vela, piragüismo, windsurf, surf, etc.

**4º Actividades organizadas por el Ayuntamiento de El Puerto de Santa María** hemos solicitado distintas actividades y realizaremos las que nos conceda y al gusto de las alumnas y alumnos.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

**5º Salida al Coto de la Isleta para realizar actividades de escalada, pádel, patinaje y skate, para todos los niveles.**

Estas actividades son obligatorias. La alumna o alumno que justifique la falta y el que no haya venido, deberán hacer un trabajo relacionado con el tema trabajado durante la jornada en la que se produjo la falta.

Esta es la propuesta y las realizaremos en la medida de lo posible y siempre con la colaboración y ayuda del equipo directivo.

## **2º ESO**

**1º Realización de un curso de natación organizado por la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de El Puerto de Santa María.** Durante 5 días (una hora cada día) y en horario lectivo, los alumnos se desplazan a la piscina cubierta de la ciudad para realizar actividades acuáticas. Esta actividad la solicitaremos para los grupos del primer ciclo de la E.S.O. También podremos organizar esta actividad desde el departamento y para todos los niveles.

**2º Realización de salidas de senderismo por el entorno natural de nuestra ciudad para el desarrollo práctico del contenido senderismo.**

**3º Realización de salidas para la práctica de actividades náuticas en el entorno de nuestra ciudad o en otros lugares:** vela, piragüismo, windsurf, surf, etc.

**4º Actividades organizadas por el Ayuntamiento de El Puerto de Santa María** hemos solicitado distintas actividades y realizaremos las que nos conceda.

**5º Salida al Coto de la Isleta para realizar actividades de escalada, pádel, patinaje y skate.** Todos los niveles.

**6º Iniciación al tiro con arco.**

Estas actividades son obligatorias. La alumna o alumno que justifique la falta y el que no haya venido, deberán hacer un trabajo relacionado con el tema trabajado durante la jornada en la que se produjo la falta.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

Esta es la propuesta y las realizaremos en la medida de lo posible y siempre con la colaboración y ayuda del equipo directivo

### **3º ESO**

**1º Realización de salidas en bicicleta todo terreno por el entorno y a las instalaciones de la Ciudad Deportiva durante el desarrollo práctico de esta unidad didáctica.**

**2º Realización de circuitos de orientación en el entorno urbano y natural para el desarrollo práctico de esta unidad didáctica.**

**3º Realización de salidas de senderismo por el entorno natural de nuestra ciudad para el desarrollo práctico del contenido “senderismo”.**

**4º Realización de salidas para la práctica de actividades náuticas en el entorno de nuestra ciudad o en otros lugares : vela, piragüismo, windsurf ,etc.**

**5º Jornadas para practicar yoga, chi-kung, taichi, capoira, mimo, pilates, siatsu, Do-In, distintos tipos de danzas entre las que incluimos la dramatización flamenca, danzas del mundo, bailes de salón, danza oriental, bachata y salsa, además cualquier otra actividad de este tipo que consideremos oportunas.**

Vendrán profesionales a impartir estas materias colaborando con el profesorado.

**6º Actividades organizadas por el Ayuntamiento de El Puerto de Santa María** hemos solicitado distintas actividades y realizaremos las que nos conceda. Danza y Esgrima hemos solicitado este curso.

**7º En colaboración con el departamento de música** haremos clases de cha-cha-chá. Coreografías para el día de Andalucía.

**8º Salida al Coto de la Isleta para realizar actividades de escalada, pádel, patinaje y skate, para todos los niveles.**

**9º Clases de natación en la piscina Municipal.**

**10º Iniciación al tiro con arco.**



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

**11º Celebrando la Constitución:** Una clase de danza del mundo para los 3º y los 4º y una para los dos grupos juntos, en colaboración con el Departamento de Música.

**12º Visita al huerto solidario de Madre Coraje** en colaboración con el Departamento de Actividades Extraescolares. Sobre marzo, para tercer curso.

Estas actividades son obligatorias. La alumna o alumno que justifique la falta y el que no haya venido, deberá hacer un trabajo relacionado con el tema trabajado durante la jornada en la que se produjo la falta.

Esta es la propuesta y las realizaremos en la medida de lo posible y siempre con la colaboración y ayuda del equipo directivo.

#### **4º ESO**

**1º Realización de salidas en bicicleta todo terreno por el entorno y a las instalaciones de la Ciudad Deportiva** durante el desarrollo práctico de esta unidad didáctica.

**2º Realización de circuitos de orientación en el entorno urbano y natural** para el desarrollo práctico de esta unidad didáctica.

**3º Realización de salidas de senderismo por el entorno natural de nuestra ciudad** para el desarrollo práctico del contenido senderismo.

**4º Realización de salidas para la práctica de actividades náuticas en el entorno de nuestra ciudad o en otros lugares** : vela, piragüismo, windsurf ,etc.

**5º Jornadas para practicar yoga, chi-kung, taichi, capoira, mimo, pilates, siatsu, Do-In,** distintos tipos de danzas entre las que incluimos la dramatización flamenca, danzas del mundo, bailes de salón, danza oriental, bachata y salsa, además cualquier otra actividad de este tipo que consideremos oportunas.  
En colaboración con el departamento de música y con ingles, haremos Danzas del Mundo.





**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

Vendrán profesionales a impartir estas materias colaborando con el profesorado.

**7º Actividades organizadas por el Ayuntamiento de El Puerto de Santa María** hemos solicitado distintas actividades y realizaremos las que nos conceda.

**8º En colaboración con el departamento de música** : haremos clases de cha-cha-chá y coreografías para el día de Andalucía.

**9º Salida al Coto de la Isleta Isleta para realizar actividades de escalada, pádel, patinaje y skate, etc.,** para todos los niveles.

**12º Visita a un centro deportivo para conocer sus instalaciones y hacer alguna actividad de las que ofertan. Posiblemente en Jerez.**

**13º Iniciación al tiro con arco.**

**14º Celebrando la Constitución:** Una clase de danza del mundo para los 3º y 4º de música, y una para los tres grupos juntos, en colaboración con el departamento de música.

**15º Excursiones por la la playa en colaboración con el departamento de ciencias y para todos los niveles.**

Estas actividades son obligatorias. La alumna o alumno que justifique la falta y la o el que no haya venido, hará un trabajo relacionado con el tema trabajado durante la jornada en la que se produjo la falta.

Esta es la propuesta y las realizaremos en la medida de lo posible y siempre con la colaboración y ayuda del equipo directivo.

Todos los cursos en horario de clase pueden ir a los Pinares, a la playa, en ruta por el río, a Puerto Sherry y algún otro que nos parezca oportuno y adecuado.

## **11.2.- ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES A REALIZAR.**



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## Para todos los niveles.

Respecto a actividades extraescolares, veremos la posibilidad de realizar algunas de las siguientes:

**1º Actividades deportivas y acuáticas en la playa.** Salidas de un día o varios días (según los cursos que nos oferten) para la realización de diferentes deportes acuáticos a realizar en el mar como: piragüismo, remo, vela, windsurf,... Se intentará que cada nivel realice una actividad acuática diferente.

**2º Salida y permanencia 2-3 días en la sierra de Grazalema** u otra población o Centro de Recursos Ambientales, para realizar diferentes actividades en la naturaleza (senderismo, acampada, escalada, rapel, etc.). . Podrá realizarse si surge alguna oferta interesante para el alumnado.

**3º Iniciación a los deportes de nieve: esquí alpino en Sierra Nevada.** Se ofrecerá a las alumnas y alumnos de segundo ciclo de la E.S.O. dos o tres días para la iniciación en el esquí alpino.

**4º Actividades que oferte la Diputación:** vela, golf u otras que nos interesasen.

**5º Visita a un jardín botánico.**

**6º Acercarnos a los caballos:** Visitar algunas cuadras. Asistir al espectáculo “Como bailan los caballos andaluces”. Montar a caballo.

**7º Iniciación al tiro con arco.**

**8º Iniciación al patinaje sobre hielo (Pista sintética) 1º Curso ESO**

Como se puede observar, varias de las actividades propuestas están relacionadas con el bloque de contenidos de Actividades en el Medio Natural, para, de este modo, poner en práctica en el medio natural real, varios de los contenidos de este bloque que se tratarán previamente en el centro.

Se tiene previsto que la mayoría de ellas se desarrollen, durante el 2º trimestre y comienzos del tercer trimestre, al ser este el que más se ajusta desde el punto de vista de la climatología a las condiciones idóneas para la realización de algunas de las actividades propuestas.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

Todas estas actividades son las que prevemos posibles, ya veremos las que se pueden concretar.

A lo largo del curso nos llegan ofertas de otras actividades, si nos parecieran interesantes y factibles las incluiríamos en la programación.

## **12.- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.**

En primer lugar, la consideración del proyecto curricular como abierto y flexible, va a permitir la elaboración de programaciones didácticas y de aula que incorporen recursos y estrategias variadas para dar respuesta a la gran diversidad del alumnado, a través de propuestas de trabajos diferentes, materiales no homogéneos, agrupamientos flexibles, ritmos diferentes,... Se trata, en definitiva, de adaptar el currículum a las necesidades individuales de determinados alumnos y alumnas, con planteamientos distintos a los establecidos con carácter general.

Con tales adaptaciones, aseguramos que, cualquier alumna o alumno con una discapacidad, sea del grado que sea y del tipo que sea (motriz, intelectual, sensorial, emocional o económica) pueda participar, como el resto de sus compañeras y compañeros, en el mismo aula, intentando desarrollar al máximo sus posibilidades, su inteligencia, personalidad y autonomía.

Desde el departamento, tenemos bien claro que, en la medida de nuestras posibilidades y conocimientos, intentaremos integrar al máximo posible a las alumnas y alumnos que presente “diferencias” de cualquier tipo: económicas, religiosas, idiosincrásicas, étnicas, físicas, etc. Incluir a todas y todos, es nuestro lema. Somos únicos y diferentes, con el mismo derecho de recibir atención y amor. Somos iguales en la diferencia. Abogamos por una escuela inclusiva.

