



PROGRAMACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO 2018/2019

IES GUADIANA

AYAMONTE (HUELVA)

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	4
2. UBICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA	4
3. ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO	5
4. JUSTIFICACIÓN LEGAL DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA	7
5. CONTEXTO DE CENTRO	7
6. CONTRIBUCIÓN A LAS COMPETENCIAS CLAVE	8
7. OBJETIVOS DE ETAPA	9
7.1. OBJETIVOS DE ETAPA PARA LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA	9
7.2. OBJETIVOS DE ETAPA PARA BACHILLERATO	10
8. OBJETIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA	11
8.1. OBJETIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA	11
8.2. OBJETIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA EL BACHILLERATO	12
9. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA	13
9.1. CONTENIDOS 1º DE ESO	14
9.2. CONTENIDOS 2º DE ESO	16
9.3. CONTENIDOS 3º DE ESO	18
9.4. CONTENIDOS DE 4º DE ESO	20
9.5. CONTENIDOS 1º Y 2º DE BACHILLERATO	22
10. ELEMENTOS TRANSVERSALES	24
11. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	24
11.1. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA ETAPA DE SECUNDARIA OBLIGATORIA	24
11.2. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA ETAPA DE BACHILLERATO	25
12. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES	28
13. PROCEDIMIENTOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y PONDERACIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN	30
13.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º DE ESO	31
13.2. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 2º DE ESO	33
13.3. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 3º DE ESO	35

13.4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 4º DE ESO	37
13.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º DE BACHILLERATO	39
13.6. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 2º DE BACHILLERATO	41
14. MEDIDAS DE RECUPERACIÓN	42
14.1. EVALUACIÓN ORDINARIA	42
14.2. EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA DE SEPTIEMBRE	43
14.3. EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA PENDIENTES	43
15. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	44
15.1. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD NATURAL	44
15.1.1. ALUMNADO INHABILITADO TEMPORALMENTE PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA	44
15.1.2. ALUMNADO DISRUPTIVO	45
15.2. ATENCIÓN AL ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS	45
15.2.1. ADAPTACIONES DE ACCESO AL CURRÍCULO (AAC)	45
15.2.2. ADAPTACIONES DE ACCESO A LOS ELEMENTOS CURRICULARES (ACS)	46
16. RECURSOS Y LIBRO DE TEXTO	46
17. MEDIDAS PARA EL DESARROLLO Y UTILIZACIÓN DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS MEDIANTE LA EDUCACIÓN FÍSICA.	47
18. PLAN DE LECTURA Y ESTRATEGIAS DE ANIMACIÓN A LA LECTURA Y AL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN Y LA COMPRESIÓN ORAL Y ESCRITA EN EDUCACIÓN FÍSICA	47
19. CONCLUSIÓN	48

1. INTRODUCCIÓN

La presente programación se realiza en base a la aplicación de la Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía -Boja nº144 de 28 de julio de 2016, así como el currículo correspondiente al Bachillerato -Boja nº145 de 29 de julio de 2016. En los mismos también se regulan determinados aspectos de atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

Según la citadas ordenes la Educación Física -en adelante EF- está orientada fundamentalmente, a profundizar en el conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida, en relación con la consolidación de hábitos regulares de la práctica de actividad física saludable en la vida cotidiana y, también, ocupación activa del ocio y tiempo libre. Todo esto brindará al alumnado las oportunidades necesarias para adquirir aptitudes características de ciudadanos y ciudadanas con confianza en sí mismas y socialmente responsables, promoviendo una vida activa a lo largo de los años y una mejor calidad de vida en todos los aspectos.

La competencia motriz constituye un elemento transversal de currículo. La materia de EF tiene una relevancia fundamental en su desarrollo. En este sentido, esta materia se orientará al aprendizaje de aquellos aspectos vinculados al propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas, desde sus perspectiva integral, como fin en sí mismas y como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida.

En ambas etapas- ESO y Bachillerato- se desarrollarán capacidades y competencias en el alumnado, partiendo, primeramente de la orientación y guía más directa del profesorado para buscar progresivamente que el alumnado vaya desarrollando autonomía hasta llegar a ser capaz de organizar su propia actividad física de manera autónoma, responsable y crítica , dado el carácter terminal y propedéutico de ambas etapas educativas.

2. UBICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 8.2 del Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, «los centros docentes establecerán en su proyecto educativo los criterios generales para la elaboración de las programaciones didácticas de cada una de las materias y, en su caso, ámbitos que componen la etapa, los criterios para organizar y distribuir el tiempo escolar, así como los objetivos y programas de intervención en el tiempo extraescolar, los criterios y procedimientos de evaluación y promoción del alumnado, y las medidas de atención a la diversidad, o las medidas de carácter comunitario y de relación con el entorno, para mejorar el rendimiento académico del alumnado».

Asimismo y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 5 de la Orden 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso del aprendizaje del alumnado, «a tales efectos, y en el marco de las funciones asignadas

a los distintos órganos existentes en los centros en la normativa reguladora de la organización y el funcionamiento de los mismos, y de conformidad con lo establecido en el artículo 7.2 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, desarrollarán y complementarán, en su caso, el currículo en su proyecto educativo y lo adaptarán a las necesidades de su alumnado y a las características específicas del entorno social y cultural en el que se encuentra, configurando así su oferta formativa».

Además y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 2.6 de la Orden 14 de julio, «los departamentos de coordinación didáctica elaborarán las programaciones correspondientes a los distintos cursos de las materias que tengan asignadas a partir de lo establecido en los Anexos I, II y III, mediante la concreción de los objetivos establecidos, la ordenación de los contenidos, los criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación y calificación, y su vinculación con el resto de elementos del currículo, así como el establecimiento de la metodología didáctica».

3. ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 92.1 del Decreto 327/2010, de 13 de julio por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, «cada departamento de coordinación didáctica estará integrado por todo el profesorado que imparte las enseñanzas que se encomienden al mismo. El profesorado que imparta enseñanzas asignadas a más de un departamento pertenecerá a aquel en el que tenga mayor carga lectiva, garantizándose, no obstante, la coordinación de este profesorado con los otros departamentos con los que esté relacionado, en razón de las enseñanzas que imparte».

Durante el presente curso, el departamento va a estar formado por los siguientes docentes:

D. Francisco José Navas Jaén. 18 horas lectivas. Tutor de 1º ESO E. Profesor de Educación Física. Impartirá 2 grupos de 1 ESO, 2 grupos de 4 ESO, 3 grupos de 1 bachillerato de Educación Física. 2 horas de valores éticos.
D. Carlos Cerezo Díaz. Mayor de 55 años. 16 horas lectivas. Profesor de Educación Física. Impartirá docencia de Educación Física a 3 grupos de 3 ESO, 2 grupos de 4 ESO, 1 grupo de 1 bachillerato y 1 grupo de 2 bachillerato. Así como una hora de valores éticos.
D. Juan Manuel López Abréu. 19 horas lectivas. Tutor de 2º ESO E. Profesor de Educación Física. (Se jubila el día 11 de octubre de 2018). Impartirá 2 grupos de 1 ESO, 3 grupos de 2 ESO y 2 grupos de 3 ESO de Educación Física. 3 horas de valores éticos.
Dª. Lorena Del Castillo Martínez. 14 horas lectivas. Profesora de Educación Física, jefa de Departamento de Educación Física y Coordinadora del Área de Artística. Impartirá clase de Educación Física a 3 grupos de 1 ESO, 3 grupos de 2 ESO y 1 grupo 2 Bachillerato.
D. Jesús Rodríguez Martín 19 horas lectivas. Sustituye a Juan Manuel López Abréu. Tutor de 2º ESO E. Profesor de Educación Física. Asumirá el horario de D. Juan Manuel López Abréu.

