

PROGRAMACIÓN
DIDÁCTICA
EDUCACIÓN FÍSICA
(2017-2018)

I.E.S.Itálica
(Santiponce)

Proferores de E.F:

Salvador Jiménez Pérez.
José Luis Ortega Cabaña.

ÍNDICE

Orden que regula las programaciones en ESO y Bachillerato.....	4
Introducción: Perfil y descripción de competencias básicas.....	4
Los Contenidos en su relación con la ESO.....	9
Las siglas correspondientes a las Competencias Básicas.....	10
Criterios de evaluación para la ESO.....	11

PRIMERO DE LA ESO

Contenidos, estándares evaluables y competencias básicas.....	12
Temporalización de los contenidos	14
Relación de los contenidos y sus criterios de evaluación.....	16

SEGUNDO DE LA ESO

Contenidos, estándares evaluables y competencias básicas.....	20
Temporalización de los contenidos	22
Relación de los contenidos y sus criterios de evaluación.....	24

<u>SEGUNDO DE LA ESO.....</u>	<u>15</u>
<u>SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES QUE SE CONSIDERAN BÁSICOS Y RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS BÁSICAS.....</u>	<u>15</u>
<u>Relación de Contenidos y Criterios de Evaluación.....</u>	<u>20</u>
<u>Estándares de Aprendizaje evaluables que se consideran básicos.....</u>	<u>20</u>
<u>Evaluación de los aprendizajes y criterios de evaluación.....</u>	<u>24</u>
<u>TERCERO DE LAESO.....</u>	<u>26</u>
<u>SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES QUE SE CONSIDERAN BÁSICOS Y RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS BÁSICAS.....</u>	<u>26</u>
<u>CRITERIOS DE CALIFICACION 3ºESO</u>	<u>32</u>
<u>Relación de Contenidos y Criterios de Evaluación.....</u>	<u>33</u>
<u>Estándares de Aprendizaje evaluables que se consideran básicos.....</u>	<u>33</u>
<u>CUARTO DE LAE.S.O.....</u>	<u>40</u>
<u>SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES QUE SE CONSIDERAN BÁSICOS Y RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS BÁSICAS.....</u>	<u>40</u>
<u>DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS PARA LAE.S.O.....</u>	<u>45</u>
<u>Concreción de las diferentes situaciones de oposición, de colaboración y de adaptación al entorno propuestas desde el departamento.....</u>	<u>46</u>
<u>PERFIL DE CADA UNA DE LAS COMPETENCIAS (ORDEN ECD/65/2015, DE 21 DE ENERO) PARA LAE.S.O.....</u>	<u>46</u>
<u>CONCRECIÓN DE ELEMENTOS TRANSVERSALES.....</u>	<u>49</u>

<u>ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES DEL ALUMNADO Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN PARA LA ESO.....</u>	<u>52</u>
<u>ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE LOS ALUMNOS DE LA ESO CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.....</u>	<u>56</u>
<u>MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD EN LA ESO.....</u>	<u>56</u>
<u>MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR EN LA ESO.....</u>	<u>57</u>
<u>PRIMERO DE BACHILLERATO.....</u>	<u>58</u>
<u>SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS.....</u>	<u>58</u>
<u>DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS.....</u>	<u>62</u>
<u>PERFIL DE CADA UNA DE LAS COMPETENCIAS DE ACUERDO CON LO ESTABLECIDO EN LA ORDEN ECD/65/2015, DE 21 DE ENERO.....</u>	<u>63</u>
<u>CONCRECIÓN DE ELEMENTOS TRANSVERSALES.....</u>	<u>66</u>
<u>ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES DEL ALUMNADO Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.....</u>	<u>67</u>
<u>ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE LOS ALUMNOS CON LA EDUCACIÓN FÍSICA PENDIENTE DE PRIMERO DE BACHILLERATO.....</u>	<u>71</u>
<u>MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....</u>	<u>71</u>
<u>MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR.....</u>	<u>72</u>
<u>MEDIDAS QUE PROMUEVAN LA LECTURA (E.S.O. Y BACHILLERATO).....</u>	<u>73</u>
<u>PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA Y SUS INDICADORES DE LOGRO EN LA ESO Y EN EL BACHILLERATO.....</u>	<u>73</u>
<u>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.....</u>	<u>73</u>

PROGRAMACIÓN DE LA ESO

ORDEN QUE REGULA LA PROGRAMACIÓN EN ESO Y BACHILLERATO

La programación se ajusta a lo dispuesto en la **Orden EDU/362/2015** para primero y tercero de la E.S.O. y en la **Orden EDU/363/2015** para primero de bachillerato y la **RD 1105/2014** para segundo y cuarto de la E.S.O.

INTRODUCCIÓN: PERFIL Y DESCRIPCIÓN DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS.

Dado que el aprendizaje basado en competencias se caracteriza por su transversalidad, su dinamismo y su carácter integral, el proceso de enseñanza-aprendizaje competencial debe abordarse desde todas las áreas de conocimiento y por parte de las diversas instancias que conforman la comunidad educativa, tanto en los ámbitos formales como en los no formales e informales. Su dinamismo se refleja en que las competencias no se adquieren en un determinado momento y permanecen inalterables, sino que implican un proceso de desarrollo mediante el cual los individuos van adquiriendo mayores niveles de desempeño en el uso de las mismas.

Además, este aprendizaje implica una formación integral de las personas que, al finalizar la etapa académica, serán capaces de transferir aquellos conocimientos adquiridos a las nuevas instancias que aparezcan en la opción de vida que elijan. Así, podrán reorganizar su pensamiento y adquirir nuevos conocimientos, mejorar sus actuaciones y descubrir nuevas formas de acción y nuevas habilidades que les permitan ejecutar eficientemente las tareas, favoreciendo un aprendizaje a lo largo de toda la vida.

Las competencias clave deberán estar estrechamente vinculadas a los objetivos definidos para la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato. Esta vinculación favorece que la consecución de dichos objetivos a lo largo de la vida académica lleve implícito el desarrollo de las competencias clave, para que todas las personas puedan alcanzar su desarrollo personal y lograr una correcta incorporación en la sociedad.

1. Comunicación Lingüística

La competencia en comunicación lingüística es el resultado de la acción comunicativa dentro de prácticas sociales determinadas, en las cuales el individuo actúa con otros interlocutores y a través de textos en múltiples modalidades, formatos y soportes. Estas situaciones y prácticas pueden implicar el uso de una o varias lenguas, en diversos ámbitos y de manera individual o colectiva. Para ello el individuo dispone de su repertorio plurilingüe, parcial, pero ajustado a las experiencias comunicativas que experimenta a lo largo de la vida. Las lenguas que utiliza pueden haber tenido vías y tiempos distintos de adquisición y constituir, por tanto, experiencias de aprendizaje de lengua materna o de lenguas extranjeras o adicionales.

Esta visión de la competencia en comunicación lingüística vinculada con prácticas sociales determinadas ofrece una imagen del individuo como agente comunicativo que produce, y no sólo recibe, mensajes a través de las lenguas con distintas finalidades. Valorar la relevancia de esta afirmación en la toma de decisiones educativas supone optar por metodologías activas de aprendizaje (aprendizaje basado en tareas y proyectos, en problemas, en retos, etcétera), ya sean estas en la lengua materna de los estudiantes, en una lengua adicional o en una lengua extranjera, frente a opciones metodológicas más tradicionales.

Desde la asignatura de Educación Física, contribuiremos al desarrollo de esta competencia haciendo que los jóvenes elaboren su propio libro, partiendo de un material confeccionado por el Departamento y trabajado en clase. Un control exhaustivo del trabajo de cada alumno/a por parte del profesorado servirá para el asesoramiento y el desarrollo de unas buenas prácticas lingüísticas en el desempeño de nuestro currículum.

2. Competencia Matemática y Competencias básicas en ciencia y Tecnología

La competencia matemática y las competencias básicas en ciencia y tecnología inducen y fortalecen algunos aspectos esenciales de la formación de las personas que resultan fundamentales para la vida.

En una sociedad donde el impacto de las matemáticas, las ciencias y las tecnologías es determinante, la consecución y sostenibilidad del bienestar social exige conductas y toma de decisiones personales estrechamente vinculadas a la capacidad crítica y visión razonada y razonable de las personas. A ello contribuyen la competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología:

a) La competencia matemática implica la capacidad de aplicar el razonamiento matemático y sus herramientas para describir, interpretar y predecir distintos fenómenos en su contexto.

b) Las competencias básicas en ciencia y tecnología son aquellas que proporcionan un acercamiento al mundo físico y a la interacción responsable con él desde acciones, tanto individuales como colectivas, orientadas a la conservación y mejora del medio natural, decisivas para la protección y mantenimiento de la calidad de vida y el progreso de los pueblos. Estas competencias contribuyen al desarrollo del pensamiento científico, pues incluyen la aplicación de los métodos propios de la racionalidad científica y las destrezas tecnológicas, que conducen a la adquisición de conocimientos, la contrastación de ideas y la aplicación de los descubrimientos al bienestar social.

Desde el departamento de Educación Física, esta competencia se trabajará activamente en la confección de material específico, interpretación matemática de los resultados de pruebas específicas para el desarrollo de la condición física, realización de estructuras, circuitos... e interpretación de mapas y elaboración de itinerarios entre otras.

3. Competencia Digital

La competencia digital es aquella que implica el uso creativo, crítico y seguro de las tecnologías de la información y la comunicación para alcanzar los objetivos relacionados con el trabajo, la empleabilidad, el aprendizaje, el uso del tiempo libre, la inclusión y participación en la sociedad.

Esta competencia supone, además de la adecuación a los cambios que introducen las nuevas tecnologías en la alfabetización, la lectura y la escritura, un conjunto nuevo de conocimientos, habilidades y actitudes necesarias hoy en día para ser competente en un entorno digital.

La adquisición de esta competencia requiere además actitudes y valores que permitan al usuario adaptarse a las nuevas necesidades establecidas por las tecnologías, su apropiación y adaptación a los propios fines y la capacidad de interactuar socialmente en torno a ellas. Se trata de desarrollar una actitud activa, crítica y realista hacia las tecnologías y los medios tecnológicos, valorando sus fortalezas y debilidades y respetando principios éticos en su uso. Por otra parte, la competencia digital implica la participación y el trabajo colaborativo, así como la motivación y la curiosidad por el aprendizaje y la mejora en el uso de las tecnologías.

En el departamento de Educación Física es esencial el uso de los medios informáticos para mantener un contacto continuo con el alumnado y como medio transmisor del conocimiento. Mediante internet y las distintas plataformas al servicio educativo, nuestra asignatura consigue actualizar continuamente la información que queremos transmitir y nuestros alumnos/as utilizan estos medios para desarrollar los conocimientos que van adquiriendo en clase.

4. Aprender a Aprender

La competencia de aprender a aprender es fundamental para el aprendizaje permanente que se produce a lo largo de la vida y que tiene lugar en distintos contextos formales, no formales e informales.

Esta competencia se caracteriza por la habilidad para iniciar, organizar y persistir en el aprendizaje. Esto exige, en primer lugar, la capacidad para motivarse por aprender. Esta motivación depende de que se genere la curiosidad y la necesidad de aprender, de que el estudiante se sienta protagonista del proceso y del resultado de su aprendizaje y, finalmente, de que llegue a alcanzar las metas de aprendizaje propuestas y, con ello, que se produzca en él una percepción de auto-eficacia. Todo lo anterior contribuye a motivarle para abordar futuras tareas de aprendizaje.

En segundo lugar, en cuanto a la organización y gestión del aprendizaje, la competencia de aprender a aprender requiere conocer y controlar los propios procesos de aprendizaje para ajustarlos a los tiempos y las demandas de las tareas y actividades que conducen al aprendizaje. La competencia de aprender a aprender desemboca en un aprendizaje cada vez más eficaz y autónomo.

El objetivo principal de Educación Física es conseguir que nuestros alumnos/as obtengan los conocimientos necesarios para que puedan decidir y planificar sus propios programas de entrenamiento físico en el futuro. Por eso, desde nuestra asignatura se les enseña a ser autónomos en el aprendizaje. Es fundamental que ellos aprendan a planificar la actividad física que les pueda ser de utilidad atendiendo a sus capacidades y limitaciones en cada momento de sus vidas.

5. Competencias Sociales y Cívicas

Las competencias sociales y cívicas implican la habilidad y capacidad para utilizar los conocimientos y actitudes sobre la sociedad, entendida desde las diferentes perspectivas, en su concepción dinámica, cambiante y compleja, para interpretar fenómenos y problemas sociales en contextos cada vez más diversificados; para elaborar respuestas, tomar decisiones y resolver conflictos, así como para interactuar con otras personas y grupos conforme a normas basadas en el respeto mutuo y en convicciones democráticas. Además de incluir acciones a un nivel más cercano y mediato al individuo como parte de una implicación cívica y social.

Se trata, por lo tanto, de aunar el interés por profundizar y garantizar la participación en el funcionamiento democrático de la sociedad, tanto en el ámbito público como privado, y preparar a las personas para ejercer la ciudadanía democrática y participar plenamente en la vida cívica y social gracias al conocimiento de conceptos y estructuras sociales y políticas y al compromiso de participación activa y democrática.

a. La competencia social se relaciona con el bienestar personal y colectivo. Exige entender el modo en que las personas pueden procurarse un estado de salud física y mental óptimo, tanto para ellas mismas como para sus familias y para su entorno social próximo, y saber cómo un estilo de vida saludable puede contribuir a ello.

b. La competencia cívica se basa en el conocimiento crítico de los conceptos de democracia, justicia, igualdad, ciudadanía y derechos humanos y civiles, así como de su formulación en la Constitución española, la Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea y en declaraciones internacionales, y de su aplicación por parte de diversas instituciones a escala local, regional, nacional, europea e internacional. Esto incluye el conocimiento de los acontecimientos contemporáneos, así como de los acontecimientos más destacados y de las principales tendencias en las historias nacional, europea y mundial, así como la comprensión de los procesos sociales y culturales de carácter migratorio que implican la existencia de sociedades multiculturales en el mundo globalizado.

Desde la asignatura de Educación Física se trata de inculcar todos los valores morales y éticos que contribuyen a la formación integral del individuo en una sociedad democrática. Continuamente trabajamos fomentando la labor en equipo, tanto a nivel teórico como práctico, para que los jóvenes se enfrenten a situaciones reales que requieran poner en práctica todas las habilidades sociales que les será de utilidad en su futuro.

6. Sentido de Iniciativa y Espíritu Emprendedor

La competencia sentido de iniciativa y espíritu emprendedor implica la capacidad de transformar las ideas en actos. Ello significa adquirir conciencia de la situación a intervenir o resolver, y saber elegir, planificar y gestionar los conocimientos, destrezas o habilidades y actitudes necesarios con criterio propio, con el fin de alcanzar el objetivo previsto.

Esta competencia está presente en los ámbitos personal, social, escolar y laboral en los que se desenvuelven las personas, permitiéndoles el desarrollo de sus actividades y el aprovechamiento de nuevas oportunidades. Constituye igualmente el cimiento de otras capacidades y conocimientos más específicos, e incluye la conciencia de los valores éticos relacionados.

La adquisición de esta competencia es determinante en la formación de futuros ciudadanos emprendedores, contribuyendo así a la cultura del emprendimiento. En este sentido, su formación debe incluir conocimientos y destrezas relacionados con las oportunidades de carrera y el mundo del trabajo, la educación económica y financiera o el conocimiento de la organización y los procesos empresariales, así como el desarrollo de actitudes que conlleven un cambio de mentalidad que favorezca la iniciativa emprendedora, la capacidad de pensar de forma creativa, de gestionar el riesgo y de manejar la incertidumbre.

Desde el Departamento de Educación Física tratamos de desarrollar esta competencia, transmitiendo los conocimientos necesarios y poniendo las bases para que nuestros jóvenes puedan ver en la Educación Física un medio para planificar su actividad deportiva, una forma de vida sana e incluso un medio en el que desarrollar su futuro laboral.

7. Conciencia y Expresiones Culturales

La competencia en conciencia y expresión cultural implica conocer, comprender, apreciar y valorar con espíritu crítico, con una actitud abierta y respetuosa, las diferentes manifestaciones culturales y artísticas, utilizarlas como fuente de enriquecimiento y disfrute personal y considerarlas como parte de la riqueza y patrimonio de los pueblos.

Esta competencia incorpora también un componente expresivo referido a la propia capacidad estética y creadora y al dominio de aquellas capacidades relacionadas con los diferentes códigos artísticos y culturales, para poder utilizarlas como medio de comunicación y expresión personal. Implica igualmente manifestar interés por la participación en la vida cultural y por contribuir a la conservación del patrimonio cultural y artístico, tanto de la propia comunidad como de otras comunidades.