A continuación, vamos a plasmar una serie de propuestas de actuaciones generales para atender a la diversidad del alumnado:

**1º Adaptaciones curriculares no significativas:** Van a constituir las principales adaptaciones que vamos a desarrollar en nuestra área-materia para atender a la diversidad. Realizaremos:

a) Adaptaciones a nivel organizativo: Utilizaremos, siempre que sea posible y necesario, estilos de enseñanza donde las alumnas y alumnos se van a agrupar en función de sus intereses, de su nivel de condición física, de su destreza ante la práctica de un determinado deporte,...para así adaptarnos a las diferentes posibilidades y limitaciones de nuestros alumnas y alumnos.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

b) Adaptaciones en las actividades de aprendizaje propuestas para el alumnado. Así por ejemplo, en el presente curso y, según un cuestionario inicial que pasamos a nuestro alumnado, tenemos algunos y algunas que presentan una deficiencia fisiológica, concretamente respiratoria, alergias, para los cuales, adaptaremos aquellas actividades que sean necesarias para que siempre, la actividad física que se realice en clase les resulte beneficiosa para su problema en cuestión y nunca perjudicial. Se evita por esto los trabajos de resistencia anaeróbica y velocidad prolongada.

En general insistimos mucho en que cada persona siga su propio ritmo y no vaya más allá en el esfuerzo de lo que le resulte beneficioso para su salud.

Otro de los problemas que presentan algunas de nuestras alumnas y alumnos son las desviaciones de la columna vertebral. Para los cuales adaptaremos, cuando sea necesario, las actividades prácticas a realizar para evitarles mayores problemas en su dolencia y fomentaremos actividades prácticas que les beneficien: Caminar. Utilizar el lado derecho e izquierdo de cuerpo por igual. Trabajo de la musculatura abdominal. Ejercicios de movilidad articular. Dar preponderancia en la actividad al lado “débil” del cuerpo (izquierdo o derecho). Cuidamos la higiene postural.

Aunque en realidad sabemos que la mayor parte de estas dolencias tienen que ver con la “carga familiar” llevamos en la espalda a nuestros antepasados.

## **2º Adaptaciones curriculares significativas.**

Este curso no hace falta.

## **12.1.- PROGRAMAS DE REFUERZO DE APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS (PENDIENTES).**

En primer lugar, respecto al alumnado de la E.S.O. destacar que al estar presente nuestra área a lo largo de todos los cuatro cursos de esta etapa y con los mismos bloques de contenidos, consideraremos siempre que aquel alumno o alumna que, teniendo una calificación negativa en nuestra área en un determinado curso anterior al que está cursando, logrará el aprobado en tal curso siempre que logre obtener una calificación positiva en el curso actual y con la entrega de trabajos trimestrales.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## **13.- MEDIDAS DE MEJORA A IMPLEMENTAR CON MOTIVO DE LAS PRUEBAS DE DIAGNÓSTICO.**

Como consecuencia de la prueba de diagnóstico hemos establecido el Plan de Lectura.

### **PLAN DE LECTURA**

En buena medida los conocimientos que adquiere un estudiante le llegan a través de la lectura. Durante el proceso de aprendizaje hasta el final de su vida laboral, necesitará leer una variada gama de textos para apropiarse de diferentes conocimientos. De ahí que las últimas directrices educativas den una importancia relevante a la **práctica de la lectura y su aprendizaje** como contribución directa a la **Competencia Básica de “aprender a aprender”** entre otras.

Hasta el curso pasado nuestro instituto llevó a cabo el programa “Plan de Lectura y Biblioteca”. Ya ha terminado su periodo de desarrollo y nos encontramos en una situación nueva: todo lo relativo a lectura deja de ser un programa específico y pasa a formar parte de las programaciones de cada materia como uno más de sus contenidos. Según parece, pronto habrá alguna normativa específica, a día de hoy solo hay un adelanto referido a la biblioteca.

Lo cierto es que en el nuevo ROC se especifican (art. 29.4 sobre programaciones y art. 92.2 sobre departamentos de coordinación didáctica) algunos de los extremos sobre la lectura en la práctica docente. En resumen, en las programaciones didácticas hay que incluir *“actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura”* en las de **Bachillerato** y en el caso de la **ESO** *“medidas para estimular el interés y el hábito de la lectura”*: **trabajar, de**



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

**forma medible, cuantificable y evaluable, la comprensión lectora (en su forma inferencial) desde todas las áreas y/o departamentos.”**

.....

Por lectura entendemos “Un proceso de interacción entre el lector y el texto, proceso mediante el cual el primero intenta satisfacer [obtener una información pertinente para] los objetivos que guían su lectura”. En definitiva leer es fundamentalmente comprender, la base para adquirir todo tipo de conocimientos.

Podemos distinguir tres niveles en el proceso de competencia lectora

-Un primer nivel de lectura es **decodificar** el texto (traducir a sonidos o a sus equivalentes mentales los signos del código en que está elaborado el texto). Solo decodificar no es suficiente para consumir el proceso, aunque se necesita decodificar para comprender y leer.

-Un segundo nivel es la **comprender** literalmente los signos decodificados y las relaciones, sintácticas y semánticas, que se dan entre ellos. Si la lectura de los textos se quedara en este nivel difícilmente podrían contribuir al desarrollo de la competencia de aprender a aprender, pues partes importantes de lo contenido en un texto no alcanzaría al lector, la comprensión del texto sería incompleta.

-Un tercer nivel sería **inferir** ( los significados contenidos en un texto como forma de acceder a una competencia comprensiva plena. Es decir, deducir e interpretar emociones, sentimientos, impresiones, ideas y pensamientos contenidos en los textos, de manera que la interacción entre lector y texto sea completa.

La integración de los tres niveles con sus diferentes grados de abstracción y complejidad abarca muchos formatos textuales posibles, que hemos de explorar para evitar que nuestro alumnado viva la experiencia lectora en su centro escolar como algo rigurosamente “académico”, en el sentido de algo correcto y frío, que observa con rigor normas clásicas, alejado de la realidad y de sus intereses. Es decir, ha de estar integrado con naturalidad en el currículum, definido en las correspondientes programaciones y evaluado como un elemento más en dicho currículum.

Entre los posibles formatos de lectura por definir mencionaremos los siguientes: fragmentos/obras completas, individual/colectiva, dramatizada, libre/dirigida, lingüística/ no lingüística/mixta, etc.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

Trabajar la comprensión lectora mediante *inferencias* supone recuperar y organizar la información de un texto para vincularla con los conocimientos previos de las alumnas/os “establecer conexiones lógicas entre los datos proporcionados por el texto y aquellos con los que cuenta el lector. Con ellos se da sentido a las palabras y enunciados que se presentan”, (Ana Claudia Sánchez “El enfoque inferencial de la lectura”, *Revista de educación uruguaya “Niño en obra”*).

Nuestra tarea como docentes consistirá en formular cuestiones que desafíen al alumnado a recuperar la información implícita y explícita contenida en los textos en tres momentos:

-Prelectura: formulando hipótesis predictivas sobre el título, la portada, las ilustraciones, etc.

-Durante la lectura: rechazando las predicciones que han resultado falsas, formulando de nuevo hipótesis sobre la continuación o el final, ordenando un texto presentado en fragmentos, etc.

-Tras la lectura: Reflexionando sobre lo leído, escribiendo una opinión de forma individual, poniendo en relación lo leído con el currículum, etc.

## **1º Ciclo de la E.S.O.**

### **Las lecturas las hacemos de dos formas:**

1. Todas las semanas en la clase se hará una lectura y anotaremos el resumen en el cuaderno de clase. Está ya programada desde el inicio de curso. También anotaremos el significado de palabras desconocidas.
2. Ocasionalmente se hará lecturas de temas de actualidad deportiva: de deportes minoritarios, noticias de deportes locales, de ámbito internacional como campeonatos del mundo, de Europa, noticias de violencia deportiva, etc
3. En el bloque de expresión corporal, se hará lecturas de obras de teatro.  
Dramatizaciones leídas:  
La última pirueta de José Luis Alonso de Santos

## **1º de E.S.O.**

### **Las lecturas que están programadas para este curso son las siguientes:**

( son artículos sacados de la prensa diaria o semanal, todos con cierta relación con el tema dado.)



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

- 
- Desayuno, un aporte vital.
  - Ahorrar agua y reciclar.
  - El ruido.
  - Aceptar a los demás.
  - Beneficios que nos proporciona el caminar.
  - La lectura como conocimiento de uno mismo.
  - La seguridad en la practica deportiva.
  - Actitud positiva ante la vida.
  - El aburrimiento.
  - El valor energético de los hidratos de carbono.
  - El cuidado del cuerpo es nuestra responsabilidad.
  - Gandhi.
  - Adiós a las armas.
  - Actividad en la naturaleza y vida saludable.
  - A tanto por partido.
  - La danza.
  - Albergues en la naturaleza.
  - El padre Kolbe
  - Modalidades acuáticas.
  - La inmigración.
  - Historia del Maratón.
  - El esfuerzo.
  - 
  - Lecturas como conocimiento del mundo.
  - El juego como método para aumentar las capacidades físicas.
  - El espíritu de equipo.
  - Espectáculos deportivos, agresividad y violencia.

## **2º de E.S.O.**

### **Las lecturas programadas para segundo son las siguientes:**

- Las capacidades físicas como termómetro de la salud.
- ¿ Por qué los adolescentes no deben beber alcohol.?
- Disfrutar con otros es más importante que ganar.
- La tolerancia.
- Salud y calidad de vida.
- Beneficios del consumo de pescado.
- El cáncer de piel aumenta cada año en España un 10%.
- Alimentación para una vida saludable.
- El poder nutritivo de las proteínas.
- El espíritu del juego.
- Imagen corporal y salud.
- La alergia.
- Turismo ecológico.





**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

- 
- El material adecuado para una marcha.
  - Alimentación saludable.
  - César Pérez de Tudela.
  - No existen las dietas milagros.
  - La información y el espíritu crítico.
  - Bob Beamon y Carl Lewis.
  - Maratonianos españoles.
  - Adolescencia y relaciones familiares.
  - Violencia nociva.
  - EL esfuerzo.
  - El deporte vehículo de entendimiento.
  - Importancia social del fútbol.
  - Del “Águila de Toledo” al pentacampeón de tour.