El horario de todas las personas que componen el departamento se resume en la siguiente tabla:

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8:30-9:30	Jesús (3EA, EF) Lorena (2EF, EF) Francisco (4EC, EF)	Lorena (2EA, EF) Carlos (1bchA, EF) Francisco (1EE, EF)	Carlos (4EB, EF) Francisco (1bchB, EF)	Jesús (3EC, EF) Carlos (4EB, EF) Francisco (4EC, EF)	Jesús (2EB, EF)
9:30-10:30	Jesús (3EC, EF) Lorena (2EC, EF) Francisco (1ED, EF)	Lorena (1EG, EF)	Lorena (2bch, EF) Carlos (2bch, EF) Francisco (4ED, EF)	Jesús (2EF, VET) Lorena (1EA, EF)	Jesús (2ED, EF)
10:30-11:30	Jesús (1EF, EF)		Carlos (2bchB, ECDH) Francisco (1bchC, EF)	Jesús (2EE, EF) Lorena (2EC, EF) Carlos (1bchA, EF)	Jesús (1EC, EF)
11:30-12:00				Reunión de departamento	
12:00-13:00	Jesús (2ED, EF) Carlos (4EA, EF) Francisco (4ED, EF)	Jesús (2EB, EF) Carlos (3EE, EF)	Francisco (1bchB, EF)	Lorena (1EB, EF) Francisco (1EG, VET)	Jesús (2EA, VET) Carlos (3ED, EF)
13:00-14:00	Lorena (2bch, EF) Carlos (2bch, EF) Francisco (1bchD, EF)	Jesús (2EE, EF) Carlos (3EB, EF)		Jesús (1EF, EF) Lorena (2EA, EF) Carlos (4EA, VET) Francisco (1ED, EF)	Jesús (3EA, EF) Francisco (1bchC, EF)
14:00-15:00	Lorena (1EB, EF) Carlos (3ED, EF) Francisco (1bchB, EF)	Jesús (2EE, tut) Lorena (1EA, EF)	Jesús (1EC, EF) Carlos (3EE, EF) Francisco (1bchD, EF)	Jesús (3ED, VET) Lorena (2EF, EF) Carlos (4EA, EF) Francisco (1EE, tut)	Lorena (1EG, EF) Carlos (3EB, EF) Francisco (1EE, EF)

4. JUSTIFICACIÓN LEGAL DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

Cabe destacar:

- Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre para la mejora de la calidad educativa.
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.
- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
- Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía
- Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.
- Orden 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso del aprendizaje del alumnado.
- Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los institutos de educación secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.

5. CONTEXTO DE CENTRO

- *Ubicación:* Instituto de Enseñanza Secundaria y Bachillerato ubicado en la localidad de Ayamonte (Huelva). En relación al entorno, cabe destacar la proximidad a la vía verde del municipio (5 minutos andando) y al Parque Natural de las Salinas de Isla Cristina-Ayamonte.
- *Oferta educativa:* en el centro se oferta Educación Secundaria 7 líneas para 1º de ESO; 6 para 2º de ESO, 5 para 3º DE ESO y 4º de ESO, así como Bachillerato (4 líneas), Formación Profesional Básica y Ciclos Formativos de Grado medio. Además, el centro dispone de un aula específica para alumnado con discapacidad.
- *Profesorado:* el claustro está formado por 94 profesores y profesoras, de los cuales 4 conforman el departamento de Educación Física.
- *Características generales del alumnado:* El alumnado proviene de diferentes barrios o pedanías de la ciudad, de ahí que el nivel socio-cultural del alumnado es muy heterogéneo, existiendo alumnado procedente de familias con un nivel socio-cultural familiar medio (60%) y medio bajo (40%). A pesar de que las motivaciones e intereses del alumnado también es muy dispar, son puntuales los problemas de convivencia en el centro.
- *Recursos:* todas las aulas disponen de pizarra digital, proyector y pizarra de tiza o vileda, incluida la sala de usos múltiples. Además, el centro dispone de conexión a internet , 2 aulas de informática con 30 ordenadores y 12 carritos con 15 ordenadores portátiles cada uno.
- *Instalaciones:* el centro dispone de biblioteca propia, una sala de usos múltiples. Así como tres pistas exteriores, una de voleibol, otra de baloncesto y una de fútbol sala.

- *Proyectos educativos del centro*: El centro forma parte de la Red Andaluza de Colegios Escuela de Paz, también se encuentra inmerso en el programa de Bilingüismo, Plan de Igualdad y colabora en el desarrollo del programa Forma Joven para la promoción de hábitos de vida saludables. Además, es un centro TIC escuela 2.0.

6. CONTRIBUCIÓN A LAS COMPETENCIAS CLAVE

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

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

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

El sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP) será fomentado desde la materia otorgando al alumnado funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal. Asimismo, se trabajará la competencia en comunicación lingüística (CCL) a través de la amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva. Esta materia también contribuye al desarrollo de la competencia conciencia y expresiones culturales (CEC) a través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

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

7. OBJETIVOS DE ETAPA

Desde esta programación se va a contribuir a la adquisición de los objetivos de etapa.

7.1. OBJETIVOS DE ETAPA PARA LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

Conforme a lo dispuesto en el artículo 3 del Decreto 111/2016, de 14 de junio la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente

los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

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

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

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

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

7.2. OBJETIVOS DE ETAPA PARA BACHILLERATO

Conforme a lo dispuesto en el artículo 3 del Decreto 110/2016, de 14 de junio el Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades que les permitan:

a) 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.

b) 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.

c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición o circunstancia personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad.

d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.

e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana.

f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.

g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.

h) 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.

i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.

j) 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.

k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.

l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.

m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.

n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.

Además el Bachillerato en Andalucía contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que le permitan:

a) Profundizar en el conocimiento y el aprecio de las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades.

b) Profundizar en el conocimiento y el aprecio de los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, así como su medio físico y natural y otros hechos diferenciadores de nuestra Comunidad para que sea valorada y respetada como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.

8. OBJETIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA

Esta programación , a su vez, va a contribuir a la consecución de los objetivos de materia.

8.1. OBJETIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

Conforme a lo dispuesto en la Orden de 14 de julio de 2016, desde la Educación Física en la etapa de secundaria obligatoria se van a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades que les permitan:

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.

2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.

3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.

4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.

5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio

de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.

7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.

8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.

9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.

10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.

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

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

8.2. OBJETIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA EL BACHILLERATO

Conforme a lo dispuesto en la Orden de 14 de julio de 2016, desde la Educación Física en la etapa de bachillerato se van a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades que les permitan:

1. Valorar la actividad física como medio fundamental para la mejora de la salud y de la calidad de vida y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo un medio para la autosuperación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas.

2. Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma y sistemática un programa personal de actividad física para la mejora de la condición física y motora, y las habilidades motrices desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo, considerando el propio nivel y orientado hacia las motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.

3. Aplicar, resolver y perfeccionar situaciones motrices en diferentes contextos de práctica física aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, dando prioridad a la toma de decisiones.

4. Planificar, interpretar y valorar composiciones corporales individuales y colectivas potenciando la originalidad, expresividad y la creatividad aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición, reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal, integrándolas como prácticas de ocio activo.

5. Buscar y utilizar soluciones creativas a situaciones de oposición y colaboración con y sin oponentes en contextos deportivos o recreativos, adaptándose a las condiciones cambiantes que se producen durante la práctica.

6. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.
7. Utilizar de forma autónoma y regular, hábitos saludables de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
8. Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.
9. respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva.
10. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente la autoría de las informaciones y archivos compartidos.

9. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA

En esta materia los contenidos se organizan alrededor de cinco grandes bloques: Salud y calidad de vida, Condición física y motriz, Juegos y deportes, Expresión corporal y Actividades físicas en el medio natural.