Así pues, la competencia para la conciencia y expresión cultural requiere de conocimientos que permitan acceder a las distintas manifestaciones sobre la herencia cultural (patrimonio cultural, histórico-artístico, literario, filosófico, tecnológico, medioambiental, etcétera) a escala local, nacional y europea y su lugar en el mundo. Comprende la concreción de la cultura en diferentes autores y obras, así como en diferentes géneros y estilos, tanto de las bellas artes (música, pintura, escultura, arquitectura, cine, literatura, fotografía, teatro y danza) como de otras manifestaciones artístico-culturales de la vida cotidiana (vivienda, vestido, gastronomía, artes aplicadas, folclore, fiestas...). Incorpora asimismo el conocimiento básico de las principales técnicas, recursos y convenciones de los diferentes lenguajes artísticos y la identificación de las relaciones existentes entre esas manifestaciones y la sociedad, lo cual supone también tener conciencia de la evolución del pensamiento, las corrientes estéticas, las modas y los gustos, así como de la importancia representativa, expresiva y comunicativa de los factores estéticos en la vida cotidiana.

El Departamento de Educación Física apuesta por la vertiente cultural de la asignatura, desarrollando un amplio programa, tanto en horario escolar como extraescolar, dedicado a la Danza, el Teatro, la Expresión Corporal, el Folklore, los Juegos Populares y el Ritmo. Deporte y Cultura deben ir de la mano y nosotros apostamos porque nuestros jóvenes reciban un desarrollo integral en ambos sentidos.

LOS CONTENIDOS EN SU RELACIÓN CON LA ESO

Los **CONTENIDOS** en la E.S.O. se agrupan en los siguientes bloques:

1. **ACCIONES DE MANEJO DE CONTENIDOS COMUNES A OTRAS ASIGNATURAS:** De identificación de información relevante y manejo de las tecnologías de la información y la comunicación.
2. **ACCIONES MOTRICES INDIVIDUALES EN ENTORNOS ESTABLES:** Situaciones basadas usualmente en modelos técnicos de ejecución y, en las que resulta decisiva la capacidad de ajuste para lograr conductas motrices cada vez más eficaces.
3. **ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE OPOSICIÓN:** En ellas resulta imprescindible la interpretación correcta de las acciones de un oponente, la selección acertada de la acción, la oportunidad y el momento de llevarla a cabo, y la ejecución de dicha decisión.
4. **ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE COOPERACIÓN:** Con o sin oposición, en las que se producen relaciones de cooperación y colaboración con otros participantes en entornos estables para conseguir un objetivo.
5. **ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ADAPTACIÓN AL ENTORNO:** El medio en el que se realizan las actividades no tiene siempre las mismas características, por lo que genera incertidumbre y su finalidad es adaptarse al entorno y a la actividad.
6. **SITUACIONES DE ÍNDOLE ARTÍSTICA O DE EXPRESIÓN:** Su conexión con la danza, el teatro y otras especialidades artísticas los acerca al desarrollo de otras capacidades que les ayuda a relacionar la actividad física con la actividad cultural.

En las tablas de nuestra programación se estructurarán y relacionarán en columnas los contenidos, los estándares de aprendizaje evaluables básicos y su relación con las competencias básica.

Asimismo, los estándares de aprendizaje que se consideran **BÁSICOS** en Educación Física **se destacarán en rojo**.

LAS SIGLAS CORRESPONDIENTES A LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

Las siglas para entender la relación de los CONTENIDOS con las COMPETENCIAS BÁSICAS son:

- a. COMPETENCIA LINGÜÍSTICA:.....**CL**
- b. COMPETENCIA MATEMÁTICA Y C. BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA...**CMCT**
- c. COMPETENCIA SOCIALES Y CÍVICAS.....**CSC**
- d. COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER.....**AA**
- e. COMPETENCIA DIGITAL.....**CD**
- f. SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR.....**IEE**
- g. CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES.....**CEC**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA LA E.S.O.

Para la evaluación se tendrán en cuenta diferentes aspectos y habrá diferentes posibilidades:

1. Pruebas escritas/ orales (al menos una de cada por evaluación)
2. Trabajos en grupo, por parejas e individuales, si los hubiere
3. Test de aptitud física / habilidad deportiva
4. Trabajo diario en clase: esfuerzo/trabajo/auto-superación/sacrificio

El criterio general de calificación será:

- **SABER (TEORÍA):** Pruebas escritas/orales, Trabajos... –**30%**
- **SABER HACER (PRÁCTICA):** Tests de aptitud, pruebas de habilidades físicas, demostración de destrezas físicas... –**30%**
- **SABER SER/ SABER ESTAR (APTITUD):** Aprovechamiento del tiempo de trabajo, participación, esfuerzo, cooperación, colaboración...etc. –**30%**
- **LENGUA VEHICULAR (UTILIZACIÓN DE UN LENGUAJE ESPECÍFICO):** Vocabulario, comprensión y expresión –**10%**

CONSIDERACIONES ESPECIALES:

- **No se considerará aprobada una evaluación** si la calificación obtenida es **inferior a cinco**.
- **Los trabajos** se valorarán con su nota en caso de ser entregadas el día correspondiente. Cada día de clase de **retraso** en la entrega de los trabajos, **se reducirá en un punto su valoración**.
- Será necesario obtener un **30%** de la puntuación asignada en **pruebas escritas** para poder **aprobar la evaluación**.
- **Si un alumno faltara un 20 % de las horas lectivas** de la asignatura, podrá **perder la evaluación continua**.
- La **convocatoria de Septiembre** se **aprobará** con una calificación superior de cinco o más, **entre la prueba que se realice y la entrega del trabajo propuesto**. La nota será la que corresponda al número entero inmediatamente anterior a la nota obtenida. **Si el trabajo se encontrara incompleto** (siendo el criterio que falte un tercio de las actividades propuestas) **será calificado con 0 puntos**.
- En los casos en que el alumnado tenga pendiente la asignatura en cursos anteriores al presente cursado, será **condición indispensable** para aprobar el curso, haber **obtenido evaluación positiva en la asignatura pendiente del curso anterior**.

3.- Acciones motrices en situaciones de oposición		
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aspectos técnicos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse. ➤ Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas. ➤ Práctica de gestos técnicos en situaciones de oposición. ➤ Aceptación de los propios niveles de habilidad como paso previo hacia la superación personal. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. ➤ Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. ➤ Adapta los fundamentos técnicos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico- deportivas de oposición o colaboración propuestas. 	<p>AA CS CI EE</p> <p>CMC</p> <p>TIE</p> <p>E</p>
4.- Situaciones de cooperación		
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas. ➤ Participación en juegos y actividades dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos y reglamentarios de las actividades propuestas. ➤ Respeto y aceptación de las normas y reglamentos. ➤ Las actividades físico-deportivas y el juego como medios para conseguir valores de desarrollo personal y social: integración, respeto, tolerancia, cooperación.... ➤ Asunción de la responsabilidad individual en una actividad colectiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas. ➤ Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. ➤ Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. ➤ Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. 	<p>IEE</p> <p>CS CC EC CS C</p> <p>AA</p> <p>CSC</p>
➤ 5.- Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno		

<ul style="list-style-type: none"> ➤ La orientación. Generalidades. ➤ Medios naturales de orientarse. ➤ Normas de seguridad. ➤ Posibilidades que ofrece el medio natural para realizar actividades físico-deportivas. ➤ Conocimiento, aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades. ➤ Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. ➤ Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas. 	<p>A A C D C M C T</p> <p>C D C</p> <p>SC</p>
6.- Situaciones de índole artística o de expresión		
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo. ➤ Actividades expresivas encaminadas a conseguir la cohesión del grupo y a romper los bloqueos e inhibiciones personales. ➤ Creación y práctica de coreografías de bailes y danzas. ➤ El tiempo y el ritmo. ➤ Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. <li style="color: red;">➤ Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. 	<p>A A I E E C E C</p> <p>CE C AA C S C</p>

TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS

PARA PRIMERO DE LA ESO

TEMPORALIZACIÓN PRIMERO DE LA ESO	PRIMER TRIMESTR E	SEGUNDO TRIMESTR E	TERCER TRIMESTR E
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Empleo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia. 	❖	❖	❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Habilidades específicas vinculadas a la acción motriz (giros, saltos, equilibrios...) 	❖	❖	❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Condición física. Capacidades físicas relacionadas con la salud. ➤ Generalidades, clases y ejercicios de acondicionamiento general. ➤ Resistencia aeróbica: carrera continua, circuitos y juegos. ➤ Flexibilidad. Trabajo estático y dinámico. ➤ Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones. ➤ Relación entre el entrenamiento y la mejora de los niveles de la condición física. 	❖	❖	❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Higiene postural. 		❖	

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aplicaciones prácticas. ➤ Creación de hábitos y actitudes preventivas. ➤ Disposición positiva hacia la práctica de la actividad física como mejora de la salud y la calidad de vida. 	❖	❖	❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aspectos técnicos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse ➤ Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas. ➤ Práctica de gestos técnicos en situaciones de oposición. 	❖		❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aceptación de los propios niveles de habilidad como paso previo hacia la superación personal. 	❖	❖	❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades de cooperación. ➤ Participación en juegos y actividades dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos y reglamentarios de las actividades de cooperación. Respeto y aceptación de las normas y reglamentos. 	❖		❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Las actividades físico-deportivas de cooperación y el juego como medios para conseguir valores de desarrollo personal y social: integración, respeto, tolerancia, cooperación... ➤ Asunción de la responsabilidad individual en una actividad colectiva 	❖		❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ La orientación. Generalidades. Medios naturales de orientarse. Normas de seguridad. ➤ Posibilidades que ofrece el medio natural para realizar actividades físico-deportivas. ➤ Conocimiento, aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural. 	❖		❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo. ➤ Actividades expresivas encaminadas a conseguir la cohesión del grupo y a romper los bloqueos e inhibiciones personales. ➤ Creación y práctica de coreografías de bailes y danzas. ➤ El tiempo y el ritmo. ➤ Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás. 		❖	

RELACIÓN DE LOS CONTENIDOS Y SUS CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA PRIMERO DE LA ESO

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
BLOQUE I : CONTENIDOS COMUNES		
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Identificación de información relevante, desechando la complementaria y superficial. ➤ Empleo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia 	<p>1. 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.</p>	<p>1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p> <p>1.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>
BLOQUE II : ACCIONES MOTRICES INDIVIDUALES EN ENTORNOS ESTABLES		

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Habilidades específicas vinculadas a la acción motriz (giros, saltos, equilibrios...) ➤ Condición física. Capacidades físicas relacionadas con la salud. ➤ Generalidades, clases y ejercicios de acondicionamiento general. ➤ Resistencia aeróbica: carrera continua, circuitos y juegos. ➤ Flexibilidad. Trabajo estático y dinámico. ➤ Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones. ➤ Relación entre el entrenamiento y la mejora de los niveles de la condición física. ➤ Higiene postural. ➤ Aplicaciones prácticas. ➤ Creación de hábitos y actitudes preventivas. ➤ Disposición positiva hacia la práctica de la actividad física como mejora de la salud y la calidad de vida 	<p>1. Resolver situaciones motrices. individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>3. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto-exigencia en su esfuerzo.</p>	<p>1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto-exigencia y superación.</p> <p>2.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>3.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>3.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>3.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>3.4 Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física,</p>
--	--	---

relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

**BLOQUE III:
ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE OPOSICIÓN**

- Aspectos técnicos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse
- Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas.
- Práctica de gestos técnicos en situaciones de oposición.
- Aceptación de los propios niveles de habilidad como paso previo hacia la superación personal.

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
1.2. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
2.1. Adapta los fundamentos técnicos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o colaboración-oposición propuestas.

BLOQUE IV:

SITUACIONES DE COOPERACIÓN

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas. ➤ Participación en juegos y actividades dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos y reglamentarios de las actividades propuestas. ➤ Respeto y aceptación de las normas y reglamentos. Las actividades físico-deportivas y el juego como medios para conseguir valores de desarrollo personal y social: integración, respeto, tolerancia, cooperación ➤ Asunción de la responsabilidad individual en una actividad colectiva. 	<p>1. Resolver situaciones motrices de colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>2. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos en la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	<p>1.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>2.3 Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>
---	--	---

BLOQUE V: ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ADAPTACIÓN AL ENTORNO

<ul style="list-style-type: none"> ➤ La orientación. Generalidades. Medios naturales de orientarse. Normas de seguridad. ➤ Posibilidades que ofrece el medio natural para realizar actividades físico-deportivas. ➤ Conocimiento, aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural. 	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p>	<p>. 1.1 Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p> <p>2.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico- deportivas.</p> <p>2.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.</p>
---	---	--

**BLOQUE VI:
SITUACIONES DE ÍNDOLE ARTÍSTICA O DE EXPRESIÓN**

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo. ➤ Actividades expresivas encaminadas a conseguir la cohesión del grupo y a romper los bloqueos e inhibiciones personales. ➤ Creación y práctica de coreografías de bailes y danzas. ➤ El tiempo y el ritmo. 	<p>1.1. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos</p>	<p>1.1 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>1.2 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p>
---	---	---

<p>➤ Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás.</p>		
---	--	--

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Control de la intensidad del esfuerzo por la frecuencia cardiaca: Toma de pulsaciones. Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. ➤ Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. ➤ Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. ➤ Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades. ➤ Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación. ➤ Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas en el ciclo. ➤ Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. ➤ Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. ➤ Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. ➤ Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. 	
3.- Acciones motrices en situaciones de oposición		
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aspectos técnicos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse. ➤ Fases del modelo técnico. ➤ Juegos y actividades dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos, principios tácticos básicos y reglamentarios de una o varias actividades físico-deportivas de oposición. ➤ Automatización de gestos técnicos básicos de las actividades desarrolladas. ➤ Elección de la opción técnica más apropiada en cada momento. ➤ Necesidad y sentido de las normas. ➤ Distribución racional de las fuerzas a lo largo de la competición. ➤ Disposición favorable hacia la autoexigencia y superación de las propias limitaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. ➤ Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. ➤ Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico ➤ Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. ➤ Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico- deportivas de oposición o 	<p>AA CSC</p> <p>IEE</p> <p>CMCT</p> <p>IEE</p>

	de colaboración-oposición propuestas.	
4.- Situaciones de cooperación		
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Elección de la opción técnica más apropiada en cada momento. Automatización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas. ➤ Puesta en práctica de los conocimientos adquiridos en situaciones reales de juego. ➤ Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás. ➤ Los valores en el deporte y la actividad física. ➤ Interiorización y aplicabilidad. ➤ Valoración del juego y el deporte, en particular tradicional y autóctono, respectivamente, como marco de relación con los demás. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. ➤ Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. ➤ Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. ➤ Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. ➤ Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. 	<p>T E E</p> <p>C S C C E C C S C</p> <p>AA</p> <p>C S C</p>
➤ 5.- Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno		
<ul style="list-style-type: none"> ➤ El senderismo. ➤ Tipos de sendero, normas básicas para su práctica, material necesario. ➤ Señales de rastreo. ➤ Conocimiento, aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural en la realización de actividades de orientación. ➤ Identificación y prevención de las contingencias propias del medio natural. ➤ Práctica de normas básicas de protección y mejora del medio ambiente próximo en la realización de actividades en el entorno natural. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades. ➤ Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. ➤ Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas. ➤ Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. ➤ Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas en un entorno no estable. 	<p>A A C D C M C T</p> <p>C D</p> <p>C S C</p>
6.- Situaciones de índole artística o de expresión		

<ul style="list-style-type: none"> ➤ El cuerpo expresivo: postura, gesto y movimiento. ➤ La conciencia corporal. ➤ Aplicación a las actividades expresivas. ➤ Combinación de movimientos. ➤ teniendo en cuenta las variables de espacio, tiempo e intensidad. ➤ Actividades encaminadas al dominio, al control corporal y a la comunicación con los demás: los gestos, las posturas y la voz. ➤ Valoración de la capacidad y de los usos expresivos y comunicativos del cuerpo. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. ➤ Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. ➤ Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. 	<p style="text-align: center;">AA I E E C E C</p> <p style="text-align: center;">CE C AA C S C</p>
--	---	--

TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS PARA SEGUNDO DE LA ESO

TEMPORALIZACIÓN SEGUNDO DE LA ESO	PRIMER TRIMESTR E	SEGUNDO TRIMESTR E	TERCER TRIMESTR E
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Empleo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia. 	❖	❖	❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Condición física. ➤ Capacidades físicas relacionadas con la salud. Acondicionamiento general. ➤ La fuerza. Generalidades. Clases. ➤ Ejercicios básicos de iniciación al trabajo de fuerza. ➤ La velocidad. Generalidades. Clases. ➤ Ejercicios básicos de iniciación al trabajo de velocidad de reacción y desplazamiento. ➤ Control de la intensidad del esfuerzo por la frecuencia cardiaca: Toma de pulsaciones. ➤ Test y pruebas funcionales. ➤ El calentamiento: fases. ➤ Ejecución de ejercicios aplicados al calentamiento general. ➤ La vuelta a la calma. ➤ Valoración de los efectos positivos del calentamiento, la vuelta a la calma y la correcta realización del ejercicio físico para prevenir lesiones. 	❖		❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Higiene postural. 	❖	❖	❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Creación de hábitos y actitudes preventivas. ➤ Toma de conciencia de la propia condición física y predisposición a su mejora con un trabajo adecuado. ➤ Valoración de hábitos y conductas positivas y discriminación de las negativas 	❖	❖	❖