## **SEGUNDO CICLO:**

### **3º de E.S.O.**

Leemos, recogemos la idea principal del texto por escrito y la expresamos oralmente:

En clase se lee lo que escribe el propio alumnado sobre deportes y técnicas de la actividad física. También artículos relacionados con los componentes de las felicidad: salud, recreación, naturaleza, emociones, etc.

Leemos de diferentes libros de texto.

Valoramos la “escucha activa”, la vocalización, el sentido del ritmo y entonación además de la comprensión del texto.

### **4º de E.S.O.**

Leemos y expresamos de forma verbal la introducción de los bloques temáticos de los libros de texto.

Al menos una vez al mes leeremos artículos de prensa que resulten atractivos, impactantes o llamativos para el alumnado que se encargará de traerlo y elegirlos.

Trabajaremos con artículos y libros de actividades físico-deportivas poco conocidas y temas que le sorprendan a las alumnas y alumnos.

## **EVALUACIÓN DE LAS LECTURAS.**

En clase de E.F. trabajaremos sobre aprender a leer... leyendo.

Leen en voz alta, se les pide que expliquen lo que leyeron, la idea principal del texto y que la escriban en sus cuadernos. También haremos un vocabulario con las



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

palabras desconocidas y frases de dichas palabras.. Que saquen conclusiones de la lectura y las escriban.

La evaluación consiste en que hagan lo mejor que sepan lo que pedimos en clase, que se impliquen y que participen y en la corrección de sus cuadernos.

## **14.- PROCEDIMIENTO DE ACTUALIZACIÓN Y SEGUIMIENTO DE LA PRESENTE PROGRAMACIÓN.**

Durante las reuniones semanales de Departamento, iremos analizando como se va desarrollando la programación del curso actual en todos sus aspectos. Tras este análisis tendremos una copia de la programación en el ordenador que iremos trabajando, para cambiar aspectos que no se ajusten a la realidad, que no podamos realizar por las circunstancias que sean, que tengamos que cambiar para mejorarlo o porque veamos otras formas más positivas de llevarlos a la practica.... en definitiva iremos cambiando todo aquello que tengamos que cambiar, para tener una base más real para el próximo curso y para este.

Con respecto al trabajo de **GÉNERO** seguiremos incorporando el lenguaje no sexista a nuestras clases, en los escritos. Nombrando a la mujer.

Revisaremos la utilización del espacio del gimnasio y las mesas de ping.pong en las lecciones y en los recreos para que sea equitativo entre chicos y chicas.

Daremos prioridad al trabajo sobre lo femenino : Creatividad, danza expresión corporal, baile, paseos por la naturaleza, etc., para equilibrar la cantidad de años que hemos trabajado la competitividad y el “machaque”.

La idea es fortalecer la visibilidad de la mujer en la sociedad actual, desarrollar las



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

actividades con las que disfruta y valorarlas al igual que las demás.

Organizaremos un taller de Género para la ESO , relacionado con el deporte y la

mujer., además de hacer uno básico para los de 1º y 2º de ESO. Intentaremos que vengan especialista a darlos.

**Conclusión: Si queremos mejorar la educación,** bajo nuestro punto de vista , **habrá que reducir el número de alumnos y alumnas por grupo.**

**Incorporar más profesoras y profesores a los institutos y colegios.**

**Reducir el número de horas lectivas por cada profesor o profesora.**

Hacer cursos para el profesorado sobre desarrollo personal, técnicas de mejora de la comunicación, inteligencia emocional.

Incentivar al profesorado de diferentes formas, por ejemplo, año sabático después de trabajar 8 cursos. Se nos puede incentivar, motivar, de muchas maneras.

Mejorar las instalaciones, servicios y material didáctico de muchos centros de enseñanza. Nuestras instalaciones son muy muy muy mejorables.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

Nuestro modelo de Educación es Inclusivo, en donde

Aprendemos a Conocer

Aprendemos a Hacer

Aprendemos a Vivir Juntos

Aprendemos a Ser.

Feliz curso 2014-15

<b>PROGRAMACIONES DIDÁCTICAS DE LAS MATERIAS</b>	
<b>CURSO ACADÉMICO:</b>	<b>2014/15</b>
<b>DEPARTAMENTO:</b>	<b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>
<b>MATERIA:</b>	<b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>

## **Bachillerato**

En este curso escolar el trabajo “subterráneo “ con las alumnas y los alumnos será ayudarles a que tengan confianza en sí mismos, autoestima y que sean perseverantes a la hora de conseguir sus sueños y desarrollar sus capacidades, desde una fenomenal condición física.

Queremos transmitirles la pasión por la vida y el disfrute, las ganas de hacer ejercicio para encontrarse con gente y descubrir sus propia valía. La conciencia en el aquí y ahora.

### **1.- OBJETIVOS DE LA ETAPA**



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

El artículo 4 del Decreto 416/2008 indica que esta etapa educativa contribuirá a que los alumnos/as de esta comunidad autónoma desarrollen una serie de saberes, capacidades, hábitos, actitudes y valores que les permita alcanzar, entre otros, los siguientes objetivos:

- Las habilidades necesarias para contribuir a que se desenvuelvan con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan, participando con actitudes solidarias, tolerantes y libres de prejuicios.
- La capacidad para aprender por sí mismo, para trabajar en equipo y para analizar de forma crítica las desigualdades existentes e impulsar la igualdad, en particular, entre hombres y mujeres.
- La capacidad para aplicar técnicas de investigación para el estudio de diferentes situaciones que se presenten en el desarrollo del currículo.
- El conocimiento y aprecio por las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades, así como entender la diversidad lingüística y cultural como un derecho y un valor de los pueblos y los individuos en el mundo actual, cambiante y globalizado.
- El conocimiento, valoración y respeto por el patrimonio natural, cultural e histórico de España y de Andalucía, fomentando su conservación y mejora.

Este mismo decreto hace mención, también en su artículo 4, a que el alumnado debe alcanzar los objetivos indicados en la LOE para esta etapa educativa (artículo 33), y que son los siguientes:

- Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución española así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.
- Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas con discapacidad.
- Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su Comunidad Autónoma.
- Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
- Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
- Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
- Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

- Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.
- Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.

## **2.- OBJETIVOS DE LA MATERIA**

La enseñanza de la Educación física en el bachillerato tendrá como objetivo el desarrollo de las siguientes capacidades:

1. Conocer y valorar los efectos positivos de la práctica regular de la actividad física en el desarrollo personal y social, facilitando la mejora de la salud y la calidad de vida.
2. Elaborar y poner en práctica un programa de actividad física y salud, incrementando las cualidades físicas implicadas, a partir de la evaluación del estado inicial.
3. Organizar y participar en actividades físicas como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas.
4. Resolver situaciones motrices deportivas, dando prioridad a la toma de decisiones y utilizando elementos técnicos aprendidos en la etapa anterior.
5. Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural, demostrando actitudes que contribuyan a su conservación.
6. Adoptar una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva.
7. Diseñar y practicar, en pequeños grupos, composiciones con o sin base musical, como medio de expresión y de comunicación.
8. Utilizar de forma autónoma la actividad física y las técnicas de relajación como medio de conocimiento personal y como recurso para reducir desequilibrios y tensiones producidas en la vida diaria.

## **3.- CONTENIDOS**

1.Actividad física y salud:

- Beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud.
- Aceptación de la responsabilidad en el mantenimiento y mejora de la condición física.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

- 
- Realización de pruebas de evaluación de la condición física saludable.
  - Ejecución de sistemas y métodos para el desarrollo de la condición física.
  - Planificación del trabajo de las cualidades físicas relacionadas con la salud.
  - Elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, atendiendo a la frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad.
  - Análisis de la influencia de los hábitos sociales positivos: alimentación adecuada, descanso y estilo de vida activo.
  - Análisis e influencia de los hábitos sociales negativos: sedentarismo, drogadicción, alcoholismo, tabaquismo, etcétera.
  - Aplicación de diferentes métodos y técnicas de relajación.

## 2. Actividad física, deporte y tiempo libre:

- El deporte como fenómeno social y cultural.
- Progreso en los fundamentos técnicos y principios tácticos de alguno de los deportes practicados en la etapa anterior.
- Realización de juegos y deportes, con manejo de un implemento.
- Organización y participación en torneos deportivorecreativos de los diferentes deportes practicados.
- Valoración de los aspectos de relación, trabajo en equipo y juego limpio en las actividades físicas y deportes.
- Realización de actividades físicas, utilizando la música como apoyo rítmico.
- Elaboración y representación de una composición corporal individual o colectiva.
- Reconocimiento del valor expresivo y comunicativo de las actividades practicadas.
- Colaboración en la organización y realización de actividades en el medio natural.
- Análisis de las salidas profesionales relacionadas con la actividad física y el deporte.
- Uso de las tecnologías de la información y la comunicación para la ampliación de conocimientos relativos a la materia.

Además de estos contenidos del B.O.E. el BOJA lo amplía con todo lo que añadimos a continuación, sobre contenidos, metodología y evaluación.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

### **Núcleos temáticos.**

Los contenidos de esta materia se presentan agrupados en dos grandes núcleos temáticos:

1. Cultura para la salud dinámica.
2. Cultura para la utilización constructiva del ocio.

Relevancia y sentido educativo.

En la sociedad actual cada vez preocupan más los comportamientos de numerosos adolescentes, que contribuyen a la larga a provocar deficitarios estados de salud y bienestar (consumo de alcohol y tabaco, inadecuada alimentación, sedentarismo, etc.). El ámbito educativo no puede ser ajeno a esta realidad social, que requiere ser atendida con diligencia con propuestas orientadas a la mejora integral de la salud del alumnado, pues el estilo de vida adquirido al final de la adolescencia tiende a estabilizarse en la edad adulta.