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

El bloque Salud y calidad de vida agrupa los contenidos relacionados con los hábitos de vida saludable (alimentación, actividad física programada y descanso), los estilos de vida activos, prevención de conductas y hábitos perjudiciales para la salud, técnicas básicas de respiración, relajación y alivio de la tensión y del estrés, y el uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación.

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

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

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

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

9.1. CONTENIDOS 1º DE ESO

CONTENIDOS 1º ESO	
Bloque 1. Salud y calidad de vida.	<ul style="list-style-type: none"> • Características de las actividades físicas saludables. • La alimentación y la salud. • Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas. • Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural. • Técnicas básicas de respiración y relajación. • La estructura de una sesión de actividad física. • El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física. • Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana. • Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana. • Las normas en las sesiones de Educación Física. • Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico. • Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)
Bloque 2. Condición física y motriz.	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices. • Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud. • Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices. • Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. • La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria. • Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.

<p>Bloque 3. Juegos y deportes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos predeportivos. • Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas. • Desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas. • Equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc. • Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración. • Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc. • La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición. • Objetivos del juego de ataque y defensa. • Juegos alternativos, como por ejemplo: hockey escolar, ultimate, rugby escolar, etc. • Juegos cooperativos. • Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas. • Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora. • Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. • La actividad física y la corporalidad en el contexto social. • Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.
<p>Bloque 4. Expresión corporal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. • El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión. • Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. • Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. • Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión. • Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento. • Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal. • Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.
<p>Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc. • Técnicas de progresión en entornos no estables. • Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc. • Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo. • Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc. • Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.

9.2. CONTENIDOS 2º DE ESO

CONTENIDOS 2º ESO	
Bloque 1. Salud y calidad de vida.	<ul style="list-style-type: none"> • Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana. • Características de las actividades físicas saludables. • Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud. • El descanso y la salud. • Técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana. • Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables. • Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc. • Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones. • El calentamiento general y específico. • Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas. • Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva. • La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva. • Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
Bloque 2. Condición física y motriz.	<ul style="list-style-type: none"> • Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas. • Indicadores de la intensidad de esfuerzo. • Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. • Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz. • Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable. • Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud. • Control de la intensidad de esfuerzo. • Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.
Bloque 3. Juegos y deportes.	<ul style="list-style-type: none"> • Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas. • Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos. • Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición. • Las fases del juego en los deportes colectivos. • La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. • Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción. • La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. • Situaciones reducidas de juego. • Juegos populares y tradicionales. • Juegos alternativos y predeportivos. • Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. • Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo. • Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.

<p>Bloque 4. Expresión corporal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. • El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. • Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. • Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. • El mimo y el juego dramático. • Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas. • Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva. • Bailes tradicionales de Andalucía. • Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.
<p>Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. • Técnicas de progresión en entornos no estables. • Técnicas básicas de orientación. • Interpretación de la simbología, identificación mapa-terreno/terreno-mapa, orientación del mapa, recorridos guiados, etc. • Juegos de pistas y orientación. • Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo. • Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc. • El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana. • Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.

9.3. CONTENIDOS 3º DE ESO

CONTENIDOS 3º DE ESO	
Bloque 1. Salud y calidad de vida.	<ul style="list-style-type: none">• Valoración y fomento de la práctica habitual de la actividad física para la mejora de la propia condición física y motriz, y de la calidad de vida.• Características de las actividades físicas saludables.• Reconocimiento de los efectos positivos de la actividad física sobre los aparatos y sistemas del cuerpo humano y los riesgos y contraindicaciones de la práctica física. La alimentación, la actividad física y la salud.• Los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física.• La recuperación tras el esfuerzo.• Técnicas de recuperación.• Ejecución de métodos y técnicas de relajación como medio para liberar tensiones.• Actitud crítica con las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.• Fomento y práctica de la higiene personal y los hábitos de vida saludables.• Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.• Prácticas de los fundamentos de higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.• Elaboración y puesta en práctica de calentamientos aplicados a una actividad física específica.• La responsabilidad y el respeto a las normas y a las demás personas como elementos determinantes en la consecución de objetivos grupales y la convivencia pacífica.• Actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física en el contexto social actual.• El fomento de los desplazamientos activos.• Protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. Norma P.A.S., soporte vital básico.• Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
Bloque 2. Condición física y motriz.	<ul style="list-style-type: none">• Las capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.• Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.• Procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física y motriz.• Pruebas para medir las capacidades físicas y las capacidades motrices.• Práctica autónoma de métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices enfocados hacia la salud y la vida activa.• La condición física y motriz y su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor.

<p>Bloque 3. Juegos y deportes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas. • Deportes de raqueta como por ejemplo: bádminton, pádel, tenis de mesa, palas, etc. • Juegos populares y tradicionales. • Juegos alternativos y predeportivos. • Los golpeos. • El interés y la motivación como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas. • La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. • Puestos específicos. • La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. • Situaciones reales de juego. • Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. • Análisis de situaciones del mundo deportivo real. • Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. • Procedimientos básicos de evaluación de la propia ejecución con respecto a un modelo técnico-táctico. • La actividad física y la corporalidad en el contexto social. • Orígenes del deporte e historia de los Juegos Olímpicos. • El deporte en Andalucía.
<p>Bloque 4. Expresión corporal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. • El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. • Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. • Creación y puesta en práctica de secuencias de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. • Improvisación individual y colectiva como medio de comunicación espontánea. • Participación creativa en montajes artístico-expresivos y ajustada a la intencionalidad de estos. • El baile y la danza como manifestación artístico-expresiva. • Ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectivos, como por ejemplo bailes de salón, danzas del mundo, bailes latinos, etc. • Creación en colaboración y ejecución de composiciones coreográficas individuales y colectivas con apoyo de una estructura musical. • Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.
<p>Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. • Técnicas de progresión en entornos no estables. • Técnicas básicas de orientación. • Elección de ruta, lectura continua, relocalización. • Estudio de la oferta de actividades y aprovechamiento de las posibilidades que ofrece el entorno cercano para la realización de actividades físicas. • Actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, con cuerdas, cabuyería, etc. • Fomento de medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. • Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.

9.4. CONTENIDOS DE 4º DE ESO

CONTENIDOS 4º ESO	
Bloque 1. Salud y calidad de vida.	<ul style="list-style-type: none">• Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva.• La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.• Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc.• La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas.• La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza.• Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.• Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma.• Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz.• Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas.• El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas.• Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.• Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana.• Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc.• Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.• Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso.• Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.
Bloque 2. Condición física y motriz.	<ul style="list-style-type: none">• Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud.• La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.• Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas.• Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

<p>Bloque 3. Juegos y deportes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas. • Juegos populares y tradicionales. • Juegos alternativos. • La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico-deportivas. • Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración-oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambiando de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc. • La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones. • Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices. • Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores. • Las características de cada participante. • Los factores presentes en el entorno. • Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa. • Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. • Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como de de espectador o espectadora.
<p>Bloque 4. Expresión corporal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal. • Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas. • Diseño y realización de los montajes artístico-expresivos como por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc.
<p>Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo: escalada, vela, kayaks, etc. • Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía. • La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes. • Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura. • Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura. • Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural. • Fomento de los desplazamientos activos. • Sensibilización de los efectos de las diferentes actividades físicas realizadas en el medio natural y su relación con la forma de vida, la salud y la calidad de vida. • Fomento de hábitos y actitudes de conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano.