<p>(sedentarismo, drogodependencias...), fundamentalmente las relacionadas con las enfermedades de origen cardiovascular.</p>			
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aspectos técnicos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse. ➤ Juegos y actividades dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos. ➤ Principios tácticos básicos y reglamentarios de una o varias actividades físico-deportivas de oposición. ➤ Automatización de gestos técnicos básicos de las actividades desarrolladas. ➤ Elección de la opción técnica más apropiada en cada momento. ➤ Necesidad y sentido de las normas. ➤ Distribución racional de las fuerzas a lo largo de la competición. ➤ Disposición favorable hacia la auto exigencia y superación de las propias limitaciones. 	❖	❖	❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Elección de la opción técnica más apropiada en cada momento en situaciones de cooperación. ➤ Automatización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas. ➤ Puesta en práctica de los conocimientos adquiridos en situaciones reales de juego. 	❖	❖	❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás. ➤ Los valores en el deporte y la actividad física. Interiorización y aplicabilidad. ➤ Valoración del juego y el deporte, en particular tradicional y autóctono, respectivamente, como marco de relación con los demás. 	❖		❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ El senderismo. Tipos de sendero, normas básicas para su práctica, material necesario. Señales de rastreo. ➤ Conocimiento, aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural en la realización de actividades de orientación. ➤ Identificación y prevención de las contingencias propias del medio natural. ➤ Práctica de normas básicas de protección y mejora del medio ambiente próximo en la realización de actividades en el entorno natural. 	❖		❖
<ul style="list-style-type: none"> ➤ El cuerpo expresivo: postura, gesto y movimiento. ➤ La conciencia corporal. ➤ Aplicación a las actividades expresivas. ➤ Combinación de movimientos teniendo en cuenta las variables de espacio, tiempo e intensidad. Actividades encaminadas al dominio, al control corporal y a la comunicación con los demás: los gestos, las posturas y la voz. ➤ Valoración de la capacidad y de los usos expresivos y comunicativos del cuerpo. 		❖	

RELACIÓN DE LOS CONTENIDOS Y SUS CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA SEGUNDO DE LA ESO

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
BLOQUE I : CONTENIDOS COMUNES		
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Identificación de información relevante, desechando la complementaria y superficial. ➤ Empleo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia 	<p>1. 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.</p>	<p>1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p> <p>1.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>
BLOQUE II : ACCIONES MOTRICES INDIVIDUALES EN ENTORNOS ESTABLES		

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Habilidades específicas vinculadas a la acción motriz (giros, saltos, equilibrios...) ➤ Condición física. Capacidades físicas relacionadas con la salud. ➤ Generalidades, clases y ejercicios de acondicionamiento general. ➤ Resistencia aeróbica: carrera continua, circuitos y juegos. ➤ Flexibilidad. Trabajo estático y dinámico. ➤ Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones. ➤ Relación entre el entrenamiento y la mejora de los niveles de la condición física. ➤ Higiene postural. ➤ Aplicaciones prácticas. ➤ Creación de hábitos y actitudes preventivas. ➤ Disposición positiva hacia la práctica de la actividad física como mejora de la salud y la calidad de vida. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Resolver situaciones motrices. individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físicas co-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. 2. 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. 3. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto-exigencia en su esfuerzo. 	<p>1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto-exigencia y superación.</p> <p>2.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>3.4 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>3.5 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>3.6 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>3.4 Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el</p>
---	--	--

efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

**BLOQUE III:
ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE OPOSICIÓN**

- Aspectos técnicos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse
- Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas.
- Práctica de gestos técnicos en situaciones de oposición.
- Aceptación de los propios niveles de habilidad como paso previo hacia la superación personal.

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

- 1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- 1.2 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
- 2.1. Adapta los fundamentos técnicos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o colaboración-oposición propuestas.

**BLOQUE IV:
SITUACIONES DE COOPERACIÓN**

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas. ➤ Participación en juegos y actividades dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos y reglamentarios de las actividades propuestas. ➤ Respeto y aceptación de las normas y reglamentos. Las actividades físico-deportivas y el juego como medios para conseguir valores de desarrollo personal y social: integración, respeto, tolerancia, cooperación ➤ Asunción de la responsabilidad individual en una actividad colectiva. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Resolver situaciones motrices de colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. 2. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos en la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas. 2 2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 3 2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. 4 2.3 Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.
---	---	--

**BLOQUE V:
ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ADAPTACIÓN AL ENTORNO**

<ul style="list-style-type: none"> ➤ La orientación. Generalidades. Medios naturales de orientarse. Normas de seguridad. ➤ Posibilidades que ofrece el medio natural para realizar actividades físico-deportivas. ➤ Conocimiento, aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural. 	<p>2. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p>	<p>. 1.1 Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p> <p>2.2 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico- deportivas.</p> <p>2.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.</p>
---	---	--

**BLOQUE VI:
SITUACIONES DE ÍNDOLE ARTÍSTICA O DE EXPRESIÓN**

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo. ➤ Actividades expresivas encaminadas a conseguir la cohesión del grupo y a romper los bloqueos e inhibiciones personales. ➤ Creación y práctica de coreografías de bailes y danzas. ➤ El tiempo y el ritmo. 	<p>1. 1. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.</p>	<p>1.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>1.2 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p>
---	---	---

<p>➤ Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás.</p>		
---	--	--

Elementos transversales a trabajar desde Educación Física.

1. La comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las Tecnologías de la Información y la Comunicación, el emprendimiento y la educación cívica y constitucional.
2. Desarrollo de la igualdad efectiva entre hombres y mujeres, la prevención de la violencia de género o contra personas con discapacidad y los valores inherentes al principio de igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición o circunstancia personal o social.

Prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, el pluralismo político, la paz, la democracia, el respeto a los derechos humanos, el respeto a los hombre y mujeres por igual, a las personas con discapacidad y el rechazo a la violencia terrorista, la pluralidad, el respeto al Estado de derecho, el respeto y consideración a las víctimas del terrorismo y la prevención del terrorismo y de cualquier tipo de violencia.

Prevención de la violencia de género, de la violencia contra las personas con discapacidad, de la violencia terrorista y de cualquier forma de violencia, racismo o xenofobia, incluido el estudio del Holocausto judío como hecho histórico.

Se evitarán los comportamientos y contenidos sexistas y estereotipos que supongan discriminación.

Desarrollo sostenible y el medio ambiente, los riesgos de explotación y abuso sexual, el abuso y maltrato a las personas con discapacidad, las situaciones de riesgo derivadas de la inadecuada utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación, así como la protección ante emergencias y catástrofes.

3. Desarrollo y afianzamiento del espíritu emprendedor, a la adquisición de competencias para la creación y desarrollo de los diversos modelos de empresas y al fomento de la igualdad de oportunidades y del respeto al emprendedor y al empresario, así como a la ética empresarial. Espíritu emprendedor y la iniciativa empresarial a partir de aptitudes como la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico.

4. La actividad física y la dieta equilibrada formen parte del comportamiento juvenil. A estos efectos, se promoverá la práctica diaria de deporte y ejercicio físico.

5. Educación y la seguridad vial, se promoverá acciones para la mejora de la convivencia y la prevención de los accidentes de tráfico.

6. Trabajaremos de manera más específica los valores de Solidaridad, Justicia, Creatividad, Convivencia, Desarrollo sostenible, Derechos Humanos y Medio Ambiente.

TERCERO DE LA ESO

CONTENIDOS-ESTÁNDARES EVALUABLES Y COMPETENCIAS

SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES QUE SE CONSIDERAN BÁSICOS Y RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS BÁSICAS.

Los contenidos en la E.S.O. se agrupan en los siguientes cinco bloques:

En entornos estables, situaciones basadas usualmente en modelos técnicos de ejecución y, en las que resulta decisiva la capacidad de ajuste para lograr conductas motrices cada vez más eficaces.

De oposición, en ellas resulta imprescindible la interpretación correcta de las acciones de un oponente, la selección acertada de la acción, la oportunidad el momento de llevarla a cabo, y la ejecución de dicha decisión. De cooperación, con o sin oposición, en las que se producen relaciones de cooperación y colaboración con otros participantes en entornos estables para conseguir un objetivo.

De adaptación al entorno, el medio en el que se realizan las actividades no tiene siempre las mismas características, por lo que genera incertidumbre y su finalidad es adaptarse al entorno y a la actividad.

De índole artística o de expresión

De identificación de información relevante y manejo de las tecnologías de la información y la comunicación

En la tabla de la página siguiente se estructuran y relacionan en columnas los contenidos, los estándares de aprendizaje evaluables básicos y su relación con las competencias básicas para tercero de la E.S.O.

Asimismo, los estándares de aprendizaje que se consideran básicos en E.F **se destacan en sombreado**.

Las siglas para entender la relación con las competencias básicas son las siguientes:

C L : COMPETENCIA LINGÜÍSTICA

CMCT : COMPETENCIA MATEMÁTICA Y C. BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

C S C : COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS

A A : COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER C

D : COMPETENCIA DIGITAL

I E E : SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR

C E C : CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES

Se muestra además a continuación la temporalización por trimestres para tercero de la E.S.O.

CONTENIDOS TERCERO E.S.O.	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	COMPETENCIA S RELACIONADA S
1.- Contenidos comunes		
<p>Búsqueda de información, estructuración y síntesis de la misma para obtener conclusiones personales. Empleo de las nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia.</p> <p>Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación como medio activo de comunicación inter-grupal y publicación de información.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante ● Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos. 	<p>C</p> <p>D</p> <p>A</p> <p>A</p> <p>C L</p> <p>C</p> <p>S</p> <p>C</p> <p>AA</p>
2.- Acciones motrices individuales en entornos estables		
<p>Acondicionamiento general de las capacidades físicas relacionadas con la salud. Consolidación del trabajo realizado en cursos anteriores.</p> <p>Control de la intensidad del esfuerzo por la frecuencia cardíaca: toma de pulsaciones y cálculo de la zona de actividad.</p> <p>Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones.</p> <p>Calentamiento general y específico.</p> <p>Elaboración y puesta en práctica de calentamientos y vuelta a la calma, de manera autónoma, adaptados a distintas actividades.</p> <p>Técnicas generales de relajación y trabajo compensatorio.</p> <p>Adopción de posturas correctas en las actividades físicas y deportivas.</p> <p>Desarrollo equilibrado de la musculatura de sostén.</p> <p>Alimentación y actividad física. Fundamentos básicos para una dieta equilibrada y su planificación.</p> <p>Sistemas de producción de energía (aeróbico y anaeróbico).</p> <p>Ejercicio sistemático y adaptaciones producidas en el organismo.</p> <p>Beneficios, riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto-exigencia y superación. ● Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud. ● Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva. ● Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. ● Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. ● Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. ● Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. ● Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. ● Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. ● Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. ● Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. ● Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades. 	<p>AA</p> <p>C</p> <p>S</p> <p>C I</p> <p>EE</p> <p>C M C T</p> <p>C M</p> <p>C T C</p> <p>L</p> <p>AA</p> <p>C M</p> <p>C T A</p> <p>A</p> <p>I E E</p> <p>C</p> <p>S</p> <p>C</p> <p>C</p> <p>S</p> <p>C</p> <p>AA</p> <p>C S C</p> <p>C M</p>

		C T A A AA CMCT
3.- Acciones motrices en situaciones de oposición		
<p>Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse.</p> <p>Realización de gestos técnicos en diferentes situaciones reales de juego.</p> <p>Creación de automatismos para conseguir un buen rendimiento.</p> <p>La iniciativa como el elemento que marca el carácter ofensivo o defensivo. Práctica de acciones motrices regladas y adaptadas que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos/tácticos y las estrategias básicas de ataque y defensa, de los deportes de oposición</p> <p>Táctica colectiva: distintas formas de lograr la consecución del objetivo de la acción común.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas ● Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. ● Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. ● Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico- deportivas de oposición propuestas. ● Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico- deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas. ● Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de oposición, 	C M CTC SC A A C L CL IEE A A C L AA IEE
Estudio y análisis del contrincante.	para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. ● Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	C S C AA
4.- Situaciones de cooperación		

<p>Práctica de actividades cooperativas y Acciones para conseguir ventaja. Táctica colectiva. Estrategia. Plan de juego Estilo de juego. El deporte como fenómeno sociocultural. Los valores en el deporte y la actividad física. Aplicación práctica. Valoración de las posibilidades lúdicas del juego y el deporte, en particular tradicional y autóctono, para la dinamización de grupos y el disfrute personal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico- deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. ● Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico- deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. ● Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración y colaboración- oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. ● Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares. ● Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. ● Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. 	<p>I E E</p> <p>C</p> <p>L</p> <p>A</p> <p>A</p> <p>AA</p> <p>I E E</p> <p>C</p> <p>S</p> <p>C</p> <p>AA</p> <p>C</p> <p>S</p> <p>C</p> <p>C</p> <p>L</p> <p>C</p> <p>S</p> <p>C I</p> <p>E</p> <p>E</p> <p>C S C</p>
<p>5.- Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno</p>		
<p>Adquisición de técnicas básicas de orientación. La brújula, familiarización y manejo, lectura y orientación de mapas y realización de actividades de orientación. Medios modernos de orientación. Realización de actividades recreativas, respetando el medio ambiente y utilizando las posibilidades que el entorno brinda. La seguridad como premisa en el medio natural. Primeros auxilios básicos. Nociones de supervivencia y acampada: Usos y abusos de que es objeto el medio urbano y natural en la actualidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades. ● Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas. ● Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual. ● Identifica las características de las actividades físico- deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. ● Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. ● Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. 	<p>AA</p> <p>C D</p> <p>C M</p> <p>C T C</p> <p>L</p> <p>C S C</p> <p>C</p> <p>S</p> <p>C</p> <p>C</p> <p>E</p> <p>C</p> <p>A</p> <p>A</p> <p>C</p> <p>D</p> <p>C</p> <p>SC</p> <p>C L</p> <p>C</p> <p>S</p> <p>C</p> <p>AA</p> <p>C M C T</p>
<p>6.- Situaciones de índole artística o de expresión</p>		

<p>Bailes individuales, por parejas o colectivos (danzas del mundo, bailes de salón). Identificación y prevención de las contingencias propias de las actividades artístico-expresivas. Valoración de los bailes y danzas como medio de expresión y comunicación. Valoración de las danzas folclóricas como parte del patrimonio cultural y como elemento de relación con los demás.</p>	<p>● Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>1.2 Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p> <p>2.1 Identifica las características de las actividades físico- deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p>	<p>AA I E E C L C E C</p> <p>CL I E E C E C</p> <p>C S C</p>
--	---	--

TEMPORALIZACIÓN TERCERO DE LA ESO	PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE
<p>Búsqueda de información, estructuración y síntesis de la misma para obtener conclusiones personales. Empleo de las nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia. Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación como medio activo de comunicación inter-grupal y publicación de información.</p>	*	*	*
<p>Acondicionamiento general de las capacidades físicas relacionadas con la salud. Consolidación del trabajo realizado en cursos anteriores. Control de la intensidad del esfuerzo por la frecuencia cardiaca: toma de pulsaciones y cálculo de la zona de actividad. Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones.</p>	*		*
<p>Calentamiento general y específico. Elaboración y puesta en práctica de calentamiento y vuelta a la calma, de manera autónoma, adaptados a distintas actividades.</p>	*	*	
<p>Técnicas generales de relajación y trabajo compensatorio. Adopción de posturas correctas en las actividades físicas y deportivas.</p>	*		*
<p>Desarrollo equilibrado de la musculatura de sostén.</p>	*	*	*
<p>Alimentación y actividad física. Fundamentos básicos para una dieta equilibrada y su planificación.</p>		*	
<p>Sistemas de producción de energía (aeróbico y anaeróbico). Ejercicio sistemático y adaptaciones producidas en el organismo.</p>	*		
<p>Beneficios, riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</p>			*
<p>Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes de oposición. Realización de gestos técnicos en diferentes situaciones reales de juego. Creación de automatismos para conseguir un buen rendimiento. La iniciativa como el elemento que marca el carácter ofensivo o defensivo.</p>	*		*

Práctica de acciones motrices regladas y adaptadas que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos/tácticos y las estrategias básicas de ataque y defensa, de los deportes de oposición Táctica colectiva: distintas formas de lograr la consecución del objetivo de la acción común. Estudio y análisis del contrincante.	*		*
Práctica de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos/tácticos de las actividades de cooperación. Acciones para conseguir ventaja. Táctica colectiva. Estrategia. Plan de juego Estilo de juego.		*	
El deporte como fenómeno sociocultural. Los valores en el deporte y la actividad física. Aplicación práctica. Valoración de las posibilidades lúdicas del juego y el deporte, en particular tradicional y autóctono, para la dinamización de grupos y el disfrute personal.	*		*
Adquisición de técnicas básicas de orientación. La brújula, familiarización y manejo, lectura y orientación de mapas y realización de actividades de orientación. Medios modernos de orientación.			*
Realización de actividades recreativas, respetando el medio ambiente y utilizando las posibilidades que el entorno brinda.	*	*	*
La seguridad como premisa en el medio natural. Primeros auxilios básicos.	*		
Nociones de supervivencia y acampada:			*
Usos y abusos de que es objeto el medio urbano y natural en la actualidad			*
Bailes individuales, por parejas o colectivos (danzas del mundo, bailes de salón). Identificación y prevención de las contingencias propias de las actividades artístico-expresivas. Valoración de los bailes y danzas como medio de expresión y comunicación. Valoración de las danzas folclóricas como parte del patrimonio cultural y como elemento de relación con los demás.		*	

CRITERIOS DE CALIFICACION 3º ESO

A la hora de evaluar se tratará de cubrir no sólo los aspectos físico/deportivos sino también, de manera más especial en este curso, los aspectos comunicativos. Entre los medios a emplear:

- pruebas escritas y orales (al menos una de cada tipo por evaluación);
- trabajos en pareja o individuales, con su exposición ante el grupo de clase;
- tests de aptitud física / habilidad deportiva;
- trabajo diario en clase :esfuerzo/trabajo/auto-superación/sacrificio.