En este sentido, el área de Educación Física debe asumir el desarrollo de las competencias en materia de salud, vinculadas más directamente con la práctica de la actividad física. Su idoneidad se encuentra en su singularidad, pues posibilita complementar la necesaria toma de conciencia con la acción, además de la relación directa que muchos de los contenidos que la conforman poseen con la promoción de la salud.

Generar hábitos saludables de vida y actividad física en el alumnado es, por tanto, una finalidad primordial del profesorado de esta materia, presentando la salud como una responsabilidad individual y colectiva. Además, se debe potenciar el desarrollo autónomo de los componentes saludables de la condición física y la adopción por el alumnado de actitudes críticas ante las prácticas sociales que inciden negativamente en la salud.

Contenidos y problemáticas relevantes.

Son muchos los contenidos que pueden abordarse en el marco de este núcleo temático, destacando entre ellos los siguientes:

- Beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud.
- Aceptación de la responsabilidad en el mantenimiento y mejora de la condición física desde la realización autónoma de pruebas de evaluación de la condición física saludable.
- Planificación del trabajo de las cualidades físicas relacionadas con la salud y correcta ejecución de sistemas y métodos para su desarrollo.
- Elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, atendiendo a la frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad.
- Análisis de la influencia de los hábitos sociales positivos





**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

(alimentación adecuada, descanso y estilo de vida activo) y negativos (sedentarismo, drogadicción, alcoholismo, tabaquismo, etc.) en la práctica de actividad física saludable.

- Aplicación de diferentes métodos y técnicas de relajación.

Como problemáticas relevantes se pueden plantear, entre otras, las siguientes: ¿Qué motivos pueden llevar a una persona a no practicar actividad físico-deportiva?, ¿qué perjuicios pueden derivarse de una actividad física mal orientada?, ¿qué relación existe entre la condición física y la salud?, ¿qué relación debe existir entre dieta y actividad física?, etc.

Interacción con otros núcleos temáticos y de actividades. Este núcleo temático se encuentra Últimamente relacionado con el de «Cultura para la utilización constructiva del ocio ya que al ser un factor que condiciona la salud, puede ser modificado con la práctica de la actividad física. Por ello, los contenidos de este núcleo temático se presentan teniendo como referencia los juegos y deportes, el ritmo, la expresión y la comunicación corporal y las posibilidades de utilización del entorno natural. Asimismo, se posibilita que el alumnado incorpore la actividad físico-deportiva en su tiempo libre.

### **Sugerencias sobre metodología y utilización de recursos.**

Se buscará que el alumnado comprenda los factores que determinan la salud, y la forma de modificarlos y potenciarlos, así como que interiorice actitudes y hábitos básicos desde la perspectiva de la promoción de la salud y de la prevención.

El desarrollo de estos contenidos no se entiende si no es conectándolos con la vida del alumnado fuera del ámbito escolar. Con ese fin habrá que potenciar la adopción de compromisos que favorezcan la adquisición de hábitos saludables y la modificación de aquellos otros que perjudiquen su salud. Para ello, se favorecerá una educación emancipadora y autogestionada, en la que el alumno o alumna no requiera de la permanente tutela y vigilancia de nadie ajeno a ellos mismos. Es importante establecer procesos de reflexión que desarrollen una conciencia crítica, que ayude al alumnado a discernir con autonomía y responsabilidad en cuestiones de salud y que potencie, a su vez, el trabajo cooperativo entre los compañeros y compañeras para la construcción y desarrollo de proyectos de salud que incidan en su entorno más cercano.

El profesor o la profesora deben convertirse en guías, facilitadores o mediadores del aprendizaje del alumnado, teniendo siempre presente las ventajas que el uso de las TIC le pueden aportar. Además, tendrán que implicarse activamente en la construcción de espacios de encuentro e intercambio con el alumnado que doten de suficiente significatividad las propuestas y planteamientos que éste les presente.

El trabajo con los alumnos y alumnas debe ajustarse



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

a sus posibilidades y orientarles en función de las características y condiciones biológicas, psíquicas y socioeconómicas. Por ello, la estructuración de los niveles de enseñanza dentro del grupo de clase debe ser un aspecto prioritario que conduzca a una verdadera adecuación de las tareas a las diferencias y peculiaridades del alumnado. El diseño de actuación en el proceso de enseñanza-aprendizaje, ha de tener un marcado carácter investigativo, tanto por parte del profesorado como del alumnado. Entendida la investigación en educación, como indagación sistemática, realizada dentro del proyecto educativo, que introduzca el análisis y la reflexión en los procesos de las acciones del alumnado.

### **Criterios de valoración de los aprendizajes.**

Para la evaluación del alumnado se deben tener en cuenta aspectos como la adopción de compromisos que favorezcan el desarrollo de hábitos saludables de vida y actividad física como, por ejemplo, la elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, utilizando las variables de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad, que contemple alguna de las técnicas de relajación aprendidas, tomando conciencia de los beneficios que reporta para la mejora de la salud. De igual modo, se puede valorar la construcción de proyectos cooperativos que promocionen la salud en el ámbito escolar, familiar o comunitario.

### **2. Cultura para la utilización constructiva del ocio.**

Relevancia y sentido educativo.

La Educación Física en esta etapa educativa debe también facilitar al alumnado conocimientos y recursos organizativos para ocupar el tiempo de ocio de una manera constructiva, con actividades físico-deportivas recreativas y adaptadas, que sean el reflejo de una convivencia real entre géneros que comparten con normalidad espacios e intereses lúdicos y no necesariamente competitivos. Es también importante en esta etapa fomentar la actitud crítica para reflexionar sobre los valores que nuestra sociedad asigna al mundo de la actividad física y el fenómeno deportivo, evitando la manipulación por intereses ajenos a los propios principios. Desde el conocimiento de sí mismos y sus posibilidades de expresar, deben trabajar aspectos como la espontaneidad, la liberación en la respuesta, el descubrimiento personal, los desbloqueos, la relajación psíquica, etc., introduciendo la danza como actividad educativa, recreativa y creativa. Asimismo, se debe fomentar el interés por conocer nuevas formas de ocupar el tiempo de ocio en entornos naturales diferentes a los habituales y profundizar en el conocimiento de las actividades que pueden realizarse en los mismos.

No se debe olvidar que el conocimiento del patrimonio lúdico andaluz y de los bailes propios de la comunidad, entendidos



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

como actividades motrices tradicionales construidos históricamente, se hace imprescindible para entender la cultura andaluza y valorarla como seña de identidad. Es necesario subrayar la dimensión comunicativa que todo movimiento posee y que deberá desarrollarse junto con otros códigos y lenguajes. Con este núcleo de contenidos se pretende que todos los alumnos y alumnas adquieran un desarrollo integral que les permita sentirse satisfechos con su propia identidad personal.

La contribución a que el alumnado adquiera el desarrollo integral a que se acaba de hacer referencia se puede hacer desde tres ámbitos principales:

- a) Desde los juegos y los deportes.
- b) Desde el ritmo, la expresión y la comunicación corporal.
- c) En el entorno natural.

a) Desde los juegos y deportes.

Los contenidos en este ámbito se relacionan con:

- Perfeccionamiento de los medios técnico-tácticos y de los principios fundamentales de ataque y defensa de un deporte ya iniciado en la etapa anterior, respetando los distintos puntos de partida existentes en el alumnado.
  
- Aprendizaje de las técnicas básicas y conocimiento de las reglas de los juegos y los deportes, que desarrolle la capacidad de construir y practicar juegos deportivos de manera autónoma.
- Práctica de técnicas específicas de actividades de pala o raqueta, transfiriendo para su aprendizaje los principios fundamentales de los deportes de cancha dividida, ya practicados en la etapa anterior.
- Análisis de las salidas profesionales relacionadas con la actividad físico-deportiva para aquellos alumnos y alumnas que, después de los conocimientos, capacidades y experiencias motrices adquiridos, deseen continuar completando sus estudios con esta orientación profesional
- Valoración de la incidencia de la práctica habitual de un deporte en la salud.
- Desarrollo de la actitud crítica y autocrítica ante las actividades deportivas, desde los papeles de participante, espectador y consumidor, revisando los valores y actitudes que nuestra sociedad les otorga, haciendo evidente que en esta etapa sigue siendo posible una práctica físico deportiva: recreativa, integradora, saludable, no sexista y capaz de mejorar las relaciones interpersonales de los participantes sin que las exigencias de ejecución motriz sean un obstáculo para nadie.
- Comprensión y vivencia de las actividades lúdicas tradicionales como elementos de la cultura, apreciando



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

la influencia del contexto en las distintas épocas y profundizando en los valores que aporta a la convivencia, al conocimiento y respeto de diferentes culturas, a la solidaridad, tolerancia, comprensión, etc.

b) Desde el ritmo, la expresión y la comunicación corporal.

Los contenidos se relacionan con:

- El desarrollo de capacidades que permitan al alumnado explorar la utilización del cuerpo para experimentar diversas posibilidades de forma gratificante, tanto en relación consigo mismo como con los demás. Es necesario pues, que el cuerpo no quede reducido a respuestas únicamente perceptivas o motoras, sino que implique elementos comunicativos, afectivos y recreativos.
- La realización de actividades donde estén implicados tanto los contenidos expresivo-comunicativos básicos como los contenidos expresivo-comunicativos resultantes dando lugar a diferentes composiciones tanto individuales como grupales.
- El conocimiento y desarrollo de las diferentes manifestaciones dancadas tanto estructuradas como no estructuradas.
- El desarrollo y aplicación de distintas técnicas expresivo-comunicativas para enriquecer las posibilidades de respuesta creativa.
- La realización de actividades físicas utilizando la música para reforzar la práctica, como elemento de apoyo rítmico, valorando su repercusión positiva en el rendimiento conseguido.
- El reconocimiento del valor expresivo, comunicativo y cultural de las actividades practicadas como contribución al desarrollo integral de la persona.

c) En el entorno natural.