9.5. CONTENIDOS 1º Y 2º DE BACHILLERATO

CONTENIDOS 1º Y 2º DE BACHILLERATO	
Bloque 1. Salud y calidad de vida.	<ul style="list-style-type: none">• Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud. relación ingesta y gasto calórico.• Análisis de la dieta personal. dieta equilibrada. Fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.• Práctica regular de diferentes técnicas de respiración y relajación.• Características de las actividades físicas saludables.• Las actividades físicas como recurso de ocio activo y saludable.• Formulación de objetivos en un programa de actividad física para la salud. elaboración de diseños de prácticas de actividad física en función de las características e intereses personales del alumnado.• La actividad física programada.• Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.• Asociacionismo, práctica programada de actividad física, voluntariado, etc. entidades deportivas y asociaciones andaluzas.• Valoración de los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas las actividades físicas y sus posibilidades profesionales futuras.• Identificación de los aspectos organizativos de las actividades físicas y los materiales y recursos necesarios.• Las profesiones del deporte y oferta educativa en Andalucía.• Concienciación de los efectos negativos que tienen algunas prácticas de actividad física para la salud individual o colectiva y fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. el doping, el alcohol, el tabaco, etc.• La responsabilidad y la gestión de riesgos asociados a las actividades físicas y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Identificación y uso de materiales y equipamientos para la actividad física y deportiva atendiendo a las especificaciones técnicas.• Conocimiento y aplicación de las normas de uso y seguridad de los mismos.• Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.• Actividades de sensibilización hacia distintos tipos de discapacidad.• Criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.• Fuentes de documentación fiable en el ámbito de la actividad física.• Tratamiento de información del ámbito de la actividad física con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.• Aplicaciones para dispositivos móviles. datos obtenidos de una ruta de BTT y/o senderismo (GPS, desnivel positivo, negativo, perfil, etc.), aplicaciones de control para el trabajo de las capacidades físicas y motrices, etc.

<p>Bloque 2. Condición física y motriz.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Los niveles de condición física dentro de los márgenes saludables. • La responsabilidad de la puesta en práctica de un programa de actividades físicas personalizado. • Las capacidades físicas y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas en relación con la salud. • Planes y programas de entrenamiento de la condición física y motriz en relación con la salud. el programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y recuperación. evaluación del nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física. reorientación de los objetivos y/o las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. • Técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. • La fatiga y el cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades físicas que requieren altos niveles de atención o esfuerzo. • Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas.
<p>Bloque 3. Juegos y deportes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades específicas y/o especializadas de juegos y deportes individuales que respondan a los intereses del alumnado y al entorno del centro. • Habilidades específicas y/o especializadas apropiadas a los condicionantes generados por los compañeros y compañeras, y los adversarios y adversarias en las situaciones colectivas. Situaciones motrices en un contexto competitivo. • Acciones que conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. deportes de raqueta y/o de lucha. • Actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición. • Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. • Los sistemas de juego. • Los sistemas de juego de los deportes de colaboración-oposición como sistemas inestables. • Oportunidad y riesgo de las acciones propias en las actividades físico-deportivas. • La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas. estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptadas a las características de las personas participantes.
<p>Bloque 4. expresión corporal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de composiciones o montajes artísticos-expresivos individuales y colectivos, como por ejemplo: representaciones teatrales, musicales, actividades de circo, acrosport, etc. • Realización de composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustados a una intencionalidad estética o expresiva. • Acciones motrices orientadas al sentido del proyecto artístico-expresivo. • Reconocimiento del valor expresivo y comunicativo de las manifestaciones artístico-expresivas propias de Andalucía.
<p>Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Programación y realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo ruta de BTT, raids de aventura, acampada, vela, kayaks, surf, etc. • Desarrollo de técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios. • Sensibilización y respeto hacia las normas de cuidado del entorno en el que se realizan las actividades físicas. • Sensibilización y respeto hacia las normas básicas de uso de los espacios para prácticas de actividades físicas en el medio natural. • Toma de conciencia y sensibilización del potencial de Andalucía como escenario para la práctica de actividades físicas en el medio natural.

10. ELEMENTOS TRANSVERSALES

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

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

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

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

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

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

11. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

El carácter eminentemente práctico y experiencia de nuestra materia, demanda de unas consideraciones metodológicas a considerar.

11.1. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA ETAPA DE SECUNDARIA OBLIGATORIA

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 7 del Decreto 111/2016 de 14 de Junio y el artículo 4 de la Orden de 14 de julio de 2016, las recomendaciones de metodología didáctica para la Educación Secundaria Obligatoria son las siguientes:

1. El proceso de enseñanza-aprendizaje competencial debe caracterizarse por su transversalidad, su dinamismo y su carácter integral y, por ello, debe abordarse desde todas las materias y ámbitos de conocimiento.

En el proyecto educativo del centro y en las programaciones didácticas se incluirán las estrategias que desarrollará el profesorado para alcanzar los objetivos previstos, así como la adquisición por el alumnado de las competencias clave.

2. Los métodos deben partir de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo en el alumnado, ajustándose al nivel competencial inicial de éste y teniendo en cuenta la atención a la diversidad y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo.

3. Los centros docentes fomentarán la creación de condiciones y entornos de aprendizaje caracterizados por la confianza, el respeto y la convivencia como condición necesaria para el buen desarrollo del trabajo del alumnado y del profesorado.

4. Las líneas metodológicas de los centros docentes tendrán la finalidad de favorecer la implicación del alumnado en su propio aprendizaje, estimular la superación individual, el desarrollo de todas sus potencialidades, fomentar su autoconcepto y su autoconfianza, y los procesos de aprendizaje autónomo, y promover hábitos de colaboración y de trabajo en equipo.

5. Las programaciones didácticas de las distintas materias de la Educación Secundaria Obligatoria incluirán actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, la práctica de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público.

6. Se estimulará la reflexión y el pensamiento crítico en el alumnado, así como los procesos de construcción individual y colectiva del conocimiento, y se favorecerá el descubrimiento, la investigación, el espíritu emprendedor y la iniciativa personal.

11.2. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA ETAPA DE BACHILLERATO

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 7 del Decreto 110/2016 de 14 de Junio y el artículo 4 de la Orden de 14 de julio de 2016, las recomendaciones de metodología didáctica para el Bachillerato son las siguientes:

a) El proceso de enseñanza-aprendizaje competencial debe caracterizarse por su transversalidad, su dinamismo y su carácter integral y, por ello, debe abordarse desde todas las áreas de conocimiento. En el proyecto educativo del centro y en las programaciones didácticas se incluirán las estrategias que desarrollará el profesorado para alcanzar los objetivos previstos, así como la adquisición por el alumnado de las competencias clave.

b) Los métodos deben partir de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo en el alumnado, ajustándose al nivel competencial inicial de este y teniendo en cuenta la atención a la diversidad y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo.

c) Los centros docentes fomentarán la creación de condiciones y entornos de aprendizaje caracterizados por la confianza, el respeto y la convivencia como condición necesaria para el buen desarrollo del trabajo del alumnado y del profesorado.

d) Las líneas metodológicas de los centros para el Bachillerato tendrán la finalidad de favorecer la implicación del alumnado en su propio aprendizaje, estimular la superación individual, el desarrollo de todas sus potencialidades, fomentar su autoconcepto y su

autoconfianza, y promover procesos de aprendizaje autónomo y hábitos de colaboración y de trabajo en equipo.

e) Las programaciones didácticas de las distintas materias del Bachillerato incluirán actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, la práctica de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público.

f) Se estimulará la reflexión y el pensamiento crítico en el alumnado, así como los procesos de construcción individual y colectiva del conocimiento, y se favorecerá el descubrimiento, la investigación, el espíritu emprendedor y la iniciativa personal.

g) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información y para aplicar procesos de análisis, observación y experimentación adecuados a los contenidos de las distintas materias.

h) Se adoptarán estrategias interactivas que permitan compartir y construir el conocimiento y dinamizarlo mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas y diferentes formas de expresión.

i) Se emplearán metodologías activas que contextualicen el proceso educativo, que presenten de manera relacionada los contenidos y que fomenten el aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, favoreciendo la participación, la experimentación y la motivación de los alumnos y alumnas al dotar de funcionalidad y transferibilidad a los aprendizajes.

j) Se fomentará el enfoque interdisciplinar del aprendizaje por competencias con la realización por parte del alumnado de trabajos de investigación y de actividades integradas que le permitan avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.

k) Las tecnologías de la información y de la comunicación para el aprendizaje y el conocimiento se utilizarán de manera habitual como herramienta para el desarrollo del currículo.