El criterio general de calificación será:

- SABER: pruebas escritas y orales -30%
- SABER HACER: tests de aptitud - 25%
- SABER SER/ SABER ESTAR: participación, esfuerzo, capacidad de auto-superación...etc. - 25%
- LENGUA VEHICULAR: Vocabulario, comprensión y expresión -20%

Consideraciones:

- ⇧ No se considerará aprobada una evaluación si la calificación obtenida es inferior a cinco.
- ⇧ Los trabajos se valorarán con su nota en caso de ser entregadas el día correspondiente. Cada día de clase de retraso en la entrega de los trabajos, reducirá en un punto su valoración.
- ⇧ Es necesario obtener un 30% de la puntuación asignada en pruebas escritas para poder aprobar la evaluación.
- ⇧ Si un alumno falta un 20 % de las horas a la asignatura, podrá perder la evaluación continua.
- ⇧ La convocatoria de Septiembre se aprobará con una calificación superior de cinco o más, entre la prueba que se realice y la entrega del trabajo propuesto. La nota será la que corresponda al número entero inmediatamente anterior a la nota obtenida. Si el trabajo se encontrara incompleto (siendo el criterio que falte un tercio de las actividades propuestas) será calificado con 0 puntos.

Relación de Contenidos y Criterios de Evaluación

Estándares de Aprendizaje evaluables que se consideran básicos

Contenidos	Criterios de Evaluación	Estándares de Aprendizaje
Bloque I : Contenidos comunes		
<p>Búsqueda de información, estructuración y síntesis de la misma para obtener conclusiones personales.</p> <p>Empleo de las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia.</p> <p>Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación como medio activo de comunicación intergrupala y publicación de información.</p>	<p>1. 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.</p>	<p>Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante</p> <p>Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>
Bloque II : Acciones motrices individuales en entornos estables		

<p>Acondicionamiento general de las capacidades físicas relacionadas con la salud. Consolidación del trabajo realizado en cursos anteriores.</p> <p>Control de la intensidad del esfuerzo por la frecuencia cardiaca: toma de pulsaciones y cálculo de la zona de actividad.</p> <p>Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones.</p> <p>Calentamiento general y específico. Elaboración y puesta en práctica de calentamientos y vuelta a la calma, de manera autónoma, adaptados a distintas actividades.</p> <p>Técnicas generales de relajación y trabajo compensatorio.</p> <p>Adopción de posturas correctas en las actividades físicas y deportivas.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>3. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto-exigencia en su esfuerzo.</p>	<p>Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto-exigencia y superación.</p> <p>Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</p> <p>Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los</p>
--	--	--

<p>Desarrollo equilibrado de la musculatura de sostén.</p> <p>Alimentación y actividad física. Fundamentos básicos para una dieta equilibrada y su planificación.</p> <p>Sistemas de producción de energía (aeróbico y anaeróbico).Ejercicio sistemático y adaptaciones producidas en el organismo.</p> <p>Beneficios, riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</p>		<p>márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>Aplica de forma autónoma procedimientos p ara autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque salud able, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p> <p>Relaciona la</p>
---	--	---

estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.

Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

Bloque III : Acciones motrices en situaciones de oposición

Aspectos técnicos, tácticos y	1. Resolver situaciones motrices	Aplica los aspectos básicos
<p>reglamentarios de los deportes que van a practicarse.</p> <p>Realización de gestos técnicos en diferentes situaciones reales de juego. Creación de automatismos para conseguir un buen rendimiento.</p> <p>La iniciativa como el elemento que marca el carácter ofensivo o defensivo.</p> <p>Práctica de acciones motrices regladas y adaptadas que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos/tácticos y las estrategias básicas de ataque y defensa, de los deportes de oposición</p> <p>Táctica colectiva: distintas formas de lograr la consecución del objetivo de la acción común.</p> <p>Estudio y análisis del contrincante.</p>	<p>individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p>	<p>de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas</p> <p>Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas.</p> <p>Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta</p>

		<p>en la toma de decisiones en las situaciones de oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>
--	--	--

Bloque IV : Situaciones de cooperación

Práctica de actividades cooperativas y competitivas	1. Resolver situaciones motrices de colaboración o	Adapta los fundamentos técnicos y
---	--	-----------------------------------

encaminadas aprendizaje fundamentos	de	al los	colaboración oposición, las	utilizando	tácticos para obtener ventaja en la
---	----	-----------	-----------------------------------	------------	---

<p>técnicos/tácticos de las actividades propuestas.</p> <p>Acciones para conseguir ventaja.</p> <p>Táctica colectiva. Estrategia. Plan de juego Estilo de juego.</p> <p>El deporte como fenómeno sociocultural. Los valores en el deporte y la actividad física. Aplicación práctica.</p> <p>Valoración de las posibilidades lúdicas del juego y el deporte, en particular tradicional y autóctono, para la dinamización de grupos y el disfrute personal.</p>	<p>estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>2. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos en la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	<p>práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de</p>
--	--	--

		<p>espectador.</p> <p>Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>
--	--	--

Bloque V : Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

<p>Adquisición de técnicas básicas de orientación. La brújula, familiarización y manejo, lectura y orientación de mapas y realización de actividades de orientación.</p> <p>Medios modernos de orientación.</p> <p>Realización de actividades recreativas, respetando el medio ambiente y utilizando las posibilidades que el entorno brinda.</p> <p>La seguridad como premisa en el medio natural. Primeros auxilios básicos.</p> <p>Nociones de supervivencia y acampada :Usos y abusos de que es objeto el medio urbano y natural en la actualidad.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p>	<p>Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p> <p>Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.</p> <p>Identifica las características de las actividades físico- deportivas y artístico- expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p> <p>Describe los</p>
--	---	---

		<p>protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.</p> <p>Adopta las medias preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>
Bloque VI : Situaciones de índole artística o de expresión		
<p>Bailes individuales, por parejas o colectivos (danzas del mundo, bailes de salón).</p> <p>Identificación y</p>	<p>1. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de</p>	<p>Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de</p>

<p>prevención de las contingencias propias de las</p>	<p>expresión corporal y otros recursos</p>	<p>sus compañeros.</p>
<p>actividades artístico-expresivas.</p> <p>Valoración de los bailes y danzas como medio de expresión y comunicación.</p> <p>Valoración de las danzas folclóricas como parte del patrimonio cultural y como elemento de relación con los demás.</p>		<p>Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p> <p>Identifica las características de las actividades físico- deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p>

CUARTO DE LA E.S.O.

SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES QUE SE CONSIDERAN BÁSICOS Y RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS BÁSICAS.

Los contenidos en la E.S.O. se agrupan en los siguientes cinco bloques:

En entornos estables, situaciones basadas usualmente en modelos técnicos de ejecución y, en las que resulta decisiva la capacidad de ajuste para lograr conductas motrices cada vez más eficaces.

De oposición, en ellas resulta imprescindible la interpretación correcta de las acciones de un oponente, la selección acertada de la acción, la oportunidad el momento de llevarla a cabo, y la ejecución de dicha decisión. De cooperación, con o sin oposición, en las que se producen relaciones de cooperación y colaboración con otros participantes en entornos estables para conseguir un objetivo.

De adaptación al entorno, el medio en el que se realizan las actividades no tiene siempre las mismas características, por lo que genera incertidumbre y su finalidad es adaptarse al entorno y a la actividad.

De índole artística o de expresión

De identificación de información relevante y manejo de las tecnologías de la información y la comunicación

En la tabla de la página siguiente se estructuran y relacionan en columnas los contenidos, los estándares de aprendizaje evaluables básicos y su relación con las competencias básicas para CUARTO de la E.S.O.

Asimismo, los estándares de aprendizaje que se consideran básicos en E.F se destacan en sombreado.

Las siglas para entender la relación con las competencias básicas son las siguientes:

C L : COMPETENCIA LINGÜÍSTICA

CMCT : COMPETENCIA MATEMÁTICA Y C. BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

C S C : COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS

A A : COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER C

D : COMPETENCIA DIGITAL

I E E : SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR

C E C : CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES

Se muestra además a continuación la temporalización por trimestres para CUARTO de la E.S.O.

CONTENIDOS	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	COMPETENCIAS RELACIONADAS
1.- Contenidos comunes		
Estrategias de búsqueda y selección de información.-Utilización de fuentes de información digitales. Navegación en itinerarios relevantes para la profundización en diferentes contenidos. Comunicación a través de los canales telemáticos. Uso responsable de las TIC como medio de comunicación interpersonal en grupos.	<ul style="list-style-type: none">● Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.● Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.● Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.	C D A A

		CL C S C AA
2.- Acciones motrices individuales en entornos estables		
<p>Repertorio de elementos técnicos. Automatización. Sistemas de entrenamiento de las capacidades físicas. Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones. El calentamiento general y específico. Elaboración autónoma de calentamientos y vueltas a la calma, previo análisis de la actividad física que va a desarrollarse. Desarrollo de la aptitud física a través del ejercicio sistemático, rutinario y bien planificado. Planificación de una sesión de entrenamiento.</p> <p>Planificación de la propia actividad física. La postura corporal en actividades cotidianas. Tareas de carácter preventivo. Ejercicios de tonificación y estiramiento de la musculatura. Técnicas generales y específicas de relajación y trabajo compensatorio. Dieta adecuada e hidratación, antes, durante y después de la actividad física. Material deportivo adecuado al propio nivel. Equipamientos y espacios para una práctica segura de la actividad físico deportiva. Lesiones más comunes producidas por la práctica deportiva. Protocolo de actuación ante una emergencia en la realización de actividades físico deportivas. Contribución de la actividad física sistemática al desarrollo integral de la persona. Efectos negativos de determinados hábitos, nocivos, sobre la condición física y la salud. Responsabilidad y autonomía en el mantenimiento de la salud.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características. ● Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva. ● Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. ● Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud. ● Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física. ● Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. ● Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. ● Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades. ● Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud. ● Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma. ● Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal. 	AA C S C I EE C M C T C M C T C L AA C M C T A A I E E C S C C S C AA C S C C M C T A

	<ul style="list-style-type: none"> ● Realiza ejercicios o actividades en las fases inicial y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz. ● Verifica las condiciones de práctica <div style="background-color: #cccccc; width: 100%; height: 40px; margin-bottom: 20px;"></div> <div style="background-color: #cccccc; width: 100%; height: 40px; margin-bottom: 20px;"></div> <div style="background-color: #cccccc; width: 100%; height: 40px;"></div>	<p>A</p> <p>AA C M C T</p>
	<p>segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. ● Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas. 	
<p>3.- Acciones motrices en situaciones de oposición</p>		

<p>Situaciones globales de juego. Toma de decisión (pensamiento táctico). Ejecución técnico-táctica adaptada a los compañeros y/o adversarios. Supresión de situaciones de peligro en la táctica de oposición.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. ● Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva. ● Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario. 	<p>CMCT CSC A A C L CL IEE A A C L AA IEE CSC</p>
<p>4.- Situaciones de cooperación</p>		
<p>Estructura interna de los juegos deportivos de cooperación-oposición. Coordinaciones tácticas colectivas básicas (en ataque y en defensa) Interpretación del significado de las acciones de sus compañeros. Juego del adversario. Puntos fuertes y débiles. Realización de la acción apropiada. Discriminación de los diversos roles de juego La iniciativa como elemento que marca el carácter ofensivo-defensivo. Autocontrol y tolerancia en el desarrollo de diferentes funciones y situaciones de la práctica deportiva. Autonomía y responsabilidad en la organización de su tiempo libre. Planificación y organización de actividades deportivas. La actividad física como situación motriz reglada, de carácter lúdico e institucionalizada. El juego y el deporte como medios de aprendizaje y desarrollo de cualidades físicas, psicomotrices y socio afectivas. El deporte como manifestación en diversos órdenes de nuestra sociedad. Análisis y reflexión sobre los aspectos positivos (esfuerzo, colaboración, respeto, tolerancia, etc.) y negativos (violencia, dopaje) del deporte Las relaciones interpersonales favorecedoras de la cooperación en las actividades físico deportivas Trabajo en equipo: cooperación, respeto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes. ● Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración- oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario. ● Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones. ● Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas. ● Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno. 	<p>IEE C L A A AA IEE C S C AA C S C C L C S C I E E CSC</p>
<p>5.- Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno</p>		
<p>Planificación de actividades físico deportivas en distintos medios en función de las posibilidades que ofrece el entorno. Relación entre la actividad física, la salud y el medio natural. Valoración del</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos. ● Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de 	<p>AA IE E C E C</p>

patrimonio natural como fuente de	vida.	C E C AA
recursos para la práctica de actividades físicas y recreativas. Impacto que tienen algunas actividades físico deportivas en el medio natural. Adopción de medidas prácticas. Beneficios que aporta la práctica de estas actividades en la salud individual y colectiva.	●Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.	C S C
6.- Situaciones de índole artística o de expresión		
Directrices para el diseño de composiciones coreográficas. Elaboración y práctica de actividades rítmicas con una base musical, en función de la técnica aprendida. Participación en composiciones coreográficas colectivas, con apoyo de una estructura musical, que incluya los diferentes elementos: espacio, tiempo e intensidad Participación y aportación al trabajo en grupo de diversas actividades rítmicas y/o expresivas. Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución y las propuestas de los demás.	●Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. ●Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás. ●Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.	AA I E E C L C E C C L I E E C E C C S C

TEMPORALIZACIÓN CUARTO E.S.O	PRIMER TRIMESTR E	SEGUNDO TRIMESTR E	TERCER TRIMESTR E
Utilización de fuentes de información digitales. Uso responsable de las TIC como medio de comunicación interpersonal en grupos	*	*	*
Sistemas de entrenamiento de las capacidades físicas. Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones	*		*
El calentamiento general y específico. Elaboración autónoma de calentamientos y vueltas a la calma, previo análisis de la actividad física que va a desarrollarse.	*		
Desarrollo de la aptitud física a través del ejercicio sistemático.	*		*
Planificación de la propia actividad física.	*		*
La postura corporal en actividades cotidianas. Tareas de carácter preventivo. Ejercicios de tonificación y estiramiento de la musculatura.		*	
Técnicas generales y específicas de relajación y trabajo compensatorio.	*		*

Dieta adecuada e hidratación, antes, durante y después de la actividad física.			*
Material deportivo adecuado al propio nivel. Equipamientos y espacios para una práctica segura de la actividad físico deportiva	*		
Lesiones más comunes producidas por la práctica deportiva. Protocolo de actuación ante una emergencia		*	
Efectos negativos de determinados hábitos, nocivos, sobre la condición física y la salud.		*	
Situaciones globales de juego. Toma de decisión (pensamiento táctico). Ejecución técnico-táctica adaptada a los compañeros y/o adversarios. Supresión de situaciones de peligro en la táctica de oposición.	*	*	*
Estructura interna de los juegos deportivos de cooperación-oposición. Coordinaciones tácticas colectivas básicas (en ataque y en defensa) Interpretación del significado de las acciones de sus compañeros. Juego del adversario. Puntos fuertes y débiles. Realización de la acción apropiada.	*	*	*
Autocontrol y tolerancia en el desarrollo de diferentes funciones y situaciones de la práctica deportiva.	*	*	*
Autonomía y responsabilidad en la organización de su tiempo libre. Planificación y organización de actividades deportivas.	*		*
La actividad física como situación motriz reglada, de carácter lúdico e institucionalizada. El juego y el deporte como medios de aprendizaje y desarrollo de cualidades físicas, psicomotrices y socio afectivas. El deporte como manifestación en diversos órdenes de nuestra sociedad. Análisis y reflexión sobre los aspectos positivos (esfuerzo, colaboración, respeto, tolerancia, etc.) y negativos (violencia, dopaje) del deporte	*		*
Las relaciones interpersonales favorecedoras de la cooperación en las actividades físico deportivas Trabajo en equipo: cooperación, respeto.	*		*
Planificación de actividades físico deportivas en distintos medios en función de las posibilidades que ofrece el entorno. Relación entre la actividad física, la salud y el medio natural. Valoración del patrimonio natural como fuente de recursos para la práctica de actividades físicas y recreativas. Impacto que tienen algunas actividades físico deportivas en el medio natural. Adopción de medidas prácticas. Beneficios que aporta la práctica de estas actividades en la salud individual y colectiva.		*	*

<p>Directrices para el diseño de composiciones coreográficas.</p> <p>Elaboración y práctica de actividades rítmicas con una base musical, en función de la técnica aprendida. Participación en composiciones coreográficas colectivas, con apoyo de una estructura musical, que incluya los diferentes elementos: espacio, tiempo e intensidad</p> <p>Participación y aportación al trabajo en grupo de diversas actividades rítmicas y/o expresivas.</p>		<p>*</p>	
<p>Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución y las propuestas de los demás.</p>		<p>*</p>	

DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS PARA LA E.S.O.