Los contenidos se relacionan con:

- Aspectos generales y específicos que se deben considerar en la organización de actividades en el medio natural.
- El perfeccionamiento y profundización en actividades específicas del medio natural: senderismo, orientación, acampada, iniciación a la escalada.
- La valoración de las actividades físicas en el medio como instrumento para la ocupación constructiva del ocio y la mejora de la salud dinámica.
- El fomento de una actitud crítica ante los problemas medioambientales de su entorno inmediato, próximo y lejano.
- La planificación y organización de actividades en el medio natural
- El conocimiento de lugares e instalaciones para la práctica



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

adecuada de actividades físicas en su tiempo de ocio.

Problemáticas relevantes.

Se pueden señalar como tales, entre otras, las siguientes:

- Influencia de los medios de comunicación en el deporte.
- Actividad física en el medio natural y sostenibilidad.
- Género y actividad física.
- Influencia del valor social de cuerpo como elemento de expresión y comunicación.
- Desconocimiento del patrimonio lúdico-cultural andaluz.
- Utilización política de la actividad físico-deportiva.

### **Interacción con otros núcleos temáticos y de actividades.**

La interacción se realizará preferentemente con el núcleo de la salud dinámica, toda vez que parece conveniente que todas las actividades realizadas en la práctica asuman como eje transversal el fomento de la salud. Por otra parte no debemos olvidar que el fenómeno deportivo ocupa un lugar relevante en nuestra sociedad y está sometido a la presión de muchos sectores que tratan de conferirle intereses significativos de rendimiento económico, de imagen corporal, de comportamientos éticos derivados de valores y contravalores asociados, como producto de consumo, de identidad política, de estatus social, como modelo de salud, etc. Por esta razón, debe ser tratado desde una perspectiva interdisciplinar que relacione su conocimiento y práctica con todas las conexiones naturales de su perfil, es decir, con la mejora de las relaciones sociales en general y de género en particular, con el respeto del medio ambiente, con una idea saludable de la condición física, con una sensibilidad especial a las características idiosincrásicas de un determinado entorno, con sus características léxicas y terminológicas, con sus posibilidades estéticas, creativas y expresivas, etc. Sólo de esta manera podrá abordarse el deporte de forma crítica, evitando reproducir sus características más estereotipadas, negativas y dudosas.

Partiendo de la concepción de que las funciones del movimiento son varias, hay que tener presente que la función estética-comunicativa debe vincularse y estar presente en las restantes respuestas motoras, enriqueciendo así la acción motriz del alumno y alumna. Asimismo, los contenidos expresivos comunicativos (especialmente las danzas) y los juegos tradicionales contribuyen a la adquisición y competencia cultural y artística, pudiéndose considerar como parte del patrimonio cultural de los pueblos; esto nos ofrece la posibilidad de un trabajo interdisciplinar con otras ramas del conocimiento especialmente aquellas vinculadas a las Ciencias Sociales.

### **Sugerencias sobre metodología y utilización de recursos.**

En esta etapa se pretende consolidar todas las actividades



**IES SANTO DOMINGO**

*C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)*

*Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976*

*e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)*

*<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>*

---

que potencien la salud dinámica y profundizar en el conocimiento y desarrollo de la conducta motriz del alumnado, avanzando sobre lo tratado sobre estos aspectos a lo largo de todas las etapas de la educación obligatoria.

Se pretende asimismo de manera general, el perfeccionamiento de las habilidades motrices (expresivas, deportivas y relativas al medio natural), para que contribuyan a la mejora de su calidad de vida y a la utilización activa del tiempo de ocio. La significatividad del aprendizaje dependerá en gran parte de la selección que se haga de los contenidos más significativos para el alumnado, lo que generará una motivación hacia la adquisición de los mismos. La funcionalidad que se dé a los contenidos hará que puedan ser utilizados cuando las circunstancias lo exijan.

Los intereses del alumnado han ido definiéndose a lo largo de las etapas anteriores, por lo que es aconsejable ofrecer actividades comunes y otras diversificadas atendiendo a los diferentes niveles de intereses y de aptitudes.

La parte común incluirá los aspectos de funcionalidad para todos los alumnos y alumnas que inciden en su vida social. Se refiere a elementos de salud física, a los hábitos de ejercicio físico y de práctica deportiva o recreativa, como medio de inserción social y al empleo constructivo del ocio. La parte de diversificación del currículo, tendrá en cuenta las condiciones climáticas, ambientales, sociales y culturales, del lugar en que se ubique el centro.

Es preciso dar a la actividad física un enfoque ambiental, que promueva una pedagogía constructivista, que consiga logros específicos de conservación de espacios y de utilización de otros espacios físicos para la clase, entendiendo el entorno físico, como un contexto de aprendizaje.

Este enfoque ambiental tiene que ser contemplado como la comprensión y actuación sobre el medio que le rodea, concebido asimismo como conjunto integrado por la doble vertiente social y natural: el entorno inmediato se manifestará con un planteamiento de escuela abierta a otros escenarios educativos, como propuesta de síntesis entre los distintos tiempos pedagógicos: el entorno próximo, a través de su conocimiento y posibilidades de utilización, así como su articulación con otras disciplinas, y el entorno lejano, como un nuevo planteamiento de organización espacio-temporal del aula, dónde puedan tener lugar aprendizajes significativos y funcionales para nuestros alumnos y alumnas, al manejar las variables de diferentes contextos físico-naturales-sociales.

En coherencia con las características más naturales de la práctica de los juegos y deportes, se considera que para su aprendizaje se deberá conjugar el trabajo autónomo, como ejemplo de competencia y desarrollo personal y, el trabajo colaborativo, como ejemplo de construcción e intercambio en el grupo. Ambas estrategias deberán poner a prueba la capacidad para resolver problemas en situaciones individuales y



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

grupales. El aprendizaje entre iguales se convierte así en una oportunidad necesaria y válida para, simultáneamente, aportar al grupo lo mejor de cada uno y enriquecerse del mismo, recibiendo lo mejor de los demás. Los retos cognitivo-motrices de estos contenidos, al plantearse de forma colaborativa, son retos de entendimiento y convivencia que sirven de ensayo para el normal funcionamiento de una sociedad democrática, en la que la participación, toma de decisiones, respeto a las diferencias, libertad de expresión, solidaridad, corresponsabilidad, etc., serán valores que se irán asentando.

El acceso y uso de las fuentes de información que proporcionan las nuevas tecnologías serán recursos importantes que ayudarán al conocimiento y comprensión de los contenidos en cualquiera de sus facetas y en la búsqueda de soluciones a los distintos problemas que en torno a ellos se nos planteen.

Por último no olvidar el papel que las TIC desempeñan en las relaciones sociales de nuestros alumnos y alumnas y para la construcción autónoma del aprendizaje. Los foros, el «chat, la utilización en línea de los recursos, deben comenzar a ser estrategias habituales de nuestra práctica curricular.

### **Criterios de valoración de los aprendizajes.**

El profesorado valorará en el alumnado los siguientes aspectos:

- Ser capaz de diseñar y organizar actividades de carácter físico-recreativas para el empleo del tiempo libre, adaptadas a la heterogeneidad de un grupo de clase y utilizando los recursos disponibles en el centro y en el entorno próximo.
- Mostrar en situaciones de práctica que se es capaz de convivir con los mismos valores que exige la convivencia democrática en un contexto social cotidiano, es decir, participando con libertad, responsabilidad, solidaridad, respeto, honestidad, justicia, etc.
- Demostrar que se ha adquirido un cierto grado de ética y cultura deportiva, sometiendo a reflexión crítica los comportamientos y actitudes derivados de las actuaciones propias y ajenas desde las funciones de participante, consumidor y espectador del deporte.
- Investigar en el contexto familiar y social sobre las danzas y juegos tradicionales realizados por diferentes generaciones y los aspectos socioculturales asociados a ellos.
- Valorar la comprensión que el alumnado tiene sobre las bases de una actividad física respetuosa con el medio que colabora a su sostenibilidad.

Asimismo, ha de comprobarse cómo se adecuan y se utilizan los recursos expresivos en relación a las respuestas motrices dadas por el alumnado. Se trata pues de constatar cómo, a través de los gestos y de la postura



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

corporal, los alumnos y alumnas consiguen transmitir sentimientos o ideas, representar personajes o historias de forma espontánea y creativa y en qué medida son capaces de interpretar las representaciones de los otros.

#### **4.- SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS**

1-Actividad física y salud: -Pruebas de condición física (test motores: Índice de Ruffier-Dickson, Cooper en 12 minutos. Treinta minutos de carrera continua,.....,etc)

- Trabajo sobre la flexibilidad, fuerza resistencia, resistencia aeróbica.
- Técnica de los mil pasos.
- Respiración abdominal, completa e invertida.
- Relajación y visualización con diferentes técnicas.
- Yoga, chi-kung, taichi.
- Acrogimnasia.

2-Actividad física ,deporte y tiempo libre: Torneo de fútbol a siete, palas en la playa, torneo de tenis mesa, hockey, béisbol, baloncesto, rugby, indíaca, ultima te, futvoley, peleas en la playa, tiro con arco, cometas....etc.

3- Ritmo, la expresión y la comunicación corporal.

Realización de un montaje coreográfico con música y elementos de acrogimnasia para enero. Se hará una selección para presentarlo el día de Andalucía en el salón de actos. En colaboración con el departamento de música.

Sevillanas y danzas del mundo.

Imitaciones de los compañeros.

4- El entorno natural: Bicicletas, piraguas, cometas, raid de aventuras, senderismo y paseos por los bosques.

Todos los alumnos y las alumnas exponen un tema teórico practico a sus compañeros y compañeras relacionado con la actividad física recreativa y saludable. Este ejercicio es obligatorio.





**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

La temporalización se llevará a cabo comenzando por la preparación física, la acrogimnasia y el yoga. Seguimos con los hábitos saludables de alimentación, higiene postural y el ejercicio físico deportivo recreativo.

Después con los deportes: tenis de mesa, baloncesto, fútbol, tiro con arco.... etc. Continuamos con el montaje expresivo y las danzas, para acabar el curso con las actividades en medio natural: raid, senderismo, baños en la playa, piragüismo.... etc

Esta es una idea general de la temporalización. Intentamos elegir la mejor opción de clase para cada momento dado: en época de exámenes trabajamos más ligeramente la intensidad del ejercicio físico y damos más cabida a la relajación. Días de lluvia hacemos tenis de mesa, acrogimnasia, danza.. etc . Por todo esto vamos adaptando continuamente la temporalización., vaya, la programación. Hay que tener en cuenta que la mayor parte de las lecciones se dan al aire libre y dependemos mucho de las condiciones climáticas.