Basándonos en las recomendaciones metodológicas anteriores, para la materia de Educación Física se pueden tener en cuenta las siguientes estrategias metodológicas recogidas en la parte correspondiente del Anexo de la Orden de 14 de julio de 2016.

La Educación Física en el Bachillerato debe profundizar y avanzar en el logro de los objetivos con especial énfasis en el fomento de la autonomía, la responsabilidad, la eficiencia, la confianza y mejora de las habilidades en las relaciones sociales y la competencia del alumnado.

Se utilizarán preferentemente técnicas de enseñanza-aprendizaje orientadas hacia la indagación y la búsqueda, en las que el papel del profesorado podrá ser el de guía y orientador. Se fomentará que el alumnado se implique responsablemente y tome decisiones en su propio proceso de aprendizaje, en la programación personal de la actividad física y el uso de grupos autogestionados, promoviendo una práctica de actividad física recreativa, integradora, saludable, no sexista, colaborativa e inclusiva.

Los estilos de enseñanza-aprendizaje cognitivos, tecnológicos, colaborativos y creativos facilitan el aprendizaje activo y significativo.

Desde la Educación Física se establecerán procesos de reflexión que desarrollen en el alumnado una conciencia crítica que le permita discernir los aspectos positivos y negativos de la práctica y el consumo asociados a la actividad física.

La Educación Física debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución de una igualdad real y efectiva de oportunidades. El género como construcción social todavía conserva estereotipos que determinan que algunas actividades y prácticas físicas sean consideradas más apropiadas para las chicas que para los chicos, o viceversa. La Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado. Asimismo, se fomentará la actividad física inclusiva, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado.

La Educación Física propiciará ambientes positivos de aprendizaje, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc. Un alto grado de compromiso motor repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz. Además, se potenciará la comprensión de los procesos asociados a la práctica física.

Asimismo, se desarrollarán capacidades y se facilitarán conocimientos y recursos organizativos para ocupar el tiempo de ocio de una manera constructiva y transferible a la vida cotidiana.

La práctica de actividad física contribuye a la estabilidad emocional de los alumnos y alumnas. La Educación Física proporcionará al alumnado métodos y técnicas de concentración y relajación que le permita afrontar con equilibrio y salud, los retos propios del periodo madurativo en el que se encuentran y de la sociedad en la que se desenvuelve.

Es aconsejable ofrecer tareas comunes y otras diversificadas atendiendo a los diferentes niveles, intereses y motivación del alumnado. Los contenidos de esta materia se concretarán con la flexibilidad oportuna, teniendo en cuenta estos factores y otros como por ejemplo, la diversidad del entorno en Andalucía, en lo referente a condiciones climáticas, ambientales, sociales y culturales.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se deben minimizar los posibles riesgos e implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad se deberá tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la salvaguarda de la privacidad del alumnado, por lo que se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo y deportivo.

Para el desarrollo de los contenidos relacionados en esta materia tiene un papel importante la realización de actividades complementarias y/o extraescolares, pudiéndose establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno así

como la colaboración con las familias del alumnado. La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los entornos naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida.

Finalmente, destacar que para el logro de una Educación Física de calidad y, por ende, la mejora de la Educación en general, es necesaria la evaluación de todos los elementos y factores implicados en el proceso de enseñanza y aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

12. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

La **Orden del 14 de julio de 1998** por la que se regulan las **actividades complementarias y extraescolares** destaca su contribución a una mejora de la calidad educativa y del aprendizaje competencial. Así como actividades complementarias y extraescolares se van a prever las siguientes:

1º de ESO:

- *Gymkhana parque zoológico/ biblioteca municipal/centro histórico*: actividad por la que el alumnado recibirá el carnet de la Red de Bibliotecas de Andalucía, conociendo a su vez el edificio donde se encuentra enmarcada. Completando la actividad con dos juegos de pistas, uno en el centro peatonal de la localidad y otro en el parque Zoológico.
- *Salida a la playa intercentros* (invierno): desplazamiento caminando o en bicicleta por el carril bici a la playa de Canela para la práctica de actividades deportivas en la playa. Más recogida de residuos y batida de limpieza en la playa. De manera conjunta con el alumnado de 1º de ESO del IES González de Aguilar de Ayamonte.
- *Miniolimpiada*: realización de una olimpiada multideporte con el alumnado de 1º de ESO en el polideportivo municipal.
- *Jornada en la playa (fin de curso)*: reflexionar sobre la importancia del cuidado medioambiental, flora y fauna del litoral. Batida para la recogida de residuos y realización de taller medioambiental. Práctica de actividades acuáticas: paddle surf, piragüismo.

2º de ESO:

- *Salida a la playa intercentros*: desplazamiento caminando o en bicicleta por el carril bici a la playa de Canela para la práctica de actividades deportivas en la playa. Más recogida de residuos y batida de limpieza en la playa. De manera conjunta con el alumnado de 2º de ESO del IES González de Aguilar de Ayamonte.
- *Gymkhana códigos Qr*: Realización de una gymkhana por los puntos históricos o más representativos de la localidad, utilizando el teléfono móvil y una aplicación de lectura de códigos Qr.
- *Jornada en la playa (fin de curso)*: reflexionar sobre la importancia del cuidado medioambiental, flora y fauna del litoral. Batida para la recogida de residuos y realización de taller medioambiental. Práctica de actividades acuáticas: paddle surf, piragüismo.

3º de ESO:

- *Visita a Granada y esquí:* viaje a Granada a realizar actividades de iniciación a esquí o Snow, así como al conocimiento de sus monumentos y zonas de mayor interés turístico

4º de ESO:

- *Visita a Granada y esquí:* viaje a Granada a realizar actividades de iniciación a esquí o Snow, así como al conocimiento de sus monumentos y zonas de mayor interés turístico.

1º de BACHILLERATO:

- *Salida a la piscina:* visita a la piscina climatizada municipal para realizar una jornada acuática de natación y otras actividades.
- *Semana verde:* viaje a Villanueva del Duque (Córdoba) a realizar actividades en el medio natural.

2º de BACHILLERATO:

- *Gymkhana códigos Qr:* Realización de una gymkhana por los puntos históricos o más representativos de la localidad, utilizando el teléfono móvil y una aplicación de lectura de códigos Qr. Ayudante en la organización y realización del recorrido.
- *Visita a Granada y esquí:* viaje a Granada a realizar actividades de iniciación a esquí o Snow, así como al conocimiento de sus monumentos y zonas de mayor interés turístico.
- *Salida en bicicleta* por la vía verde de Ayamonte.
- *Visita a la instalación y piscina municipal* para realizar actividades relacionadas con el wellness y la natación.

OTRAS:

- *Recreos activos:* organizados en colaboración con el alumnado de 4º de ESO y bachillerato y como parte del programa Forma Joven y Escuela Espacio de Paz.
- *Golf:* visita al campo de golf, formación para docentes y cursos. Durante todo los trimestres.
- *Salidas al entorno* cercano para la práctica de actividad física.

EFEMÉRIDES:

- *Día de la Paz Escolar (30 de enero):* participación en un intercambio multideporte con alumnos y alumnas de un instituto de la localidad de Lagoa.
- *Día de Andalucía (27 de febrero):* participación de un torneo multideporte de deportes alternativos.

13. PROCEDIMIENTOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y PONDERACIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Para la Educación Secundaria Obligatoria y de conformidad con lo dispuesto en el artículo 13.1 de la Orden de 14 de julio de 2016, «la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua, formativa, integradora y diferenciada según las distintas materias del currículo». Respecto a la etapa de bachillerato y de conformidad con lo dispuesto en el artículo 16.1 de la Orden de 14 de julio de 2016, «la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua y diferenciada según las materias, tendrá un carácter formativo y será instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje».