La Educación Secundaria Obligatoria es una etapa esencial en la formación de la persona, ya que en ella se afianzan las bases para el aprendizaje en etapas educativas posteriores y se consolidan hábitos de trabajo, habilidades y valores que se mantendrán toda la vida. Desde nuestra asignatura pretendemos por un lado el desarrollo de las capacidades físicas y funciones corporales y de las habilidades motrices, desde el pleno conocimiento del propio cuerpo, y por otro la creación de hábitos de conducta motriz perdurables

Teniendo en cuenta esto, y las condiciones del entorno, los recursos disponibles y las características del alumnado en nuestro centro adaptaremos las propuestas en lo que a metodología se refiere.

Los procesos de enseñanza y aprendizaje deben proporcionar al alumno un conocimiento sólido de los contenidos, al mismo tiempo que deben propiciar el desarrollo de hábitos intelectuales propios del pensamiento abstracto, tales como la observación, el análisis, la interpretación, la investigación, la capacidad creativa, la comprensión y expresión y el sentido crítico, y la capacidad para resolver problemas y aplicar los conocimientos adquiridos en diversidad de contextos, dentro y fuera del aula, que garanticen la adquisición de las competencias y la efectividad de los aprendizajes. Entendemos que el aprendizaje motriz no difiere, en lo fundamental, de los aprendizajes de tipo cognitivo y por lo tanto, puede ser interpretado en base a modelos similares. Sin embargo, las peculiaridades de transmisión de ciertos contenidos de carácter meramente motriz, presuponen la utilización de técnicas de enseñanza repetitivas, en algunas fases del proceso, como la reproducción de modelos.

No obstante, en general, para la enseñanza y desarrollo de todos los contenidos de la materia, se utilizará una metodología activa que implique un aprendizaje significativo para el alumno.

La metodología, por tanto, ha de estar orientada a potenciar el aprendizaje por competencias por lo que será activa y participativa, potenciando la autonomía de los alumnos en la toma de decisiones, el aprender por sí mismos y el trabajo colaborativo, la búsqueda selectiva de información y, finalmente, la aplicación de lo aprendido a nuevas situaciones. Todo ello teniendo en cuenta, además, las posibilidades que ofrecen las tecnologías de la información y comunicación. En esta línea, el trabajo por proyectos es especialmente relevante.

Nos apoyaremos en estructuras de aprendizaje cooperativo, de forma que, a través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo conozcan las estrategias utilizadas por sus compañeros y puedan aplicarlas a situaciones similares.

El rol del docente es fundamental a la hora de presentar los contenidos con una estructuración clara, de diseñar secuencias de aprendizaje integradas con distintos contenidos, de planificar tareas y actividades que estimulen el interés y el hábito de practicar actividad física, así como de la correcta expresión oral y comunicación, tan importante en nuestra asignatura

Se incentivará que los nuevos elementos a aprender estén relacionados con los elementos presentes en la estructura cognitivo-motriz del alumno. Así pues será necesario conocer la situación inicial con la que parte el alumno, con el fin de conectar con las realidades individuales y del grupo. Este conocimiento se pretenderá alcanzar mediante un test inicial y nos ayudará a diseñar una escala de progresión en la enseñanza que introduzca un nivel de disonancia asimilable por el alumno según su bagaje anterior y, en consecuencia, establecer una auténtica enseñanza por niveles que tenga en cuenta, en la medida de lo posible, la individualidad del alumno.

En cuanto a la diversidad en el aula será necesario adaptar el proceso de enseñanza aprendizaje a los distintos ritmos de aprendizaje de los alumnos en función de las necesidades educativas, especiales, altas capacidades, integración tardía, o dificultades específicas de aprendizaje.

Los conocimientos teóricos serán una pieza fundamental para entender todo el interés que tiene la actividad física reglada y para conocer el funcionamiento del cuerpo ante una situación de actividad motriz. Asimismo ayudarán en el conocimiento de como llevar a cabo un programa de actividad física saludable que posibilite al alumno el ser autónomo en su propia responsabilidad de salud corporal.

Los contenidos más procedimentales a trabajar en cada Unidad Didáctica no tienen porqué ser compartimentos estancos, sino que se intentará relacionarlos con los demás contenidos prácticos de las otras Unidades Didácticas, así como con los contenidos de carácter cognitivo y actitudinal, a fin de que se entienda mejor el carácter global de la asignatura y que los distintos contenidos tengan un trabajo más continuado a lo largo de la programación anual. En este particular se hará especial atención al contenido de condición física que nunca podrá estar ajeno a otros contenidos tanto procedimentales como actitudinales o cognitivos.

Desde el Departamento se plantearán todas aquellas dificultades que surjan, planteando reflexiones comunes y compartidas, adoptando criterios comunes y consensuados ante la diversidad de propuestas metodológicas.

Concreción de las diferentes situaciones de oposición, de colaboración y de adaptación al entorno propuestas desde el Departamento.

1º E.S.O.	Juegos de oposición y de cooperación : Balonmano y Fútbol. Rugby/Hockey y	Juegos de carreras, saltos, giros y equilibrios	De adaptación al entorno: Orientación	
2º E.S.O.	Baloncesto Voleibol	Pre-atletismo: velocidad, vallitas, altura, relevos, peso	De adaptación al entorno: Senderismo Deportes de raqueta: bádminton, palas, tenis mesa. Malabares	Juegos populares. Zancos
3º E.S.O.	Balonmano Fútbol	Habilidades gimnásticas Bicicleta	Deportes de raqueta. De adaptación al entorno: Orientación	Juegos y deportes autóctonos
4º E.S.O.	Voleibol Baloncesto	Habilidades gimnásticas Atletismo	Alternativos : Béisbol, Disco volador De adaptación al entorno: planificación de actividades	

PERFIL DE CADA UNA DE LAS COMPETENCIAS (ORDEN ECD/65/2015, DE 21 DE ENERO) PARA LA E.S.O.

Las competencias clave del currículo son las siguientes:

- a) Comunicación lingüística. CL

Esta competencia se refiere a la utilización del lenguaje como instrumento de comunicación oral y escrita, de representación, interpretación y comprensión de la realidad, de construcción y comunicación del conocimiento y de organización y autorregulación del pensamiento, las emociones y la conducta. En Educación Física, en mayor o menor medida se pone en juego el:

- Leer y escribir
- Recopilar y procesa (información)
- Escuchar, exponer y dialogar
- Expresar (pensamientos, emociones, vivencias y opiniones)
- Formarse un juicio crítico y ético

- Generar ideas
- Dar coherencia y cohesión (al discurso y a las propias acciones y tareas)
- Adoptar (decisiones)
- Disfrutar (escuchando, leyendo o expresándose de forma oral y escrita)

b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. C M C T. Consiste en la habilidad para utilizar y relacionar los números, sus operaciones básicas, los símbolos y las formas de expresión y razonamiento matemático, tanto para producir e interpretar distintos tipos de información, como para ampliar el conocimiento sobre aspectos cuantitativos y espaciales de la realidad, y para resolver problemas relacionados con la vida cotidiana y con el mundo laboral

- Interpretar y expresar con claridad y precisión (informaciones, datos y argumentaciones en el lenguaje matemático)
- Conocer y manejar elementos matemáticos básicos (tipos de números, medidas, símbolos, elementos geométricos, etc.)
- Practicar procesos de razonamiento (para la solución de los problemas o la obtención de información) estimar y enjuiciar (la lógica y validez de argumentaciones e informaciones)
- Seguir determinados procesos de pensamiento (la inducción y la deducción, entre otros)
- Aplicar (algoritmos de cálculo o elementos de la lógica)
- Identificar (la validez de los razonamientos)
- Valorar (el grado de certeza asociado a los resultados)
- Resolver problemas (de situaciones cotidianas)

c) Competencia digital. CD.

Esta competencia consiste en disponer de habilidades para buscar, obtener, procesar y comunicar información, y para transformarla en conocimiento. Procuraremos que tengan:

- Buscar, seleccionar, registrar y tratar o analizar (información con técnicas, estrategias y soportes: oral, impreso, audiovisual, digital o multimedia)
- Dominar (lenguajes específicos básicos: textual, numérico, visual, gráfico y sonoro)
- Transformar (la información en conocimiento: razonamiento para organizarla, relacionarla, analizarla, sintetizarla y hacer inferencias y deducciones)
- Comunicar (la información y los conocimientos adquiridos empleando las posibilidades que ofrecen TICs)
- Utilizar (las TICs como transmisoras y generadoras de información y conocimiento: procesar y gestionar la información.
- Resolver problemas reales; tomar decisiones; trabajar en entornos colaborativos; participar en comunidades de aprendizaje formales e informales; y generar producciones responsables y creativas
- Respetar las normas de conducta (para regular el uso de la información y sus fuentes en los distintos soportes)

d) Aprender a aprender. AA.

Se conseguirá mediante una metodología individualizada, que parte de la situación personal de cada alumno, facilitando el desarrollo de cada una de las necesidades y fomentando la evolución y el desarrollo de cada alumno. Dado que el objetivo de la materia no es alcanzar un grado de rendimiento concreto, se fomenta y premia la evolución tanto en adquisición de conocimientos teóricos como el desarrollo de las propias capacidades y habilidades motrices.

e) Competencias sociales y cívicas. C SC.

el componente actitudinal en nuestra materia es básico. La adquisición y desarrollo de habilidades de respeto, convivencia y aceptación de los propios límites y el de los compañeros es uno de los criterios para superar la materia. Además el tipo de metodología utilizada, participativa y reflexiva, fomenta la reflexión crítica y el diálogo.

Además, en nuestra asignatura se posibilita la comprensión de sucesos, la predicción de consecuencias y la actividad dirigida a la mejora y preservación de las condiciones de vida propia, de las demás personas y del resto de los seres vivos, pudiendo:

- Desenvolverse (adecuadamente, con autonomía e iniciativa personal en ámbitos de la vida y del conocimiento: salud, consumo, ciencia, procesos tecnológicos, etc.)
- Aplicar conceptos y principios básicos (para el análisis e interpretación de los fenómenos)
- Percibir (el espacio físico en el que se desarrollan la vida y la actividad humana)
- Interactuar (con el espacio circundante: moverse en él y resolver problemas)
- Identificar (preguntas o problemas)
- Obtener (conclusiones basadas en pruebas)
- Comprender y tomar decisiones (sobre el mundo físico y sobre los cambios que la actividad humana produce)
- Ser consciente (de la influencia que tiene la presencia de las personas en el espacio)
- Argumentar racionalmente (las consecuencias de unos u otros modos de vida)
- Conservar –procurar- (los recursos y la diversidad natural)
- Mantener –procurar- (la solidaridad global e intergeneracional)
- Considerar (la doble dimensión –individual y colectiva- de la salud)
- Mostrar actitudes (de responsabilidad y respeto hacia los demás y hacia uno mismo)
- Mostrar espíritu crítico (en la observación de la realidad y en el análisis de los mensajes informativos y publicitarios)
- Mostrar hábitos (de consumo responsable en la vida cotidiana)
- Adoptar una disposición (a una vida física y mental saludable en un entorno natural y social también saludable)
- Aplicar (nociones, conceptos científicos y técnicos, y teorías científicas básicas previamente comprendidas)
- Practicar (procesos y actitudes propios del análisis sistemático y de indagación científica: identificar y plantear problemas relevantes; realizar observaciones directas e indirectas con conciencia del marco teórico o interpretativo que las dirige; formular preguntas; localizar, obtener, analizar y representar información cualitativa y cuantitativa; plantear y contrastar soluciones tentativas o hipótesis; realizar predicciones e inferencias de distinto nivel de complejidad; e identificar el conocimiento disponible, teórico y empírico)
- Responder (a preguntas científicas)
- Obtener, interpretar, evaluar y comunicar (conclusiones en diversos contextos: académico, personal y social).

Por otro lado, esta competencia hace posible comprender la realidad social en que se vive, cooperar, convivir y ejercer la ciudadanía democrática en una sociedad plural, así como comprometerse a contribuir a su mejora. participar, tomar decisiones, elegir cómo comportarse y responsabilizarse de las elecciones y decisiones

- Utilizar el conocimiento para desenvolverse socialmente
- Utilizar el juicio moral para elegir y tomar decisiones
- Ejercer activa y responsablemente los derechos y deberes

- Concienciarse de la existencia de distintas perspectivas al analizar la realidad

- Recurrir al análisis multicausal y sistémico para enjuiciar los hechos y problemas sociales e históricos y reflexionar sobre ellos de forma global y crítica
- Realizar razonamientos críticos y lógicamente válidos sobre situaciones reales
- Dialogar para mejorar colectivamente la comprensión de la realidad
- Entender los rasgos de las sociedades actuales
- Disponer de un sentimiento común de pertenencia a la sociedad en que se vive
- Mostrar un sentimiento de ciudadanía global compatible con la identidad local
- Resolver con actitud constructiva los conflictos de valores e intereses que forman parte de la convivencia,
- Comportarse y tomar decisiones con autonomía empleando, tanto conocimientos como una escala de valores
- Ser consciente de los valores del entorno
- Crear un sistema de valores propio construido mediante la reflexión crítica y el diálogo
- Entender que no toda posición personal es ética si no está basada en el respeto a principios o valores universales

f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. I E E.

Supone ser capaz de convertirse en dueño de sí mismo y conducir de forma reflexiva y responsable la propia vida, ser capaz de protagonizar propuestas y proyectos de diversa índole y alcance, ser capaz de autonomía e iniciativa y a la vez cooperar con los demás sin aislarse en un individualismo insolidario. La Educación física busca a lo largo de las diferentes etapas desarrollar una actividad cada vez más autónoma y reflexiva. Los primeros cursos buscan proporcionar un abanico lo más amplio posible de actividades que permitan encontrar al alumno aquella que le satisface o le motiva para su desarrollo personal. Los cursos superiores fomentan una mayor implicación en la organización y el desarrollo de las actividades.

g) Conciencia y expresiones culturales. C EC.

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

- Apreciar y disfrutar con el arte y otras manifestaciones culturales
- Realizar creaciones propias empleando algunos recursos de la expresión artística
- Conocer básicamente las distintas manifestaciones culturales y artísticas
- Aplicar habilidades de pensamiento divergente y de trabajo colaborativo,
- Mantener una actitud abierta, respetuosa y crítica hacia la diversidad de expresiones artísticas y culturales
- Cultivar la propia capacidad estética y creadora
- Interesarse por participar en la vida cultural
- Contribuir a la conservación del patrimonio cultural y artístico

CONCRECIÓN DE ELEMENTOS TRANSVERSALES.

Los elementos transversales a trabajar, según normativa, serán los siguientes:

.- Comprensión lectora, por medio de apuntes, fichas, o documentos extraídos de Internet entre otros.

.- Expresión oral y escrita. La expresión oral está presente en gran medida en nuestra asignatura, favorecido por su alto contenido práctico. La expresión escrita se trabaja gracias a la utilización del cuaderno y la realización de trabajos

.- Tecnologías de la Información y la Comunicación, así como la comunicación audiovisual, a la hora de la búsqueda, organización y exposición de informaciones relevantes relativas al área, teniendo en cuenta las situaciones de riesgo derivadas de la inadecuada utilización de las tecnologías de la Información y la Comunicación.

.- Educación cívica y constitucional. La igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición o circunstancia personal o social debe estar presente en cada momento de nuestra práctica en el aula. La prevención y resolución pacífica de conflictos en el aula ha de poder trasladarse a todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social . Se tendrán en cuenta y se trabajarán transversalmente los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, el pluralismo, la paz, la democracia, el respeto a los derechos humanos, el respeto a los hombre y mujeres por igual, a las personas con discapacidad y el rechazo a la violencia terrorista, el respeto al Estado de derecho, y de cualquier tipo de violencia.

Se evitarán también los comportamientos y contenidos sexistas y estereotipos que supongan discriminación.

.- Desarrollo sostenible y el medio ambiente, se tratarán en la medida de lo posible especialmente en aquellas actividades en las que nos acerquemos a la naturaleza tratando también aspectos relativos a la protección ante emergencias y catástrofes.