## **5.- METODOLOGÍA QUE SE VA A APLICAR**

### **INTRODUCCIÓN.**

La intervención metodológica en el área y materia de Educación Física la entendemos con una clara intencionalidad hacia:

1º Cambiar definitivamente la imagen de una Educación Física orientada al rendimiento, por el de un área que posibilita adquirir unos aprendizajes, susceptibles de ser utilizados fuera del entorno educativo por cualquier persona, independientemente de sus intereses o nivel de rendimiento que presente hacia la práctica de actividad física.

2º Deseamos mantener en nuestros alumnos y alumnas una actitud reflexiva en la práctica, descubriendo que las verdaderas mejoras en este aspecto, si desea alcanzarlas, deben ser fruto de la práctica sistemática de actividad física fuera del espacio de la clase.

3º Entendemos que hay que erradicar definitivamente la idea de una Educación Física exclusiva para los bien dotados físicamente, fruto en gran parte de la posibilidad que los nuevos planteamientos ofrecen a los menos dotados de tener éxito, en un área anteriormente vedada para ellos.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

4º Toda nuestra intervención didáctica va a orientarse hacia la toma de conciencia del alumnado de la importancia que para su salud tiene el practicar hábitos saludables, que van a tener una gran relación con la realización de actividad física y con tener una mejor calidad de vida.

## **FASES DE INTERVENCIÓN METODOLÓGICA.**

Para conseguir todos estos planteamientos, nuestro primer punto de referencia se enmarca en una línea constructivista del aprendizaje, tendente a la emancipación del alumnado en la enseñanza; procuramos respetar en lo posible los ritmos de aprendizaje dentro de un clima participativo y comunicativo. La aproximación del alumnado a los contenidos en busca de alcanzar los objetivos previstos, la entendemos en tres fases:

1ª Fase: Información.

2ª Fase: Cooperación.

3ª Fase: Autonomía.

A continuación, desarrollaremos brevemente cada una de estas fases de nuestras intervenciones didácticas:

### **1ª FASE: INFORMACIÓN.**

Ofrecemos a los alumnos y alumnas una primera visión del contenido a desarrollar, tratando de motivarlos para su adquisición.

La información que suministraremos al alumnado será clara y precisa sobre los aspectos más destacados que se deben tener en cuenta. Esta información será oral, con demostraciones y con la utilización, siempre que sea posible y lo veamos necesario, de medios audiovisuales. Las correcciones serán importantes, tanto de forma individual como colectiva, por lo que nuestra acción en los primeros estadios del aprendizaje será importante para, poco a poco, ir pasando esta labor al propio alumnado, que deberán ir asumiendo responsabilidad en la planificación de sus propias actividades.

Los instrumentos de los que nos serviremos básicamente son:

- \* Ejemplificaciones dirigidas por nosotros y con alumnos y alumnas.
- \* Propuestas de trabajo de carácter conceptual con un planteamiento informativo.



• Estilos de enseñanza que van a propiciar la investigación desde una perspectiva conceptual, al tiempo que desde un modelo previo “Reproductivo” facilitamos a nuestros alumnos y alumnas un acercamiento previo a la información de carácter conceptual.

Como resumen a esta 1ª fase de actuación metodológica de cara a nuestros alumnos y alumnas, tener en cuenta que:

- Todas las propuestas de actividades de enseñanza y aprendizaje serán planteadas en clase de forma práctica; procurando evitar un trabajo conceptual descontextualizado del planteamiento de práctica desarrollado en clase.
- Fomentaremos la idea de cooperación a la hora de plantear reflexiones críticas sobre el trabajo planteado fomentando la realización de la misma, por parejas o en pequeños grupos.

## **2ª FASE: COOPERACIÓN.**

La intención es tratar de responsabilizar progresivamente al alumnado en la actividad, otorgándole parcelas de actuación y decisión en la misma.

La organización, bien en parejas o grupos será la forma de organización más utilizada dentro de la clase. Estos grupos procuraremos que sean heterogéneos, para aumentar la interacción entre el alumnado, procurando la ayuda mutua entre todos y todas.

Para ello, utilizaremos los siguientes instrumentos:

- \* Estilos de enseñanza facilitadores de la emancipación de nuestros alumnos y alumnas. En este sentido, somos partidarios de entrar a realizar planteamientos metodológicos enmarcados en el “Trabajo recíproco” y la “Microenseñanza”, especialmente entendemos que esta segunda propuesta puede ser altamente enriquecedora y facilitadora de la emancipación del alumnado.
- \* Las propuestas conceptuales de trabajo cooperativo, constituirán, junto a las herramientas descritas con anterioridad, una excelente arma metodológica para que comiencen a poner en práctica sus propios trabajos.



Para este tipo de trabajo, es muy recomendable la organización del grupo de clase en subgrupos de 3-4-5 alumnos y/o alumnas. Estas agrupaciones las podemos realizar utilizando como referencia dos variables:

- a) Nivel de condición física previo.
- b) Intereses de los alumnos y alumnas del grupo.

En definitiva, nuestra intención en esta fase se encaminaría hacia:

- Provocar progresivamente en nuestro alumnado la responsabilidad e independencia en el trabajo, pasando a actuar nosotros como dinamizadores y facilitadores del aprendizaje.
- Es importante en esta fase, no incurrir en el error de pretender que la responsabilidad global del tiempo de clase recaiga en el alumnado. En este sentido, la actuación del profesorado debe ser complementaria, en la idea de “compartir” el tiempo de clase con los alumnos encargados de plantear las actividades de enseñanza y aprendizaje en sus respectivos subgrupos de trabajo; nos responsabilizaremos de la parte inicial y final de la clase si es responsabilidad del alumnado la realización de la parte principal, o viceversa, si la responsabilidad del alumnado fuera dirigir la parte inicial o final de la clase.
- Siempre que dejemos la responsabilidad parcial del tiempo de clase en manos de nuestro alumnado, habremos corregido previamente la propuesta que el alumnado va a poner en práctica para así, garantizar el buen desarrollo posterior de la clase.

### **3ª FASE: AUTONOMÍA.**

Vendrá a dar sentido a todo nuestro trabajo, ya que desde esta fase la intencionalidad será que el alumnado asuma la responsabilidad total de su trabajo en el aula y fuera de la misma. Nuestra labor como docentes quedará enmarcada en la filosofía de constituirnos en meros facilitadores y orientadores de la actividad.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

Para ello, utilizaremos los siguientes instrumentos:

\* El alumnado tendrán que ir elaborando su plan de trabajo individualizado, tanto para trabajar en el aula como fuera de la misma, llevarla a la práctica y realizar su propia valoración crítica del trabajo realizado. Todo ello, por supuesto, contando con nuestra ayuda siempre que nos la demande.

\* Desde una perspectiva organizativa, el estilo de enseñanza de “Pequeños grupos” puede resultar de gran eficacia para realizar un trabajo que, además de partir de la identificación y respeto de los diferentes intereses de nuestro alumnado en cuanto a las actividades a realizar, propicie unos agrupamientos que respeten, en la medida de lo posible, los diferentes niveles de ejecución que se van a presentar dentro del grupo.

• Además del planteamiento de trabajo en “Pequeños grupos”, la “escenificación” de las diversas propuestas a realizar dentro del tiempo de clase, se plantearán con una filosofía cooperativa que, desde la utilización de la “Microenseñanza” como punto de referencia, obligue a todos los alumnos y alumnas de cada uno de los grupos, a poner su granito de arena “propuesta de trabajo de desarrollo práctico” en común con sus compañeros y compañeras de subgrupo.

Con 1º de Bachillerato la intención será llegar a poner en práctica, lo máximo posible en función de las características y madurez de nuestro alumnado, la tercera y última fase de autonomía.

## **ORGANIZACIÓN TEMPORAL.**

Respecto a la distribución temporal de las sesiones, hemos de destacar que todos los cursos tienen las dos horas semanales de nuestra materia seguidas. Tal especial circunstancia se debe al desplazamiento que el alumnado tiene que hacer hasta el polideportivo de la ciudad.

Este peculiar hecho, consideramos que tiene sus ventajas y sus contrapartidas. La contrapartida es que sólo nos vemos un día a la semana, lo cual, resulta demasiado escaso. Pero, por otra parte, al contar con las dos horas seguidas, lo cierto es que



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

tenemos tiempo para desarrollar las sesiones con más tranquilidad, pudiendo afianzar más los conceptos tratados y desarrollar una completa sesión práctica con todas sus partes. Normalmente estructuramos la clase de la siguiente manera:

Respiraciones e interiorización.

Los primeros 30' aproximadamente, los dedicamos a introducir contenidos conceptuales.

A continuación, comienza la parte práctica que la estructuramos en:

- Parte introductoria: calentamiento.
- Parte principal de la sesión: donde ponemos en práctica los contenidos conceptuales y actitudinales dados en los primeros 30'.

Parte final: vuelta a la calma con ejercicios de estiramientos y reflexión y afianzamiento de todo lo trabajado durante la sesión, haciendo especial hincapié en esta reflexión, en la introducción de contenidos de carácter actitudinal, si bien, estos están presentes desde el propio comienzo de la sesión.

## **6.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE MATERIA**

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

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

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

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

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



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

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

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

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

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

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

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

6. Realizar, en el medio natural, una actividad física de bajo impacto ambiental, colaborando en su organización. Con este criterio se valorarán dos aspectos complementarios. Por un lado, el alumnado realizará una actividad física en el medio natural, preferentemente fuera del centro, aplicando las técnicas de esa actividad. Por otro lado, identificará los aspectos necesarios para llevarla a cabo, como la recogida de información sobre la actividad (lugar, duración, precio, clima...), el material necesario o el nivel de dificultad.