Así mismo y de acuerdo con el artículo 14 de la Orden de 14 de julio de 2016 para la etapa de secundaria y el artículo 17 de la Orden de 14 de julio de 2016 para bachillerato, «los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y el logro de los objetivos de la etapa en las evaluaciones continua y final de las distintas materias son los criterios de evaluación y su concreción en los estándares de aprendizaje evaluables». Además para la evaluación del alumnado se tendrán en consideración los criterios y procedimientos de evaluación y promoción incluidos en el proyecto educativo del centro, así como los criterios de calificación incluidos en la presente programación didáctica.

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 15 de la Orden de 14 de julio de 2016 para la etapa de secundaria, «el profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna y de su maduración personal en relación con los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y las competencias clave. A tal efecto, utilizará diferentes procedimientos, técnicas o instrumentos como pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, ajustados a los criterios de evaluación y a las características específicas del alumnado». Respecto a lo dispuesto en el artículo 18 de la Orden de 14 de julio de 2016 de bachillerato, «el profesorado llevará a cabo la evaluación de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna en relación con los objetivos del Bachillerato y las competencias clave, a través de diferentes procedimientos, técnicas o instrumentos como pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, ajustados a los criterios de evaluación de las diferentes materias y a las características específicas del alumnado».

13.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º DE ESO

1º ESO					
CRITERIO	CC	%	BLQ	INSTRUMENTO	TAREA
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	5	JJ/DPT	Rúbrica/hoja de observación	Torneos deportivos y juegos Miniolimpiada
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	7	EC	Rúbrica/hoja de observación	Composiciones grupales Juegos de EC
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	20	JJ/DPT	Rúbrica/hoja de observación	Torneos deportivos y juegos
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	CMCT, CAA.	3	CF/CM	Rúbrica/hoja de observación Hoja frecuencia cardíaca	Juegos y pruebas de condición física
5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.	CMCT, CAA.	5	CF/CM	Rúbrica/hoja de observación	Juegos de condición física Miniolimpiada
6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.	CMCT, CAA, CSC.	2	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación	Calentamientos y vueltas a la calma de todas las sesiones Juegos de la salud

7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	CAA, CSC, SIEP.	35	TODOS	Rúbrica/hoja de observación	Todas las tareas
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.	CMCT, CAA, CSC.	3	AFMN	Rúbrica/hoja de observación	Senderismo vía verde Gymkhana biblioteca Salida a la playa
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física.	CCL, CSC.	5	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación Cuaderno del docente	Todas las tareas Aseo, agua y fruta.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.	CCL, CD, CAA.	5	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación	Trabajo/proyecto Juegos de la salud
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3	AFMN	Rúbrica/hoja de observación	Senderismo vía verde Gymkhana biblioteca Salida a la playa
12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.	CCL, CD, CAA, CSC, CEC.	3	JJ/DPT	Rúbrica/hoja de observación	Libro/ficha de juegos tradicionales Práctica de juegos tradicionales
13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.	CCL, CD, CAA.	4	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación	Juegos de la salud

13.2. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 2º DE ESO

2º ESO					
CRITERIO	CC	%	BLOQUE	INSTRUMENTO	TAREA
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	5	JJ/DPT	Rúbrica/hoja de observación	Torneos deportivos y juegos
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	7	EC	Rúbrica/hoja de observación	Composiciones grupales
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	20	JJ/DPT	Rúbrica/hoja de observación	Torneos deportivos y juegos
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	CMCT, CAA.	5	CF/CM	Rúbrica/hoja de observación Hoja frecuencia cardiaca	Juegos y pruebas de condición física
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.	CMCT, CAA.	5	CF/CM	Rúbrica/hoja de observación	Juegos y pruebas de condición física Juegos de la salud
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.	CMCT, CAA, CSC.	5	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación	Calentamiento y vuelta a la calma de todas las sesiones Juegos de la salud

7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	CAA, CSC, SIEP.	30	TODOS	Rúbrica/hoja de observación	Todas las tareas
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	CMCT, CAA, CSC.	5	AFMN	Rúbrica/hoja de observación	Senderismo vía verde Gymkhana urbana Salida a la playa
9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.	CCL, CSC.	5	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación Cuaderno del docente	Todas las tareas Aseo, agua y fruta.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	CCL, CD, CAA.	5	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación	Trabajo/proyecto Gymkhana urbana Juegos de la salud
11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.	CCL, CD, CAA, CSC, CEC.	3	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación	Trabajo/proyecto
12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	5	AFMN	Rúbrica/hoja de observación	Senderismo vía verde Gymkhana urbana Salida a la playa

13.3. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 3º DE ESO

3º ESO					
CRITERIO	CC	%	BLOQUE	INSTRUMENTO	TAREA
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	10	JJ/DPT	Rúbrica/hoja de observación	Torneos deportivos y juegos
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	10	EC	Rúbrica/hoja de observación	Composiciones grupales
3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	20	JJ/DPT	Rúbrica/hoja de observación	Torneos deportivos y juegos
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	CMCT, CAA.	5	CF/CM	Rúbrica/hoja de observación	Juegos y pruebas de condición física
5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	CMCT, CAA.	10	CF/CM	Rúbrica/hoja de observación	Juegos y pruebas de condición física
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas.	CMCT, CAA, CSC.	5	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación	Calentamiento y vuelta a la calma de todas las sesiones
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones.	CAA, CSC, SIEP.	20	Todos	Rúbrica/hoja de observación	Todas las tareas

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	CMCT, CAA, CSC.	5	AFMN	Rúbrica/hoja de observación	Senderismo por entornos cercanos. Salida a la playa Viaje a la nieve
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	CCL, CSC.	5	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación Cuaderno del docente	Todas las tareas Aseo, agua y fruta
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	CCL, CD, CAA.	5	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación	Trabajos/proyectos
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	5	AFMN	Rúbrica/hoja de observación	Senderismo por entornos cercanos. Salida a la playa Viaje a la nieve

13.4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 4º DE ESO

4º ESO					
CRITERIO	CC	%	BLOQUE	INSTRUMENTO	TAREA
1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	10	JJ/DPT	Rúbrica/hoja de observación Cuaderno docente	Tareas y competiciones deportivas
2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	10	EC	Rúbrica/hoja de observación Cuaderno docente	Coreografías Juegos y actividades de expresión
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	10	JJ/DPT	Rúbrica/hoja de observación Cuaderno docente	Tareas y competiciones deportivas
4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.	CMCT, CAA.	5	CF/CM	Rúbrica	Trabajo/examen
5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.	CMCT, CAA.	10	CF/CM	Rúbrica/hoja de observación Cuaderno docente	Pruebas y tests de autoevaluación de la condición física Juegos de la Salud
6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.	CMCT, CAA, CSC.	5	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación Cuaderno docente	Puesta en práctica de calentamientos y vuelta a la calma
7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas.	CAA, CSC, SIEP.	10	JJ/DPT	Rúbrica/hoja de observación Cuaderno docente	Todas las tareas motrices

8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.	CAA, CSC, CEC.	5	JJ/DPT	Rúbrica	Lectura y análisis de artículos de prensa. Trabajo/ proyecto
9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.	CMCT, CAA, CSC.	5	AFMN	Rúbrica	Trabajo/ proyecto Salidas al entorno
10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes.	CCL, CSC.	5	SALUD/ VIDA	Rúbrica/hoja de observación Cuaderno docente	Todas las tareas Protocolo de lesiones
11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.	CCL, CAA, CSC, SIEP.	10	Todos	Rúbrica/hoja de observación Cuaderno docente	Tareas de clase Lectura y análisis de artículos de prensa. Debates
12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.	CCL, CD, CAA.	10	SALUD/ VIDA	Rúbrica	Trabajo/ proyecto Juegos de la Salud
13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	5	AFMN	Rúbrica/hoja de observación Cuaderno docente	Salidas al entorno