.- Desarrollo y afianzamiento del espíritu emprendedor. A partir de aptitudes como la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico, que han de estar presentes en nuestra asignatura, se procurará la adquisición de competencias para la creación y desarrollo de los diversos modelos de empresas y favoreciendo el fomento de la igualdad de oportunidades y del respeto al emprendedor y al empresario, así como a la ética empresarial.

.- Actividad física y la dieta equilibrada en el comportamiento juvenil. Se promoverá desde la asignatura la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos y alumnas en su tiempo de ocio y en su vida diaria, con el fin de favorecer una vida activa, saludable y autónoma.

.- Educación y la seguridad vial. Se llevarán a cabo acciones para la mejora de la convivencia en la circulación y la prevención de los accidentes de tráfico, con el fin de que el alumnado conozca sus derechos y deberes como usuario de las vías, favoreciendo la

tolerancia, la prudencia, el autocontrol, el diálogo y la empatía mediante prácticas que traten de evitar los accidentes de tráfico y sus secuelas.

ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES DEL ALUMNADO Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN PARA LA ESO.

Se llevará a cabo una **evaluación continua** (salvo que el alumno/a supere un porcentaje de faltas de asistencia de forma justificada o no, en cuyo caso podrá perder este derecho) y **formativa** en la que se tendrá en cuenta todo el proceso de enseñanza y no únicamente el resultado final o una prueba única, dándole mayor relevancia a la participación en ese proceso de enseñanza-aprendizaje y al progreso personal del alumno que al producto final.

El número de faltas que podrán suponer pérdida de evaluación continua dado que se trata de una asignatura de 2 horas semanales será de 15 horas de clase (cinco por evaluación o 15 entotal).

Consideramos que las actividades propuestas para la evaluación deberán no solamente constatar los resultados obtenidos (evaluación sumativa) sino que además ha de: tener carácter integrador, considerar la diversidad, seguir los principios de la evaluación formativa como ya se ha dicho, y ser coherentes con los procesos pedagógicos (evaluación técnica).

Criterios de calificación:

La calificación final se obtendrá en función a los siguientes apartados:

A: *Trabajo desarrollado en clase.* Se tendrán en cuenta el esfuerzo, interés, la atención en las explicaciones, el comportamiento ante las dificultades, el respeto hacia los demás y a las normas de funcionamiento, el grado de participación y de colaboración tanto en tareas individuales como colectivas, el grado de superación y el expresarse correctamente, a grandes rasgos. El profesor anotará los hechos destacables de la actitud del alumnado, en un registro casi diario relativo a la implicación del alumno en el proceso de aprendizaje. Se podrán utilizar así mismo registros y anotaciones hechas por los propios alumnos.

El alumnado deberá tener en cuenta que los retrasos y/o las faltas de asistencia no justificadas podrán suponer, dado que el registro de aptitudes será casi diario, una valoración negativa en la nota de ese día, debiendo por ello esmerarse en la presentación del correspondiente justificante

Se considerará falta de asistencia en todos aquellos casos en los que el alumno/a acuda a clase sin el atuendo adecuado para la práctica sin justificación, así como la no realización de la sesión por enfermedad temporal no justificada.

B: *Pruebas de ejecución físico-técnica o trabajos prácticos* relativos a las unidades didácticas trabajadas en clase realizadas individualmente o en grupo, incluidas las pruebas de condición física. Se podrán utilizar también de fichas de auto-seguimiento de la práctica o grabaciones en vídeo.

C: *Pruebas teóricas:* pruebas escritas u orales o entrevistas que podrán ser grabadas, y/o trabajos, y/o cuaderno / diario de clases en su caso/fichas de auto-seguimiento. Se tendrá en cuenta que el peso de cada prueba dentro de éstas lo determinará el profesor/a en cada evaluación. Mediante el cuaderno se valora la capacidad del alumno en cuanto al grado de autonomía alcanzado, por lo que la no presentación del cuaderno podrá implicar la no evaluación de este apartado.

Si alguna de estas pruebas teóricas tuviera una calificación inferior a un tres no se le hará el cálculo de la nota, debiendo llevar un suspenso en la evaluación.

Si alguna de estas pruebas teóricas o prácticas fuera entregada habiendo copiado, en esa prueba tendrá la calificación mínima

APARTADOS	1º a 4º ESO
A: Trabajo desarrollado en clase	40%
B: Pruebas de ejecución o trabajos prácticos	30%
C: Pruebas teóricas	30%

La calificación de aquellos / as alumnos que por cualquier motivo, debidamente justificado, no puedan realizar las tareas prácticas (de forma total o prolongada) que se estén llevando a cabo en ese momento se atenderá a los siguientes criterios:

- 20%: actitud, esfuerzo, interés, participación.
- 40%: El trabajo diario que se les encargue: fichas o similares, tareas que pueda realizar, etc....
- 40%: Exámenes y/o trabajos teóricos.

En caso de lesión o enfermedad se podrán proponer tareas alternativas como la lectura y resúmenes de textos, realización de fichas, o colaboración y realización de tareas prácticas siempre que no estén contraindicadas.

Pruebas a realizar en cada evaluación: En cada evaluación se tendrán en cuenta del orden de 2-3 pruebas prácticas (apartado B) y al menos una teórica (Apartado C), las cuales llevarán una calificación en función de una escala de valoración (rúbricas) que elaborará el profesor y que dará a conocer a los alumnos (este modo de evaluación no es preceptivo para segundo y cuarto de la ESO, por lo que no serán utilizadas. Si acaso se comenzará a utilizar en cuarto). Tanto las pruebas a realizar, como las rúbricas, estarán destinadas a valorar la adquisición tanto de contenidos como de competencias en el alumnado.

Alguna de estas pruebas, en la segunda evaluación o en la evaluación final, podrán ser de recuperación de contenidos no superados con anterioridad.

Las pruebas a realizar, ya sean del apartado A, B o C se valorarán en escalas de 1 a 4, siendo:

- 1: No conseguido o en vías de adquisición (entre cero y 4,9 pts)
- 2: Conocimiento dudoso o poco hábil, aunque adquirido (entre 5 y 6,9 puntos)
- 3: Avanzado. Demuestra los conocimientos con comodidad y fluidez (entre 7 y 8,9 puntos)
- 4: Excelente. Domina los conocimientos y las prácticas (entre 9 y 10 puntos)

Se podrán valorar también mediante estas escalas de uno a cuatro otros aspectos como la frecuencia con que realiza/consigue lo solicitado, el grado de autonomía conseguido, la ejecución del contenido propuesto en diferentes situaciones, la capacidad para relacionarlo con otros aprendizajes, el plazo de tiempo en que consigue lo solicitado, la cantidad de veces que es capaz de realizar lo solicitado, la creatividad esperada u otros aspectos

Ejemplo de Rúbrica para una evaluación:

Rúbrica para evaluar la elaboración por escrito de un calentamiento:

	1: No conseguido o en vías de adquisición	2: Conocimiento dudoso o poco hábil	3: Avanzado. Demuestra los conocimientos con comodidad y fluidez	4: Excelente. Domina los conocimientos y las prácticas
Adecuación de los ejercicios	No relaciona adecuadamente los ejercicios con los grupos musculares implicados	Necesita correcciones pues no relaciona inicialmente ejercicios y grupos musculares implicados	relaciona correctamente ejercicios y grupos musculares implicados	Incluye ejercicios poco habituales relacionando correctamente ejercicios y grupos musculares implicados
Adecuación del vocabulario a emplear	Emplea vocabulario excesivamente coloquial o sin detalle	Describe los ejercicios con las palabras justas, con poco detalle	Describe los ejercicios con cierto detalle, destacando puntos clave para la ejecución correcta	Describe los ejercicios con detalle, destacando puntos clave para la ejecución correcta, y empleando vocabulario técnico
Representaciones gráficas	No respeta las pautas dadas para la representación gráfica	Olvida alguna de las pautas dadas para la representación gráfica	Respeto las pautas dadas para la representación gráfica, esmerándose en la presentación	Respeto las pautas dadas para la representación gráfica, esmerándose en la presentación y añadiendo detalles que facilitan la comprensión de lo representado
Pautas para la elaboración del trabajo	Ausencia de alguno de los apartados requeridos.	Confunde los distintos tipos de ejercicios a incluir en cada parte del calentamiento	Acierta a la hora de seleccionar los ejercicios para cada parte del calentamiento	Selecciona ejercicios adecuados para cada parte del calentamiento, siendo alguno de ellos ejercicios habituales poco

Rúbrica para evaluar un baile o mimo

Nombre del alumno o alumnos: _____

CATEGORY	4 Sobresaliente	3 Notable	2 Aprobado	1 Insuficiente
El título	Es muy creativo y original.	Es creativo y original.	Es suficientemente creativo y original.	No es creativo ni original.
Relación con el texto escrito	El baile o el mimo reflejan muy bien el texto escrito anteriormente.	El baile o el mimo reflejan bien el texto escrito anteriormente.	El baile o el mimo reflejan suficientemente bien el texto escrito anteriormente.	El baile o el mimo no reflejan el texto escrito anteriormente.
Baile, mimo y música	Existe una muy buena sincronización entre los movimientos del baile o el mimo y la música elegida.	Existe una buena sincronización entre los movimientos del baile o el mimo y la música elegida.	Existe una sincronización suficiente entre los movimientos del baile o el mimo y la música elegida.	La mayor parte del tiempo, no existe sincronización entre los movimientos del baile o mimo y la música elegida.
Situaciones, ideas, sentimientos	Se transmiten muy bien a lo largo de la representación.	Se transmiten bien a lo largo de la representación.	Se transmiten suficientemente a lo largo de la representación.	No se transmiten adecuadamente a lo largo de la representación.
Ambientación y vestuario	Son muy adecuados. Corresponde perfectamente al tema, letra y música del baile o mimo.	Son adecuados. Corresponden con corrección al tema, letra y música del baile o mimo.	Son suficientemente adecuados. No hay total correspondencia con el tema, letra y música del baile o mimo.	No son adecuados. No hay ninguna relación con el tema, letra y música del baile o mimo del baile o mimo.

Se tendrá en cuenta que las baterías de test de condición física son una sola prueba. Las pruebas a realizar serán las siguientes:

- Resistencia: Test de Cooper (mini Cooper-9' para 1º de la E.S.O), o Prueba de 20 minutos de carrera continua,
- Velocidad: 40 o 50 metros lisos
- Flexibilidad: Flexibilidad profunda
- Fuerza-resistencia abdominal: Flexiones de tronco con piernas flexionadas en 30 segundos (1º y 2ºESO).

Rutina de ejercicios. (3º, 4º ESO)

- Fuerza de brazos: Lanzamiento de balón medicinal desde de pie. (2kg en 1º y 2º E.S.O 3 kg en segundo ciclo).

Flexiones de brazos (3º,4º ESO)

- Fuerza-potencia del tren inferior: salto vertical (detente).

Dado el carácter de la evaluación continua, se considera que un alumno aprueba las evaluaciones anteriores suspensas si obtiene una evaluación positiva en la tercera evaluación, para ello el profesor utilizara las pruebas de control que considere necesario (trabajos, exámenes u otros) y se exigirá como mínimo una actitud positiva ante los nuevos aprendizajes. Si aprueba las dos primeras y suspende la tercera, suspende la evaluación final.

Prueba extraordinaria de septiembre:

Las pruebas de septiembre, tanto para alumnos con la materia pendiente del curso anterior como para los que la cursan actualmente, serán comunes para todos los alumnos de un mismo curso o nivel, y versarán sobre los contenidos básicos de la asignatura.

Las pruebas consistirán en la realización de una prueba escrita y/o en la entrega de un trabajo/cuaderno de cuyo contenido se informará personalmente al alumno/a en el mes de Junio. En el caso de solicitársele la realización de un trabajo, éste valdrá el 20% de la nota, siendo el 50% restante del examen. En el caso de no tener que realizar trabajo, el 100% de la nota será del examen.

Excepcionalmente, se podrá plantear también alguna prueba práctica. La calificación obtenida en esta/s pruebas será la calificación de septiembre.

ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE LOS ALUMNOS DE LA ESO CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.

Los alumnos/as con la asignatura de Educación Física deben examinarse según el calendario establecido en la reunión de Jefes de Departamentos del 31 de Octubre de 2017. Para E.F, se acordó en::

- 1º Convocatoria: 5 de Febrero de 2018 de 10-11 horas.
- 2º Convocatoria: 11 de Mayo de 2018 de 10-11 horas.

No podrán superar la asignatura en Junio sin haber aprobado los correspondientes exámenes en las diferentes convocatorias. Si el alumnado supera los contenidos pendientes de años anteriores en la primera convocatoria, tendrá aprobada la asignatura. Si no alcanza estas pruebas y supera el curso actual, recupera el año anterior.

Se tendrá muy en cuenta la disposición física manifestada durante las sesiones de Educación Física a lo largo del curso para superar el aspecto práctico de la asignatura. La prueba constará de dos partes:

- Examen escrito (50%).
- Cuaderno de actividades relacionadas con los contenidos pendientes del curso anterior (50%)

MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD EN LA ESO.

En el caso de alumnado con alguna lesión o discapacidad, se valorarán las circunstancias personales de cada uno partiendo de las siguientes premisas:

.- La asistencia a clase se hará igualmente con ropa y calzado deportivo, salvo excepciones puntuales y justificadas.

.- Se presentarán los debidos justificantes médicos si fuera necesario dentro de un plazo razonable, en donde deben constar aquellas tareas que no le es posible realizar o que deben ser realizadas con reservas.

En ningún caso se obligará a realizar actividades que no deba/pueda realizar y que estén debidamente justificadas, pero salvo en casos excepcionales en donde esto no sea posible, entre ambos (profesor conociendo los criterios médicos y alumno/a), elaborarán un plan de trabajo alternativo de práctica, teniendo en cuenta, por ejemplo que la necesidad de reposo de una zona corporal concreta no impide la realización de otras tareas en las que esta zona no intervenga, o que la necesidad de reposo por la causa que sea no impide prestar atención a las explicaciones y realizar la tarea encomendada como pudiera ser una planilla de observación o el desarrollo de planillas de seguimiento del día a día o la colaboración con algún compañero o grupo de compañeros.

Mediante metodologías activas y el promover la autonomía del alumnado, así como la individualización de la enseñanza, el alumnado con altas capacidades tanto intelectuales como motrices realizará tareas adaptadas a su nivel de inquietud y desarrollo.

En los casos en que se requiera, se llevará a cabo una adaptación evaluativa tanto en condición física y salud como en las habilidades específicas y trabajos.

Las adaptaciones metodológicas principalmente serán útiles para el alumnado en situación de desventaja. En primer lugar, ante las dificultades detectadas (en la evaluación inicial o al inicio del curso) o el progreso no adecuado se tratará de adoptar medidas de refuerzo y adaptación. Otras estrategias metodológicas podrán ser: la explicación individual de las tareas a realizar que así lo exijan, o el facilitar y promover la ayuda de los compañeros para la comprensión de los contenidos.

Además de los medios propios de la asignatura resultará relevante la coordinación con el equipo de orientación y jefatura de estudios con el propio Departamento.

MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR EN LA ESO.

1.- Materiales curriculares:

- Apuntes elaborados por el profesor
- Apoyo bibliográfico a través de la biblioteca del centro y las bibliotecas públicas.
- Materiales que se puedan encontrar en diferentes webs, filtradas por el profesorado.

2.- Recursos didácticos:

- Material deportivo del centro
- Instalaciones: Gimnasio del centro, Polideportivo Municipal y Conjunto Arqueológico de Itálica, además de parques y jardines del entorno cercano al centro educativo.
- Material del alumno: equipación deportiva, material que él pueda aportar a determinadas sesiones, etc.
- Otro material no deportivo: audiovisual (reproductores, teléfonos para su uso exclusivamente didáctico como grabadora de audio o vídeo o reproductor de música), material de soporte (pendrive, vestuario, etc.), recursos musicales.

Con el objeto de realizar determinadas pruebas físicas se recoge aquí la posibilidad de realizar salidas periódicas al Conjunto Arqueológico de Itálica o al Campo Municipal de Fútbol.

PRIMERO DE BACHILLERATO

SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS.

Los contenidos en el bachillerato. se agrupan en los siguientes cuatro bloques:

- 1.- Juegos y deportes**
- 2.- Condición física y salud**
- 3.- Expresión corporal y artística**
- 4.- Actitudes, valores y normas. Elementos comunes**

En la tabla de la página siguiente se estructuran y relacionan en columnas los contenidos, los estándares de aprendizaje evaluables básicos y su relación con las competencias básicas para primero de Bachillerato.

Asimismo, los estándares de aprendizaje que se consideran mínimos **se destacan en rojo**.

Las siglas para entender la relación con las competencias básicas son las siguientes:

C L : COMPETENCIA LINGÜÍSTICA

CMCT : COMPETENCIA MATEMÁTICA Y C. BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

C S C : COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS

A A : COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER C

D : COMPETENCIA DIGITAL

I E E : SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR

C E C : CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES

Se muestra además a continuación la temporalización por trimestres para primero de Bachillerato.

SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES QUE SE CONSIDERAN BÁSICOS Y MÍNIMOS Y RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS BÁSICAS.

CONTENIDOS PRIMERO DE BACHILLERATO	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	COMPETENCIAS RELACIONADAS
1.- Juegos y deportes		

<p>Elementos técnicos, tácticos, estratégicos y reglamentarios de alguno de los deportes practicados en la etapa anterior, aplicándolos a situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición y profundizando en ellos. Planificación y organización de actividades físicas, deportivas y recreativas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses. ● Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. ● Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo. ● Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios. ● Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición. ● Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno 	<p>A.A.</p> <p>A.A.</p> <p>A.A.</p> <p>A.A.</p> <p>A.</p> <p>A.</p> <p>I.E.</p> <p>.E.</p> <p>A.A.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ● Desempeña las funciones que le corresponden en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. ● Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas. ● Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes. 	<p>C.S.C.</p> <p>C.S.C.</p> <p>I.E.E.</p>
<p>2.- Condición física y salud</p>		

<p>Beneficios, riesgos y contraindicaciones de la actividad física para la salud.</p> <p>Elaboración y puesta en práctica de planes de preparación personalizados para satisfacer intereses y necesidades de condición física saludable.</p> <p>Utilización recreativa de diferentes juegos y disciplinas deportivas: organización y participación en competiciones en el periodo escolar.</p> <p>Puesta en práctica de forma autónoma de calentamientos y vuelta a la calma. Conocimiento y puesta en práctica de los principios metodológicos aplicables al desarrollo de la condición física de las actividades deportivas elegidas.</p> <p>La dieta equilibrada y su relación con la salud y la actividad física</p> <p>Puesta en práctica de tareas de carácter preventivo para una correcta postura corporal.</p> <p>Conocimiento y puesta en práctica de diferentes sistemas de evaluación de la condición física saludable.</p> <p>Estudio de las posibles salidas profesionales relacionadas con la actividad físico-deportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios. ● Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. ● Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales. ● Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas. ● Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. ● Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad. ● Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. ● Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas. ● Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud. ● Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. ● Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. ● Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades. 	<p>C D C.S.C.</p> <p>C.S .C. A.A .C.E .C.</p> <p>A. A. I.E .E.</p> <p>C. D. I.E .E.</p> <p>A.A. A.A .CM CT</p> <p>A. A. I.E .E.</p> <p>C.D. A.A .CM CT</p> <p>C.E .C. A.A .I.E .E. A. A.</p> <p>C.S .C. A.A .</p>
<p>3.- Expresión corporal y artística</p>		

<p>Técnicas expresivas y su aplicación en la elaboración y representación de composiciones corporales individuales y colectivas.</p> <p>Posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo, mediante actividades físicas en las que se utilice la música como apoyo rítmico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos. ● Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva. ● Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico-expresivo. 	<p>I.E.E. A.A.</p> <p>C.E .C C.S .C.</p> <p>A.A.</p>
---	---	--

4.- Actitudes, valores y normas. Elementos comunes

<p>Análisis y reflexión del riesgo atendiendo a la correcta utilización de los materiales, de las instalaciones y del entorno en la práctica de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.</p> <p>Protocolos de primeros auxilios que deben seguirse en las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas. Aplicación práctica.</p> <p>Deportes adaptados y práctica de alguna de sus modalidades como medio de sensibilización.</p> <p>Recursos de las Tecnologías de la Información y la Comunicación como complemento de aprendizaje mediante su aplicación práctica.</p> <p>Aspectos socioculturales del juego y del deporte.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. ● Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. ● Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo. ● Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas. ● Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. ● Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. ● Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. 	<p>A.A.</p> <p>CMCT</p> <p>A.A</p> <p>.</p> <p>C.S</p> <p>.C.</p> <p>C.E.C.</p> <p>C.D. A.A.</p> <p>C.D.</p>
--	---	--

TEMPORALIZACIÓN PRIMERO DE BACHILLERATO	PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE
Elementos técnicos, tácticos, estratégicos y reglamentarios de alguno de los deportes practicados en la etapa anterior, aplicándolos a situaciones de oposición, colaboración o colaboración- oposición y profundizando en ellos.	*	*	*
Planificación y organización de actividades físicas, deportivas y recreativas.	*		*

Beneficios, riesgos y contraindicaciones de la actividad física para la salud.		*	*
Elaboración y puesta en práctica de planes de preparación personalizados para satisfacer intereses y necesidades de condición física saludable.	*		*
Utilización recreativa de diferentes juegos y disciplinas deportivas: organización y participación en competiciones en el periodo escolar.	*	*	*
Puesta en práctica de forma autónoma de calentamientos y vuelta a la calma.	*		*
Conocimiento y puesta en práctica de los principios metodológicos aplicables al desarrollo de la condición física de las actividades deportivas elegidas.			*
La dieta equilibrada y su relación con la salud y la actividad física	*	*	*
Puesta en práctica de tareas de carácter preventivo para una correcta postura corporal.	*		*
Conocimiento y puesta en práctica de diferentes sistemas de evaluación de la condición física saludable.			*
Estudio de las posibles salidas profesionales relacionadas con la actividad físico-deportiva.			
Técnicas expresivas y su aplicación en la elaboración y representación de composiciones corporales individuales y colectivas.		*	
Posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo, mediante actividades físicas en las que se utilice la música como apoyo rítmico.		*	
Análisis y reflexión del riesgo	*	*	*

atendiendo a la correcta utilización de los materiales, de las instalaciones y del entorno en la práctica de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.	*		
Protocolos de primeros auxilios que deben seguirse en las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas. Aplicación práctica.	*		*
Deportes adaptados y práctica de alguna de sus modalidades como medio de sensibilización.	*	*	*
Recursos de las Tecnologías de la Información y la Comunicación como complemento de aprendizaje mediante su aplicación práctica.	*	*	*
Aspectos socioculturales del juego y del deporte.			

DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS.

En el bachillerato se han de consolidar hábitos de trabajo, habilidades y valores que se mantendrán toda la vida. Desde nuestra asignatura pretendemos por un lado el desarrollo de las capacidades físicas y funciones corporales y de las habilidades motrices, desde el pleno conocimiento del propio cuerpo, y por otro la creación de hábitos de conducta motriz perdurables a lo largo de toda la vida.

Teniendo en cuenta esto, y las condiciones del entorno, los recursos disponibles y las características del alumnado en nuestro centro, adaptaremos las propuestas en lo que a metodología se refiere.

Los procesos de enseñanza y aprendizaje deben proporcionar al alumno un conocimiento sólido de los contenidos, al mismo tiempo que deben propiciar el desarrollo de hábitos intelectuales propios del pensamiento abstracto, tales como la observación, el análisis, la interpretación, la investigación, la capacidad creativa, la comprensión y expresión y el sentido crítico, y la capacidad para resolver problemas y aplicar los conocimientos adquiridos en diversidad de contextos, dentro y fuera del aula, que garanticen la adquisición de las competencias y la efectividad de los aprendizajes. Entendemos que el aprendizaje motriz no difiere, en lo fundamental, de los aprendizajes de tipo cognitivo y por lo tanto, puede ser interpretado en base a modelos similares. Sin embargo, las peculiaridades de transmisión de ciertos contenidos de carácter meramente motriz, presuponen la utilización de técnicas de enseñanza repetitivas, en algunas fases del proceso, como la reproducción de modelos.

No obstante, en general, para la enseñanza y desarrollo de todos los contenidos de la materia, se utilizará una metodología activa que implique un aprendizaje significativo para el alumno.

La metodología será activa y participativa, potenciando la autonomía de los alumnos en la toma de decisiones, el aprender por sí mismos y el trabajo colaborativo, la búsqueda selectiva de información y, finalmente, la aplicación de lo aprendido a nuevas situaciones. Todo ello teniendo en cuenta, además, las posibilidades que ofrecen las tecnologías de la información y comunicación. En esta línea, el trabajo por proyectos es especialmente relevante.

Nos apoyaremos de ser necesario en estructuras de aprendizaje cooperativo, de forma que, a través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo conozcan las estrategias utilizadas por sus compañeros y puedan aplicarlas a situaciones similares.

El rol del docente es fundamental a la hora de presentar los contenidos con una estructuración clara, de diseñar secuencias de aprendizaje integradas con distintos contenidos, de planificar tareas y actividades que estimulen el

interés y el hábito de practicar actividad física, así como de la correcta expresión oral y comunicación, tan importante en nuestra asignatura

Se incentivará que los nuevos elementos a aprender estén relacionados con los elementos presentes en la estructura cognitivo-motriz del alumno. Así pues ser necesario conocer la situación inicial con la que parte el alumno, con el fin de conectar con las realidades individuales y del grupo. Este conocimiento se pretenderá alcanzar mediante pruebas

iniciales y nos ayudará a diseñar todos los procesos de enseñanza.

En cuanto a la diversidad en el aula será necesario adaptar el proceso de enseñanza aprendizaje a los distintos intereses de los alumnos en función de sus necesidades, altas capacidades, o dificultades o limitaciones específicas.

Los conocimientos teóricos serán una pieza fundamental para profundizar en todo lo que tiene que ver con la actividad física y la salud. Asimismo ayudarán en la elaboración acerca de cómo llevar a cabo un programa de actividad física saludable que posibilite al alumno el ser autónomo en su propia responsabilidad de salud corporal.

Los contenidos más procedimentales a trabajar en cada Unidad Didáctica no tienen porqué ser compartimentos estancos, sino que se intentará relacionarlos con los demás contenidos prácticos de las otras Unidades Didácticas, así como con los contenidos de carácter cognitivo y actitudinal, a fin de que se entienda mejor el carácter global de la asignatura y que los distintos contenidos tengan un trabajo más continuado a lo largo de la programación anual. En este particular se hará especial atención al contenido de condición física que nunca podrá estar ajeno a otros contenidos tanto procedimentales como actitudinales o cognitivos.

Desde el departamento se plantearán todas aquellas dificultades que surjan, planteando reflexiones comunes y compartidas, adoptando criterios comunes y consensuados ante la diversidad de propuestas metodológicas.

PERFIL DE CADA UNA DE LAS COMPETENCIAS DE ACUERDO CON LO ESTABLECIDO EN LA ORDEN ECD/65/2015, DE 21 DE ENERO.

Las competencias clave del currículo son las siguientes:

a) Comunicación lingüística. CL

Esta competencia se refiere a la utilización del lenguaje como instrumento de comunicación oral y escrita, de representación, interpretación y comprensión de la realidad, de construcción y comunicación del conocimiento y de organización y autorregulación del pensamiento, las emociones y la conducta. En Educación Física, en mayor o menor medida se pone en juego el:

- Leer y escribir
- Recopilar y procesar (información)
- Escuchar, exponer y dialogar
- Expresar (pensamientos, emociones, vivencias y opiniones)
- Formarse un juicio crítico y ético
- Genera ideas
- Dar coherencia y cohesión (al discurso y a las propias acciones y tareas)
- Adoptar (decisiones)
- Disfrutar (escuchando, leyendo o expresándose de forma oral y escrita)

b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. C M C T. Consiste en la habilidad para utilizar y relacionar los números, sus operaciones básicas, los símbolos y las formas de expresión y razonamiento matemático, tanto para producir e interpretar distintos tipos de información, como para ampliar el conocimiento sobre aspectos cuantitativos y espaciales de la realidad, y para resolver problemas relacionados con la vida cotidiana y con el mundo laboral

- Interpretar y expresar con claridad y precisión (informaciones, datos y argumentaciones en el lenguaje matemático)
- Conocer y manejar elementos matemáticos básicos (tipos de números, medidas, símbolos, elementos geométricos, etc.)
- Practicar procesos de razonamiento (para la solución de los problemas o la obtención de información) estimar y enjuiciar (la lógica y validez de argumentaciones e informaciones)
- Seguir determinados procesos de pensamiento (la inducción y la deducción, entre otros)

- Aplicar (algoritmos de cálculo o elementos de la lógica)

- Identificar (la validez de los razonamientos)
- Valorar (el grado de certeza asociado a los resultados)
- Resolver problemas (de situaciones cotidianas)

c) Competencia digital. CD.

Esta competencia consiste en disponer de habilidades para buscar, obtener, procesar y comunicar información, y para transformarla en conocimiento. Procuraremos que tengan :

- Buscar, seleccionar, registrar y tratar o analizar (información con técnicas, estrategias y soportes: oral, impreso, audiovisual, digital o multimedia)
- Dominar (lenguajes específicos básicos: textual, numérico, visual, gráfico y sonoro)
- Transformar (la información en conocimiento: razonamiento para organizarla, relacionarla, analizarla, sintetizarla y hacer inferencias y deducciones)
- Comunicar (la información y los conocimientos adquiridos empleando las posibilidades que ofrecen TICs)
- Utilizar (las TICs como transmisoras y generadoras de información y conocimiento: procesar y gestionar –la información-
- Resolver problemas reales; tomar decisiones; trabajar en entornos colaborativos; participar en comunidades de aprendizaje formales e informales; y generar producciones responsables y creativas
- Respetar las normas de conducta (para regular el uso de la información y sus fuentes en los distintos soportes)

d) Aprender a aprender. AA.

Se conseguirá mediante una metodología individualizada, que parte de la situación personal de cada alumno, facilitando el desarrollo de cada una de las necesidades y fomentando la evolución y el desarrollo de cada alumno. Dado que el objetivo de la materia no es alcanzar un grado de rendimiento concreto, se fomenta y premia la evolución tanto en adquisición de conocimientos teóricos como el desarrollo de las propias capacidades y habilidades motrices.

e) Competencias sociales y cívicas. C SC.

el componente actitudinal en nuestra materia es básico. La adquisición y desarrollo de habilidades de respeto, convivencia y aceptación de los propios límites y el de los compañeros es uno de los criterios para superar la materia. Además el tipo de metodología utilizada, participativa y reflexiva, fomenta la reflexión crítica y el diálogo.

Además, en nuestra asignatura se posibilita la comprensión de sucesos, la predicción de consecuencias y la actividad dirigida a la mejora y preservación de las condiciones de vida propia, de las demás personas y del resto de los seres vivos, pudiendo:

- Desenvolverse (adecuadamente, con autonomía e iniciativa personal en ámbitos de la vida y del conocimiento: salud, consumo, ciencia, procesos tecnológicos, etc.)
- Aplicar conceptos y principios básicos (para el análisis e interpretación de los fenómenos)
- Percibir (el espacio físico en el que se desarrollan la vida y la actividad humana)
- Interactuar (con el espacio circundante: moverse en él y resolver problemas)
- Identificar (preguntas o problemas)
- Obtener (conclusiones basadas en pruebas)
- Comprender y tomar decisiones (sobre el mundo físico y sobre los cambios que la actividad humana produce)
- Ser consciente (de la influencia que tiene la presencia de las personas en el espacio)
- Argumentar racionalmente (las consecuencias de unos u otros modos de vida)
- Conservar –procurar- (los recursos y la diversidad natural)

- Mantener –procurar- (la solidaridad global e intergeneracional)
- Considerar (la doble dimensión –individual y colectiva- de la salud)
- Mostrar actitudes (de responsabilidad y respeto hacia los demás y hacia uno mismo)
- Mostrar espíritu crítico (en la observación de la realidad y en el análisis de los mensajes informativos y publicitarios)
- Mostrar hábitos (de consumo responsable en la vida cotidiana)
- Adoptar una disposición (a una vida física y mental saludable en un entorno natural y social también saludable)
- Aplicar (nociones, conceptos científicos y técnicos, y teorías científicas básicas previamente comprendidas)
- Practicar (procesos y actitudes propios del análisis sistemático y de indagación científica: identificar y plantear problemas relevantes; realizar observaciones directas e indirectas con conciencia del marco teórico o interpretativo que las dirige; formular preguntas; localizar, obtener, analizar y representar información cualitativa y cuantitativa; plantear y contrastar soluciones tentativas o hipótesis; realizar predicciones e inferencias de distinto nivel de complejidad; e identificar el conocimiento disponible, teórico y empírico)
- Responder (a preguntas científicas)
- Obtener, interpretar, evaluar y comunicar (conclusiones en diversos contextos: académico, personal y social).

Por otro lado, esta competencia hace posible comprender la realidad social en que se vive, cooperar, convivir y ejercer la ciudadanía democrática en una sociedad plural, así como comprometerse a contribuir a su mejora. participar, tomar decisiones, elegir cómo comportarse y responsabilizarse de las elecciones y decisiones

- Utilizar el conocimiento para desenvolverse socialmente
- Utilizar el juicio moral para elegir y tomar decisiones
- Ejercer activa y responsablemente los derechos y deberes
- Concienciarse de la existencia de distintas perspectivas al analizar la realidad
- Recurrir al análisis multicausal y sistémico para enjuiciar los hechos y problemas sociales e históricos y reflexionar sobre ellos de forma global y crítica
- Realizar razonamientos críticos y lógicamente válidos sobre situaciones reales
- Dialogar para mejorar colectivamente la comprensión de la realidad
- Entender los rasgos de las sociedades actuales
- Disponer de un sentimiento común de pertenencia a la sociedad en que se vive
- Mostrar un sentimiento de ciudadanía global compatible con la identidad local
- Resolver con actitud constructiva los conflictos de valores e intereses que forman parte de la convivencia,
- Comportarse y tomar decisiones con autonomía empleando, tanto conocimientos como una escala de valores
- Ser consciente de los valores del entorno
- Crear un sistema de valores propio construido mediante la reflexión crítica y el diálogo
- Entender que no toda posición personal es ética si no está basada en el respeto a principios o valores universales

f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. I E E.