## **7.- ESTRATEGIAS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO.**

### **CARACTERÍSTICAS DE LA EVALUACIÓN.**

De modo general, señalamos que el carácter del sistema de evaluación que empleamos en el departamento de educación física, será **continuo** e **integrador**, es decir, que el sistema de evaluación estará inmerso dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje, para detectar las dificultades que vayan apareciendo en tal proceso, averiguar sus causas y, cuando sea necesario, adaptar las actividades de enseñanza-aprendizaje. En cuanto al carácter integrador, quiere decir que tendremos siempre, como referente, los objetivos de área y los de etapa, en este caso, los objetivos del Área de Educación Física y los objetivos generales de la enseñanza de Bachillerato.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

Partiendo de estas premisas que la administración educativa establece y, a las cuales, añadimos el carácter **formativo** de la evaluación que también pretendemos que esté presente, hemos desglosado los criterios de evaluación general que emplearemos durante el primer curso de Bachillerato, para evaluar el aprendizaje de los alumnos/as teniendo en cuenta, objetivos y contenidos referidos a conceptos, a procedimientos y a actitudes, aunque, por supuesto, sin olvidar nunca el carácter integrador.

## **CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN.**

1º Asistencia y puntualidad.

2º Interés y actitud en clase. Valoramos la participación constructiva en clase, el esfuerzo, el sentido de colaboración, cooperación, el respeto profesorado-alumnado y alumnado-alumnado, el grado de solidaridad y tolerancia, la capacidad de resolver diferencias, etc., de convivir armónicamente.

3º Grado de cumplimiento de las normas de organización establecidas en las clases: ropa deportivas, no usar elementos como: anillos, cadenas, ....., que puedan causar daño al mismo alumno, alumna, o a otros compañeros y/o compañeras. Respeto a las instalaciones y material utilizado, etc.

4º Orden y claridad en el cuaderno de apuntes de Educación Física.

5º Calidad, creatividad y originalidad, tanto en los trabajos prácticos como en los conceptuales.

6º Valoración en las pruebas de contenidos conceptuales.

7º Grado de concienciación y actitud crítica de los efectos de la actividad física: comprobar en qué medida y qué tipo de relaciones se establecen entre la realización de actividades físicas y el mantenimiento o la mejora de la salud y su contribución a la calidad de vida.

8º Grado de creatividad y autonomía en la organización de la actividad física: determinar el grado de autonomía que el alumnado va adquiriendo en: actividades de calentamiento, planificación de programas individualizados para el desarrollo de la condición física-salud, en la exposición de un tema teórico-práctico, etc..

9º Nivel de condición física.

10º Nivel de técnica deportiva y conocimiento reglamentario de los deportes





**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

Para finalizar con este punto, tan sólo hemos de puntualizar que, en caso de que un alumno o alumna no pueda realizar la práctica física durante un periodo de tiempo determinado por el médico, éste será evaluado bajo criterios teóricos, supliéndole aquellos criterios directamente relacionados con la práctica que no puede realizar, con la realización de trabajos teóricos referentes a los contenidos prácticos de las sesiones que no pueda desarrollar. Además, en la medida de lo posible, el alumno o alumna lesionada participará en la realización de las clases haciendo de juezas, árbitras, ayudantes, entrenadoras, ayudando a sus compis, con el material o realizando tareas teóricas.

## **SISTEMA DE CALIFICACIÓN.**

Sin olvidar el criterio de evaluación continua que debe caracterizar toda la labor educativa, nos proponemos evaluar cada uno de los apartados por separado y, como creemos que todos ellos son importantes e imprescindibles para la consecución de los objetivos planteados, valoraremos positivamente que todo el alumnado supere todos los apartados.

Las calificaciones en los diferentes trimestres se obtendrán con las notas que, de los diferentes apartados, se hayan podido recoger durante ese trimestre, con independencia de la nota final que en cada bloque se obtenga.

La calificación final vendrá dada por la media de las notas en los diferentes apartados, siempre que estos estén superados como mínimo con suficiente.

Aparte de todo lo expuesto anteriormente y teniendo la evaluación continua, entendemos que la nota del alumnado corresponderá al aprovechamiento de las lecciones, para lo que se necesita una actitud adecuada y positiva, además del desarrollo conseguido en su aprendizaje.

A modo orientativo diremos que la actitud en clase vale cuatro puntos. Dos puntos la practica deportiva. Dos la condición física. Dos los conceptos. Digamos que una persona que habitualmente esté en clase con una actitud orientada a la acción y el aprender, que tiene una condición física buena porque entrena al menos cuatro horas semanales, y que va mejorando en la técnica y el conocimiento deportivo, tendrá de nota un diez.

Se pondrán notas en cada lección y la media será la de la evaluación. Siempre que estén aprobados los tres bloques de contenidos.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

## **8.-MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS QUE SE VAYAN A UTILIZAR.**

### **8.1.- LIBRO DE TEXTO de referencia**

- En 1º de Bachillerato Educación Física Editorial Bruño y Pila Teleña varios autores.

### **8.2.- LIBROS RECOMENDADOS DE CONSULTA.**

En los propios libros de texto aparecen en cada unidad recomendaciones de libros “Para saber más”

\*El arte de chi-kung

\*Ilusiones de Richar Bach

\*El cuerpo sensual

### **8.3.- OTROS RECURSOS DIDÁCTICOS A UTILIZAR.**

#### **INSTALACIONES Y PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE O LESIÓN DEL ALUMNO o ALUMNA.**

En primer lugar, respecto a las instalaciones, mencionamos que nuestro centro cuenta con un pequeño gimnasio que aunque no se ajusta, en absoluto, a los ideales de espacio, ubicación y características, permite el desarrollo de las sesiones prácticas de parte de las unidades didácticas programadas, para las demás, los alumnos/as se desplazan caminando hasta el polideportivo de la ciudad donde contamos con buenas instalaciones polideportivas exteriores, así como con un aula donde desarrollamos, a veces, la parte teórica de la lección. En el presente curso, la profesora acompañará al alumnado en los desplazamientos caminando, siempre quedando claro que mi única responsabilidad es velar para que todo se desarrolle correctamente. El director así lo ha confirmado y hemos archivado un escrito de la Delegación de Educación que así lo dice. Además lo hemos comunicado al consejo escolar y a todos los padres y madres del alumnado le hemos pedido permiso para que sus hijos e hijas vayan a la ciudad deportiva a las clases de Educación Física-salud. Recogido en el Plan Anual de Centro que nuestra única responsabilidad en tales desplazamientos será, la de velar por el correcto comportamiento del alumnado durante los mismos.

Por otra parte, queremos dejar constancia de una serie de circunstancias respecto a la necesidad de uso de las instalaciones del polideportivo.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

El primer inconveniente es que las instalaciones del polideportivo no cuentan con pistas polideportivas cubiertas, todas son al descubierto, con lo cual, cuando llueve, no tenemos donde ubicarnos para desarrollar la parte práctica de la sesión.

Además tenemos en cuenta que “estamos solos” en el polideportivo, es decir, que en caso de que algún alumno/a impida el normal desarrollo de las clases, no podemos expulsarle de la misma puesto que no tenemos cerca al profesor de guardia que se tendría que encargar de él y que, además, en caso de accidentes o lesiones mientras los alumnos/as están practicando, tampoco podemos pedir ayuda inmediata al profesorado de guardia, al no haber ninguno en el polideportivo, teniendo que seguirse un protocolo de actuación no habitual por esta circunstancia. Tal protocolo de actuación ante accidente o lesión de un alumno/a en la ciudad deportiva será el siguiente:

**“Si durante la realización de la clase de Educación Física en la Ciudad Deportiva, un alumno/a sufriera algún accidente o lesión, al no haber en tal instalación profesor de guardia, se seguirá el procedimiento de actuación que rige en la Ciudad Deportiva ante tales supuestos, es decir, el alumno será atendido por el personal facultativo con el que se cuenta en la instalación (ATS), el cual, valorará el alcance de la lesión y la tratará y/o decidirá la conveniencia o no de su traslado a un centro sanitario. El profesor/a de Educación Física informará, a través del teléfono, al profesorado de guardia o miembro del equipo directivo de lo acontecido para que estos, a su vez, lo comuniquen a los padres de la persona lesionada-accidentada”.**

**En caso de no haber personal sanitario en la Ciudad Deportiva en el momento de producirse la lesión, el profesor/a llamará por teléfono al equipo directivo para que se tomen las medidas oportunas, salvo caso de accidente muy grave que requiera la actuación inmediata del profesor o profesora.**

Para finalizar, queremos también exponer que, con el objetivo de desarrollar un aprendizaje más significativo y de calidad de ciertos contenidos de la programación (actividades físicas en el medio natural, condición física y salud, habilidades deportivas), en ciertas ocasiones, las sesiones se realizarán en los espacios siguientes: playa y paseo marítimo de la Puntilla hasta Puerto Sherry y playa de la Muralla, instalaciones deportivas de la Isleta ( rocódromo),parque Calderón, la propia ciudad como circuito para caminar, playa de Valdelagrana, pinares de las zonas de la Puntilla y Puerto Sherry, y alguna otra que nos convenga.

Nos desplazaremos habitualmente en autobús de línea, en bici o caminando.

## **MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.**

Nuestro departamento cuenta con una serie de materiales didácticos que hemos ido adquiriendo a lo largo de los años con el presupuesto que, curso tras curso, se nos ha ido asignando. No obstante, ya que la Delegación no nos envió colchonetas el curso pasado, solicitaremos al Equipo Técnico de Coordinación Pedagógica un aumento del presupuesto



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

económico asignado a nuestro departamento, para poder comprar colchonetas de 2x1x0,05 que necesitamos desde el curso anterior; aunque hemos adquirido algunas, estaría bien conseguir algunas más de buena calidad.

Hemos de señalar también que, nuestro departamento, aún no ha recibido la dotación prefijada por la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía para los departamentos de Educación Física de los centros de enseñanza secundaria (antiguos institutos de bachillerato), en la cual, se incluyen materiales muy costosos tales como colchonetas y otros ...de los cuales adolecemos (arcos y flechas) Desde hace varios años, estamos insistiendo al equipo directivo para que, a su vez, insistan en los órganos competentes de la Delegación de Educación Provincial de para que nos suministren tal dotación de material.