13.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º DE BACHILLERATO

1º BACHILLERATO					
CRITERIO	CC	%	BLOQUE	INSTRUMENTO	TAREA
1. Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	15	JJ/DPT	Rúbrica/hoja de observación	Torneo deportivo
2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	5	EC	Rúbrica/hoja de observación	Coreografía
3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	15	JJ/DPT	Rúbrica/hoja de observación/lista de control	Torneo deportivo
4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones.	CMCT, CAA, SIEP.	10	CF/CM	Rúbrica/hoja de observación	Juegos de la salud
5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.	CMCT, CAA, SIEP.	15	CF/CM	Rúbrica/hoja de observación	Programa de entrenamiento individualizado

6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.	CMCT, CAA, SIEP.	5	SALUD/VIDA	Autoevaluación Portfolio digital	Diario de entrenamiento
7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	10	SALUD/VIDA	Rúbrica/hoja de observación/escala de valoración	Protocolo de accidentes
8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.	CSC, SIEP.	10	SALUD/VIDA	Autoevaluación Portfolio digital	Diario de buenas practicas
9. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.	CCL, CD, CAA.	10	SALUD/VIDA	Portfolio digital	Proyecto/trabajo
10. Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	5	AFMN	Cuestionario de autoevaluación	Salida al entorno natural

13.6. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 2º DE BACHILLERATO

2º BACHILLERATO					
CRITERIO	CC	%	BLOQUE	INSTRUMENTO	TAREA
1. Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	10	JJ/DPT	Rúbrica/Hoja de observación	Tareas y competiciones deportivas
2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	10	EC	Rúbrica/Hoja de observación	Coreografía
3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	15	JJ/DPT	Rúbrica/Hoja de observación	Tareas y competiciones deportivas
4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones.	CMCT, CAA, SIEP.	5	CF/CM	Rúbrica/Hoja de observación	Pruebas de evaluación de la condición física Juegos de la Salud
5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.	CMCT, CAA, SIEP.	15	CF/CM	Rúbrica/Hoja de observación	Plan de entrenamiento Juegos de la Salud

6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.	CMCT, CAA, SIEP.	5	SALUD/VIDA	Rúbrica/Hoja de observación Cuaderno docente	Todas las tareas
7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	10	SALUD/VIDA	Rúbrica/Hoja de observación Cuaderno docente	Todas las tareas
8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.	CSC, SIEP.	10	SALUD/VIDA	Rúbrica/Hoja de observación Cuaderno docente	Todas las tareas
9. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.	CCL, CD, CAA.	10	SALUD/VIDA	Rúbrica/Hoja de observación	Trabajos/proyectos Juegos de la Salud
10. Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	10	AFMN	Rúbrica/Hoja de observación	Salidas al entornos Trabajo

14. MEDIDAS DE RECUPERACIÓN

14.1. EVALUACIÓN ORDINARIA

Para la superación de la materia en la evaluación ordinaria deberá de obtenerse al menos un cinco en todos los criterios de evaluación de cada curso, o en su defecto, no superar dos de ellos, siempre y cuando se obtenga un mínimo de un tres en estos.

a) Criterios de redondeo:

- Por debajo de 5 se redondea a la baja.
- Por encima del 5 si el decimal es igual o superior a 5 se redondea al alza.
- Por encima del 5 si el decimal es inferior a 5 se redondea a la baja.

b) Faltas de asistencia:

- Cada falta de asistencia (no justificadas mediante volante médico), se restará un punto de la nota práctica final de evaluación. Si hubiera que evaluar finalmente los trabajos teóricos, la nota no superará nunca el suficiente.
- La acumulación de 5 faltas sin justificar equivale a la perdidas de la valoración positiva de la evaluación correspondiente .
- En caso de que el alumnado tenga más de 9 faltas sin justificar durante el curso, se perderá el derecho de evaluación continua.

c) Alumnado inhabilitado temporalmente para la práctica de actividad física

- La falta de práctica por baja médica prolongada conlleva la evaluación de los contenidos de manera más teórica, estableciéndose la evaluación de los criterios mediante la realización de trabajos y proyectos de carácter oral y escrito.
- La falta de práctica injustificada de más de tres días en el trimestre supondrá la no superación de la evaluación del trimestre correspondiente. Dejando a cada docente del departamento el porcentaje de nota que resta sobre la nota final en caso de una o dos faltas de práctica sin justificar.
- El alumno o alumna que durante el curso no haya realizado la parte práctica de la misma sin justificación, no podrá obtener más de un cinco en la evaluación extraordinaria.

14.2. EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA DE SEPTIEMBRE

En caso de no haber superado la materia durante el curso escolar, el alumnado deberá realizar una prueba extraordinaria en la convocatoria de septiembre. Para la realización de dicha prueba, se le proporcionará al alumno o alumna un informe donde se indiquen aquellos criterios que debe recuperar. Se proporcionará al alumnado un **informe** con aquellos criterios no superados y tareas para su recuperación.

Las tareas se aproximarán dentro de la medida de lo posible a las realizadas durante el curso, como por ejemplo:

- Entrega de trabajos realizados durante el curso.
- Entrega de videoclip con las composiciones coreográficas .
- Realización de un diario de actividad física de verano. .
- Trabajo o examen teórico-práctico.
- Etc...

14.3. EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA PENDIENTES

- *1º Y 2º ESO:* Los alumnos y alumnas deberán entregar el cuaderno de trabajo del nivel que deben recuperar debidamente cumplimentado y en las fechas que sus respectivos profesores les indiquen (*)
- *3º y 4º de ESO:* Los alumnos y alumnas al igual que en primer ciclo deberán entregar el cuaderno de trabajo del nivel que deben recuperar debidamente cumplimentado y en las fechas que sus respectivos profesores les indiquen al comienzo del curso . Los alumnos de 3º de ESO que tengan la asignatura de 2º de ESO suspensa o los alumnos y alumnas de 4º ESO con la Educación Física pendiente de 3º de ESO, conseguirán el aprobado siempre que aprueben las dos primeras evaluaciones del curso presente con al menos un 6. De no darse esta calificación en junio queda a criterio del profesor la

aprobación de la materia tanto de 3º como 4º de ESO en la convocatoria extraordinaria de septiembre.

- **BACHILLERATO:** Los alumnos y alumnas realizarán un trabajo de aquellas partes de la materia no superadas y lo entregarán en las fechas que el profesorado de la materia les indique al comienzo de curso. (*)

(): En ambos casos se establecerá el plazo de revisión de dichos trabajos a lo largo de del curso; si es posible se hará coincidir con las evaluaciones del curso actual.*

15. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Los centros docentes desarrollarán las medidas, programas, planes o actuaciones para la atención a la diversidad establecidas en el Capítulo VI del Decreto 110/2016, de 14 de Junio, así como en el Capítulo IV de la Orden de 14 de julio de 2016 en el marco de la planificación de la Consejería competente en materia de educación.

Como medidas preventivas de atención a la diversidad se hará uso de las siguientes:

- Revisión de los Informes de Evaluación Individualizados de cursos anteriores.
- Revisión de memorias finales de otros cursos.
- Colaboración del Departamento de Orientación (Plan de atención a la diversidad).
- Relación fluida con los componentes del equipo educativo y del tutor-a del grupo.
- Predisposición a posibles reuniones que surjan en base a problemas como: alumnado disruptivo, alumnos con Necesidades Específicas Educativa (NEAE)...