Para el desarrollo práctico de los contenidos contamos con el siguiente material didáctico para cada uno de los apartados de contenidos:

### **CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD, salud dinámica :**

- 22 colchonetas finas. En mal estado.
- 1 plinto.
- 4 trampolines..
- Cintas métricas.
- Picas.
- Cuerdas, muy usadas.
- Pivotes o conos.
- Cintas de vídeo de condición física.

Necesitaríamos, de manera urgente para poder desarrollar con éxito todos los contenidos previstos de condición física, el siguiente material:

- Más colchonetas de buena calidad y minitramp.
- Potros.
- Balones gigantes.

### **ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA:**

- Balones de fútbol, de balonmano, de voleibol, de baloncesto y de goma grandes.
- Discos voladores.
- Material de Shutteball.
- Raquetas de bádminton y volantes.
- Pelotas de tenis.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

- 
- Cometas.
  - Raquetas y pelotas.
  - Equipos de tenis de mesa.
  - Cintas de vídeo de iniciación a diferentes deportes.

Para el desarrollo práctico de los contenidos a tratar durante este curso respecto a este apartado, estaría “de madre” adquirir el siguiente material:

- Materiales para la práctica de juegos populares y de juegos y deportes alternativos.
- Dianas, arcos, flechas.
- Queremos reponer balones de balonmano y baloncesto. Están gastados.

### **RITMO Y EXPRESIÓN:**

- Dvd de relajación.

En cuanto a este apartado necesitamos adquirir:

- Cds con música de aerobio, de bailes de salón, de danzas del mundo,...
- Subvención para asistir al espectáculo del Circo del sol o alguna actuación similar.

### **ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL:**

- Brújulas.

Respecto a éste último apartado sería oportuno que empezáramos a adquirir material como:

Cuerdas de escalada

Arneses.

Ochos.

Tiendas de acampada.

Mochilas de marcha.

Balizas de orientación.....

En cuanto al material bibliográfico, hemos de mencionar que el departamento cuenta con una serie de libros a disposición de todas las personas que quieran leerlos y devolverlos.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

CON RESPECTO AL **GIMNASIO** HAY QUE ESTUDIAR LA POSIBILIDAD DE **INSONORIZACIÓN**. TAMBIEN EL ARREGLO DE LOS CUARTOS DE GUARDAR EL MATERIAL ES PRIORITARIO.

## **9.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES QUE SE PROPONEN REALIZAR.**

### **9.1.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS A REALIZAR Y SU VINCULACIÓN AL DISEÑO CURRICULAR DE LA MATERIA.**

Durante el horario lectivo, proponemos la realización de las siguientes **actividades complementarias**:

**1º Realización de un curso de natación organizado por la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de El Puerto de Santa María.** Durante 5 días (una hora cada día) y en horario lectivo, el alumnado se desplaza a la piscina cubierta de la ciudad para realizar actividades acuáticas.  
Otra posibilidad sería ir a una única sesión.

**2º Realización de salidas en bicicleta todo terreno por el entorno** , a las instalaciones de la ciudad deportiva durante el desarrollo práctico de esta unidad didáctica, a las playas de la ciudad.

**3º Realización de circuitos de orientación en el entorno urbano y natural** en las instalaciones de la ciudad deportiva durante el desarrollo práctica de esta unidad didáctica. Se practicará además, en otros lugares que nos parezcan oportunos: El CRA, los Toruños....

**4º Realización de salidas de senderismo por el entorno natural en nuestra ciudad y por la provincia.**

**5º Realización de salidas para la práctica de actividades náuticas en el entorno de nuestra ciudad o en otros lugares** : haremos vela, piragüismo, surf, etc.

**6º Clases prácticas impartidas por profesionales del: yoga, chi:kung, taichi, capoira, mimo, pilates, siatsu, Do-In, distintos tipos de danzas entre las que incluimos la dramatización flamenca, danzas del mundo, bailes de salón u otras.**

**7º En colaboración con el Departamento de Música** : Celebramos el día de Andalucía bailando en el salón de actos. Coreografías diseñadas por alumnos y alumnas.



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

Esperamos contar con la colaboración del departamento de Actividades Extraescolares y el de orientación. 3º, 4º, 1º bachiller.

**8º Salida al Coto de la Isleta (Decathlon) para realizar actividades de escalada y padel, patinaje y skate.**

9º En colaboración de el profesor de Biología hemos solicitado al Ayuntamiento la actividad de **Conoce tus Bosques**, a la que asistiremos con los dos primeros de bachiller.

10º **Mercadillo solidario de segunda mano** en diciembre semana antes de vacaciones. Colabora 1º de bachiller, departamento de Actividades Extraescolares y el de Orientación.

11ª **Taller** a cargo de una técnica en **género** del Ayuntamiento sobre mujer y deporte, para 1º de bachiller y 1º de ESO, que se trabajará la sensibilización en este tema.

## **9.2.- ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES A REALIZAR.**

**1º Actividades deportivas acuáticas en la playa.** Salidas de un día o varios días (según las actividades que nos oferten) para la realización de diferentes deportes acuáticos en el mar como: piragüismo, remo, vela, windsurf, surf....

**2º Salida y permanencia 2-3 días en la sierra de Grazalema** o Centro de Recursos Ambientales de nuestra Ciudad, para realizar diferentes actividades en la naturaleza (senderismo, acampada, escalada y rapel, etc.). Podrá realizarse si surge alguna oferta interesante para los alumnos y las alumnas.

**3º Iniciación a los deportes de nieve: esquí alpino en Sierra Nevada.** dos o tres días para la iniciación al esquí alpino.

**4º Actividades que oferte la Diputación:** vela, golf, u otras que nos interesen.

**5º Visita a un jardín botánico.**

**6º Acercarnos a los caballos.** Visitar algunas cuadras. El espectáculo “Como bailan los caballos andaluces”. Montar a caballo.

**7º Iniciación al tiro con arco.**



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

8º **Visita al huerto solidario de Madre Coraje** en colaboración con el departamento de actividades extraescolares. Sobre marzo, para tercer curso.

9º Realización de salidas de senderismo por el entorno natural, en nuestra ciudad y por la provincia.

Aunque no se han concretado las fechas de realización de estas actividades extraescolares puesto que aún deben ser aprobadas por el Consejo Escolar, a priori, sí que se tiene previsto que la mayoría de ellas se desarrollen, durante el 2º trimestre y comienzos del tercer trimestre, al ser éste el que más se ajusta desde el punto de vista de la climatología a las condiciones idóneas para la realización de algunas de las actividades propuestas.

**Todas estas actividades son las que prevemos posibles, ya veremos las que se pueden concretar. A lo largo del curso nos llegan ofertas de otras actividades, si nos parecieran interesantes las incluiríamos en la programación.**

**TENEMOS MUCHOS ALUMNOS Y ALUMNAS, POR LO QUE NO ES PREVISIBLE EL REALIZAR MUCHAS ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS.**

## **10.- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD. SEGUIMIENTO DE PENDIENTES**

Respecto a los alumnos y las alumnas de bachillerato, mencionar que, al final del primer curso, donde nuestra materia es obligatoria, los alumnos /as que obtengan una calificación final de suspenso por no haber superado alguno o algunos de los bloques de contenido de nuestra área, tendrán una prueba final en septiembre de recuperación para intentar superar los bloques de contenidos que tenga suspensos. Tal prueba tendrá un carácter teórico, práctico o





**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

teórico-práctico, en función del bloque de contenidos que tenga suspenso el alumno o la alumna y que tenga, por tanto, que recuperar.

En cuanto a los alumnos/as que estén cursando 2º de Bachillerato y que tienen nuestra materia de 1º de Bachillerato no superada, tendrán que presentar una serie de trabajos teórico-prácticos a lo largo del curso y, a principios de Mayo, tendrán que superar una prueba teórica-práctica referente al o a los bloques de contenidos que el alumno o alumna no tenga superados.

## **11.- PROCEDIMIENTO DE ACTUALIZACIÓN Y SEGUIMIENTO DE LA PRESENTE PROGRAMACIÓN.**

A lo largo del curso observo el funcionamiento de las unidades elegidas, el momento de darlas (temporalización), el interés suscitado en alumnas y alumnos, la metodología empleada.

. Hablo con el alumnado y le pregunto su idea de como mejorar las lecciones.

Cambio impresiones con mis compañeros .

Hacemos reuniones semanales de departamento.

Con todo esto vamos remodelando las programaciones actuales y compartiendo con el alumnado los cambios realizados para un mejor funcionamiento.

**Conclusión: Si queremos mejorar la educación, bajo mi punto de vista, habrá que reducir el número de alumnos y alumnas por grupo y mejorar las instalaciones y servicios de muchos centros.**

**Necesitamos mucho más profesorado.**



**IES SANTO DOMINGO**

C/ Santo Domingo 29 - 11500 El Puerto de Santa María (Cádiz)

Tfno: 956 243970 Corporativo – 490970 Fax: 956243976 Corporativo - 490976

e-mail: [11008525.averroes@juntadeandalucia.es](mailto:11008525.averroes@juntadeandalucia.es)

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/11008525/helvia/>

---

**En otro orden de cosas, a la Educación Física le vendría estupendamente tener otras dos horas semanales de clase si de verdad queremos influir más en “los hábitos de vida saludable”**

**FELIZ CURSO Y APRENDIZAJE DIVERTIDO y SALUDABLE PARA TODA LA COMUNIDAD ESCOLAR.**

**Que el estar conscientes sea nuestro ahora, nuestro premio.**

**Gracias.**

## **Programación de EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2014/2015.**

**Firma del profesorado que lleva a cabo la programación:**

Fdo.: ..María del Carmen Rodríguez Ramos 3º, 4º ESO Y 1º de Bachillerato

Fdo.: José Miguel Cuevas Román 1º y 2º de ESO

Fdo.: Rubén Márquez 3º, 4º de ESO, pertenece al Departamento de Historia.

En El Puerto de Santa María octubre 2014