15.1. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD NATURAL

Para la atención a la diversidad natural se proponen algunos **aspectos metodológicos** como:

- Variedad de actividades y de experiencias motrices, sensoriales y cognitivas.
- Organización flexible de tiempos de práctica y de espacios.
- Realización de los agrupamientos según diferentes intereses y objetivos.
- Utilización de gran variedad de recursos
- Adaptación de la práctica mediante la modificación de reglas y materiales.

15.1.1. ALUMNADO INHABILITADO TEMPORALMENTE PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

La falta puntual de práctica deberá justificarse a través de la agenda escolar. Si esta inhabilitación para desarrollar la parte práctica se prolonga a más de una sesión deberá justificarse mediante informe médico o del fisioterapeuta.

La imposibilidad de realizar la gran parte motriz en la clase, no inhibe al alumnado de su participación para el desarrollo de la clase, ni de su asistencia. Así para el alumnado inhabilitado temporalmente se propondrán otros roles que sustituyan el componente puramente motor. Entre estos roles destacarán:

- Realización de un diario de clase.
- Participación en la organización, explicación y dirección de algunas de sus partes asumiendo rol docente.

- Adoptar roles de arbitraje y /o liderazgo.
- Ayudar con el material, asistiendo al profesorado durante la sesión.
- Realización de ejercicios de rehabilitación
- Participar en actividades de muy bajo riesgo para su lesión.

La no participación en las clases con carácter injustificado supondrá la no superación de los criterios de evaluación y en definitiva, el suspenso.

15.1.2. ALUMNADO DISRUPTIVO

Para el alumnado disyuntivo entre otras, se propondrán:

- Práctica de actividades funcionales
- Adopción de roles de liderazgo
- Sesiones de relajación y de control de la ansiedad.
- Otras medidas según las características del grupo clase y de la metodología del docente.

15.2. ATENCIÓN AL ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS

Según Bañuelos (2009) las tareas se pueden clasificar dependiendo de la dificultad en torno a los estímulos que proporcionan información sobre el entorno. Así, considerando la legislación vigente, se establecerán **adaptaciones curriculares más o menos significativas (AAC de acceso o ACS de los elementos curriculares)**

15.2.1. ADAPTACIONES DE ACCESO AL CURRÍCULO (AAC)

Se llevarán a cabo medidas como:

- *Apoyo verbal*: tipo de palabras empleadas, su número y elección; explicaciones correctas y breves; en tareas complejas, sustituir explicaciones por la demostración.
- *Apoyo visual*: demostración previa del movimiento, utilización de estímulos simultáneos (colores, ritmo), etc.
- *Apoyo manual*: situar al alumno-a en la situación ideal para el movimiento, conducirlo por el espacio, etc.
- *División del movimiento en secuencias*: en aquellos casos en que el sujeto está limitado en la organización de las informaciones.
- Además de otras, según la características del alumnado.

Para alumnado *inmigrante*:

- Socialización e integración grupal: agrupamientos con alumnado más tolerante y respetuoso. Juegos cooperativos y de integración.
- Conocimiento y desarrollo del lenguaje: Se facilitará hojas de vocabulario adecuado para su trabajo en las clases de ATAL. Durante las explicaciones, se intentará demostrar las actividades, ubicándonos para que siempre tenga buena visibilidad.

Para alumnado de incorporación tardía y altas capacidades:

- Integración social: grupos variados y buen clima de clase.
- Procesos cognitivos: variando los juegos y materiales, ampliando o disminuyendo la complejidad de los mismos.

15.2.2. ADAPTACIONES DE ACCESO A LOS ELEMENTOS CURRICULARES (ACS)

Se llevará a cabo un plan de apoyo en colaboración con el departamento de orientación.

16. RECURSOS Y LIBRO DE TEXTO

Los **recursos materiales** son los **medios para transmitir los conocimientos** del currículo, para el desarrollo de la programación y de nuestra materia. Para su elección se han seguido **criterios de variedad, seguridad, polivalencia, motivación, rentabilidad, diversión ...**

Teniendo en consideración que los materiales y recursos específicos están determinados en cada una de las unidades didácticas. A continuación, se expone un **listado general** de los mismos.

RECURSOS MATERIALES Y LIBRO DE TEXTO
De clase (propios del docente)
• Smartphone, tablet y ordenador portátil.
• Reloj, cronómetro, botella de agua, silbato, crema solar....
Departamento
• Material específico de Educación Física: aros, colchonetas, conos, balones, espalderas...
• Material no específico: botellas, tela, material de propia construcción...
• Proyector y pizarra digital
• Paneles, corchos de información del gimnasio y de la puerta del gimnasio.
• Recursos bibliográficos
Del alumnado
• Específico de sesiones concretas: ropa, fruta, accesorios, bolígrafos, material escolar...
• <u>Libro de texto</u> de la editorial Bruño (1º hasta 4º ESO)

17. MEDIDAS PARA EL DESARROLLO Y UTILIZACIÓN DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS MEDIANTE LA EDUCACIÓN FÍSICA.

La Educación Física puede beneficiarse de los recursos que las nuevas tecnologías ofrecen para el aprendizaje de los contenidos propios de nuestra materia.

De esta manera se va favorecer el buen uso de las nuevas tecnologías a través de diferentes recursos. Entre estos recurso cabe destacar:

- Aplicaciones móviles para el control de la intensidad y del entrenamiento como por ejemplo, Endomondo, Strava, Runtastic...
- Redes sociales mediante el Instagram y el blog de Los juegos de la Salud.
- Plataformas como Kahoot para la realización de cuestionarios.
- Aplicaciones para la creación y lectura de códigos Qr.
- Aplicaciones para la edición de video como Vivavideo, MovieMaker...
- Tratamiento, búsqueda y diseño de contenidos en la web como por ejemplo, mediante la edición de infografías a través de herramientas como Canva.

18. PLAN DE LECTURA Y ESTRATEGIAS DE ANIMACIÓN A LA LECTURA Y AL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN Y LA COMPRENSIÓN ORAL Y ESCRITA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Las estrategias para animar al alumnado a leer, así como favorecer su desarrollo en la expresión y comprensión oral y escrita, pasan entre otros por:

- La resolución de conflictos y el diálogo en las tareas motrices.
- Realización de trabajos y proyectos escritos en formato papel y digital de algunos contenidos vinculados a nuestra materia.
- La lectura y comprensión del libro de Educación Física propuesto por el departamento.
- Resúmenes de artículos sobre temas de interés como: hábitos saludables, dieta equilibrada, valores personales y sociales, etc...localizados en páginas web y que a su vez interrelacionen esta competencia con la competencia digital y las TIC.
- Por medio de la consulta bibliográfica propia de la materia que se encuentra en el centro.
- Propuesta de un libro de lectura y su posterior exposición en clase por grupos.
- Visita a la biblioteca municipal y el desarrollo de una gymkhana para obtener el carnet de la misma y conocer su historia y funcionamiento.
- Lectura de textos escogidos por su especial interés o de recortes de prensa deportiva donde se traten temas relacionados con violencia deportiva, valores en el deporte y el fair play.
- Lectura de textos colgados en la plataforma del centro en la sección del dpto.
- Encontrar y leer textos seleccionados libremente por el alumno/a, que respondan a temas planteados por los profesores y que desarrollen una conciencia crítica en valores tomando como referencia la actividad física y el deporte en todas sus facetas.

19. CONCLUSIÓN

Desde esta programación didáctica y desde el departamento de Educación Física se ha pretendido plasmar la importancia que nuestra materia tiene para la salud y para la formación integral de nuestros alumnos y alumnas.

Fomentando por ello y para ello, prácticas activas y hábitos de vida saludable que hagan conscientes al alumnado de los beneficios de la constancia, el esfuerzo y la continuidad para lograrlo.

Para esto, se ha tenido en cuenta el marco legal vigente, el proyecto educativo de centro y las características de nuestro contexto.

En Ayamonte a 30 de octubre de 2018