Supone ser capaz de convertirse en dueño de sí mismo y conducir de forma reflexiva y responsable la propia vida, ser capaz de protagonizar propuestas y proyectos de diversa

índole y alcance, ser capaz de autonomía e iniciativa y a la vez cooperar con los demás sin aislarse en un individualismo insolidario. La Educación física busca a lo largo de las

diferentes etapas desarrollar una actividad cada vez más autónoma y reflexiva. Los primeros cursos buscan proporcionar un abanico lo más amplio posible de actividades que permitan encontrar al alumno aquella que le satisface o le motiva para su desarrollo personal. Los cursos superiores fomentan una mayor implicación en la organización y el desarrollo de las actividades.

g) Conciencia y expresiones culturales. C EC.

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

- Apreciar y disfrutar con el arte y otras manifestaciones culturales
- Realizar creaciones propias empleando algunos recursos de la expresión artística
- Conocer básicamente las distintas manifestaciones culturales y artísticas
- Aplicar habilidades de pensamiento divergente y de trabajo colaborativo,
- Mantener una actitud abierta, respetuosa y crítica hacia la diversidad de expresiones artísticas y culturales
- Cultivar la propia capacidad estética y creadora
- Interesarse por participar en la vida cultural
- Contribuir a la conservación del patrimonio cultural y artístico

CONCRECIÓN DE ELEMENTOS TRANSVERSALES.

Los elementos transversales a trabajar, según normativa, serán los siguientes:

.- Comprensión lectora, por medio de apuntes, fichas, o documentos extraídos de Internet entre otros.

.- Expresión oral y escrita. La expresión oral está presente en gran medida en nuestra asignatura, favorecido por su alto contenido práctico. La expresión escrita se trabaja gracias a la utilización del cuaderno y la realización de trabajos

.- Tecnologías de la Información y la Comunicación, así como la comunicación audiovisual, a la hora de la búsqueda, organización y exposición de informaciones relevantes relativas al área, teniendo en cuenta las situaciones de riesgo derivadas de la inadecuada utilización de las tecnologías de la Información y la Comunicación.

.- Educación cívica y constitucional. La igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición o circunstancia personal o social debe estar presente en cada momento de nuestra práctica en el aula. La prevención y resolución pacífica de conflictos en el aula ha de poder trasladarse a todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social . Se tendrán en cuenta y se trabajarán transversalmente los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, el pluralismo, la paz, la democracia, el respeto a los derechos humanos, el respeto a los hombre y mujeres por igual, a las personas con discapacidad y el rechazo a la violencia terrorista, el respeto al Estado de derecho, y de cualquier tipo de violencia.

Se evitarán también los comportamientos y contenidos sexistas y estereotipos que supongan discriminación.

.- Desarrollo sostenible y el medio ambiente, se tratarán en la medida de lo posible especialmente en aquellas actividades en las que nos acerquemos a la naturaleza tratando también aspectos relativos a la protección ante emergencias y catástrofes.

.- Desarrollo y afianzamiento del espíritu emprendedor. A partir de aptitudes como la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico, que han de estar presentes en nuestra asignatura, se procurará la adquisición de competencias para la creación y desarrollo de los diversos modelos de empresas y favoreciendo el fomento de la igualdad de oportunidades y del respeto al emprendedor y al empresario, así como a la ética empresarial.

.- Actividad física y la dieta equilibrada en el comportamiento juvenil. Se promoverá desde la asignatura la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos y alumnas en su tiempo de ocio y en su vida diaria, con el fin de favorecer una vida activa, saludable y autónoma.

.- Educación y la seguridad vial. Se llevarán a cabo acciones para la mejora de la convivencia en la circulación y la prevención de los accidentes de tráfico, con el fin de que el alumnado conozca sus derechos y deberes como usuario de las vías, favoreciendo la tolerancia, la prudencia, el autocontrol, el diálogo y la empatía mediante prácticas que traten de evitar los accidentes de tráfico y sus secuelas.

ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES DEL ALUMNADO Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Se llevará a cabo una **evaluación continua** (salvo que el alumno/a supere un porcentaje de faltas de asistencia de forma justificada o no, en cuyo caso podrá perder este derecho) y formativa en la que se tendrá en cuenta todo el proceso de enseñanza y no únicamente el resultado final o una prueba única, dándole mayor relevancia a la participación en ese proceso de enseñanza-aprendizaje y al progreso personal del alumno que al producto final.

El número de faltas que podrán suponer pérdida de evaluación continua dado que se trata de una asignatura de 2 horas semanales será de 15 horas de clase (cinco por evaluación o 15 en total).

Consideramos que las actividades propuestas para la evaluación deberán no solamente constatar los resultados obtenidos (evaluación sumativa) sino que además ha de: tener carácter integrador, considerar la diversidad, seguir los principios de la evaluación formativa como ya se ha dicho, y ser coherentes con los procesos pedagógicos (evaluación técnica).

Criterios de calificación:

La calificación final se obtendrá en función a los siguientes apartados:

A: *Trabajo desarrollado en clase*. Se tendrán en cuenta el esfuerzo, interés, la atención en las explicaciones, el comportamiento ante las dificultades, el respeto hacia los demás y a las normas de funcionamiento, el grado de participación y de colaboración tanto en tareas individuales como colectivas, el grado de superación y el expresarse

correctamente, a grandes rasgos. El profesor anotará los hechos destacables de la actitud del alumnado, en un registro casi diario relativo a la implicación del alumno en el proceso de aprendizaje. Se podrán utilizar así mismo registros y anotaciones hechas por los propios alumnos.

El alumnado deberá tener en cuenta que los retrasos y/o las faltas de asistencia no justificadas podrán suponer, dado que el registro de aptitudes será casi diario, una valoración negativa en la nota de ese día, debiendo por ello esmerarse en la presentación del correspondiente justificante

Se considerará falta de asistencia en todos aquellos casos en los que el alumno/a acuda a clase sin el atuendo adecuado para la práctica sin justificación, así como la no realización de la sesión por enfermedad temporal no justificada.

B: *Pruebas de ejecución físico-técnica o trabajos prácticos* relativos a las unidades didácticas trabajadas en clase realizadas individualmente o en grupo, incluidas las pruebas de condición física. Se podrán utilizar también de fichas de auto-seguimiento de la práctica o grabaciones en vídeo.

C: *Pruebas teóricas*: pruebas escritas u orales o entrevistas que podrán ser grabadas, y/o trabajos, y/o cuaderno / diario de clases en su caso/fichas de auto-seguimiento. Se tendrá en cuenta que el peso de cada prueba dentro de éstas lo determinará el profesor/a en cada evaluación. Mediante el cuaderno se valora la capacidad del alumno en cuanto al grado de autonomía alcanzado, por lo que la no presentación del cuaderno podrá implicar la no evaluación de este apartado.

Si alguna de estas pruebas teóricas o prácticas fuera entregada habiendo copiado, en esa prueba tendrá la calificación mínima

APARTADOS	1º BACHILLERATO
A: Trabajo desarrollado en clase	40%
B: Pruebas de ejecución o trabajos prácticos	30%
C: Pruebas teóricas	30%

La calificación de aquellos / as alumnos que por cualquier motivo, debidamente justificado, no puedan realizar las tareas prácticas (de forma total o prolongada) que se estén llevando a cabo en ese momento se atenderá a los siguientes criterios:

- 20%: actitud, esfuerzo, interés, participación.
- 40%: El trabajo diario que se les encargue: fichas o similares, tareas que pueda realizar, etc....
- 40%: Exámenes y/o trabajos teóricos.

En caso de lesión o enfermedad se podrán proponer tareas alternativas como la lectura y resúmenes de textos, realización de fichas, o colaboración y realización de tareas prácticas siempre que no estén contraindicadas.

Pruebas a realizar en cada evaluación: En cada evaluación se tendrán en cuenta del orden de 2-3 pruebas prácticas (apartado B) y al menos una teórica (Apartado C), las cuales llevarán una calificación en función de una escala de valoración (rúbricas) que elaborará el profesor y que dará a conocer a los alumnos.. Tanto las pruebas a realizar, como las rúbricas, estarán destinadas a valorar la adquisición tanto de contenidos como de competencias en el alumnado.

Alguna de estas pruebas, en la segunda evaluación o en la evaluación final, podrán ser de recuperación de contenidos no superados con anterioridad.

Las pruebas a realizar, ya sean del apartado A, B o C se valorarán en escalas de 1 a 4, siendo:

- 1: No conseguido o en vías de adquisición (entre cero y 4,9 puntos)
- 2: Conocimiento dudoso o poco hábil, aunque adquirido (entre 5 y 6,9 puntos)
- 3: Avanzado. Demuestra los conocimientos con comodidad y fluidez (entre 7 y 8,9 puntos)
- 4: Excelente. Domina los conocimientos y las prácticas (entre 9 y 10 puntos)

Se podrán valorar también mediante estas escalas de uno a cuatro otros aspectos como la frecuencia con que realiza/consigue lo solicitado, el grado de autonomía conseguido, la ejecución del contenido propuesto en diferentes situaciones, la capacidad para relacionarlo con otros aprendizajes, el plazo de tiempo en que consigue lo solicitado, la cantidad de veces que es capaz de realizar lo solicitado, la creatividad esperada u otros aspectos

Ejemplo de Rúbrica para una evaluación:

Rúbrica para evaluar la elaboración por escrito de un calentamiento:

	1: No conseguido o en vías de adquisición	2: Conocimiento dudoso o poco hábil	3: Avanzado. Demuestra los conocimientos con comodidad y fluidez	4: Excelente. Domina los conocimientos y las prácticas
Adecuación de los ejercicios	No relaciona adecuadamente los ejercicios con los grupos musculares implicados	Necesita correcciones pues no relaciona inicialmente ejercicios y grupos musculares implicados	relaciona correctamente ejercicios y grupos musculares implicados	Incluye ejercicios poco habituales relacionando correctamente ejercicios y grupos musculares implicados
Adecuación del vocabulario a emplear	Emplea vocabulario excesivamente coloquial o sin detalle	Describe los ejercicios con las palabras justas, con poco detalle	Describe los ejercicios con cierto detalle, destacando puntos clave para la ejecución correcta	Describe los ejercicios con detalle, destacando puntos clave para la ejecución correcta, y empleando vocabulario técnico
Representaciones gráficas	No respeta las pautas dadas para la representación gráfica	Olvida alguna de las pautas dadas para la representación gráfica	Respeto las pautas dadas para la representación gráfica, esmerándose en la presentación	Respeto las pautas dadas para la representación gráfica, esmerándose en la presentación y añadiendo detalles que facilitan la comprensión de lo representado

Pautas para la elaboración del trabajo	Ausencia de alguno de los apartados requeridos.	Confunde los distintos tipos de ejercicios a incluir en cada parte del calentamiento	Acierta a la hora de seleccionar los ejercicios para cada parte del calentamiento	Selecciona ejercicios adecuados para cada parte del calentamiento, siendo alguno de ellos ejercicios poco habituales
--	---	--	---	--

Rúbrica para evaluar un baile o mimo

Nombre del alumno o alumnos: _____

CATEGORY	4 Sobresaliente	3 Notable	2 Aprobado	1 Insuficiente
El título	Es muy creativo y original.	Es creativo y original.	Es suficientemente creativo y original.	No es creativo ni original.
Relación con el texto escrito	El baile o el mimo reflejan muy bien el texto escrito anteriormente.	El baile o el mimo reflejan bien el texto escrito anteriormente.	El baile o el mimo reflejan suficientemente bien el texto escrito anteriormente.	El baile o el mimo no reflejan el texto escrito anteriormente.
Baile, mimo y música	Existe una muy buena sincronización entre los movimientos del baile o el mimo y la música elegida.	Existe una buena sincronización entre los movimientos del baile o el mimo y la música elegida.	Existe una sincronización suficiente entre los movimientos del baile o el mimo y la música elegida.	La mayor parte del tiempo, no existe sincronización entre los movimientos del baile o mimo y la música elegida.
Situaciones, ideas, sentimientos	Se transmiten muy bien a lo largo de la representación.	Se transmiten bien a lo largo de la representación.	Se transmiten suficientemente a lo largo de la presentación.	No se transmiten adecuadamente a lo largo de la presentación.
Ambientación y vestuario	Son muy adecuados. Corresponde perfectamente al tema, letra y música del baile o mimo.	Son adecuados. Corresponden con corrección al tema, letra y música del baile o mimo.	Son suficientemente adecuados. No hay total correspondencia con el tema, letra y música del baile o mimo.	No son adecuados. No hay ninguna relación con el tema, letra y música del baile o mimo del baile o mimo.

Se tendrá en cuenta que las baterías de test de condición física son una sola prueba. Las pruebas a realizar serán las siguientes:

- Resistencia: Course Navette
 - Velocidad y agilidad: Prueba de tacos (4x9m)
 - Flexibilidad: Seat andreach
- Fuerza-resistencia abdominal: Rutina de ejercicios.
- Fuerza de brazos: Lanzamiento de balón medicinal desde de pie. (3 kg), Flexiones de brazos (planchas y dominadas)
- Fuerza-potencia del tren inferior: salto horizontal

Dado el carácter de la evaluación continua, se considera que un alumno aprueba las evaluaciones anteriores suspensas si obtiene una evaluación positiva en la tercera evaluación, para ello el profesor utilizara las pruebas de control que considere necesarias y se exigirá como mínimo una actitud positiva ante los nuevos aprendizajes. Si aprueba las dos primeras y suspende la tercera, suspende la evaluación final.

Prueba extraordinaria de septiembre:

Las pruebas de septiembre, tanto para alumnos con la materia pendiente si los hubiera, como para los que la cursan actualmente, serán comunes para todos los alumnos, y versarán sobre los contenidos básicos de la asignatura.

Las pruebas consistirán en la realización de una prueba escrita y/o en la entrega de un trabajo/cuaderno de cuyo contenido se informará personalmente al alumno/a en el mes de Junio. En el caso de solicitársele la realización de un trabajo, éste valdrá el 50% de la nota, siendo el 50% restante del examen. En el caso de no tener que realizar trabajo, el 100% de la nota será del examen.

Excepcionalmente, se podrá plantear también alguna prueba práctica. La calificación obtenida en esta/s pruebas será la calificación de septiembre.

ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE LOS ALUMNOS CON LA EDUCACIÓN FÍSICA PENDIENTE DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA (ESO).

Las condiciones concretas de evaluación para estos alumnos con la materia pendiente serán las siguientes:

Una vez comenzado el curso se valorará cada caso concreto, estableciéndose qué pruebas suplementarias relativas a los objetivos y contenidos debe realizar el alumno.

En cada evaluación se hará una nueva revisión de cada caso, estableciendo qué pruebas o trabajos necesita superar el alumno.

MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

En el caso de alumnado con alguna lesión o discapacidad, se valorarán las circunstancias personales de cada uno partiendo de las siguientes premisas:

.- La asistencia a clase se hará igualmente con ropa y calzado deportivo, salvo excepciones puntuales y justificadas.

.- Se presentarán los debidos justificantes médicos si fuera necesario dentro de un plazo razonable, en donde deben constar aquellas tareas que no le es posible realizar o que deben ser realizadas con reservas.

En ningún caso se obligará a realizar actividades que no deba/pueda realizar y que estén debidamente justificadas, pero salvo en casos excepcionales en donde esto no sea posible, entre ambos (profesora conociendo los criterios médicos y alumno/a), elaborarán un plan de trabajo alternativo de práctica, teniendo en cuenta, por ejemplo que la necesidad de reposo de una zona corporal concreta no impide la realización de otras tareas en las que esta zona no intervenga, o que la necesidad de reposo por la causa que sea no impide prestar atención a las explicaciones y realizar la tarea encomendada como pudiera ser una planilla de observación o el desarrollo de planillas de seguimiento del día a día o la colaboración con algún compañero o grupo de compañeros.

Mediante metodologías activas y el promover la autonomía del alumnado, así como la individualización de la enseñanza, el alumnado con altas capacidades tanto intelectuales como motrices realizará tareas adaptadas a su nivel de inquietud y desarrollo.

En los casos en que se requiera, se llevará a cabo una adaptación evaluativa tanto en condición física y salud como en las habilidades específicas y trabajos.

Las adaptaciones metodológicas principalmente serán útiles para el alumnado en situación de desventaja. En primer lugar, ante las dificultades detectadas (en la evaluación inicial o al inicio del curso) o el progreso no adecuado, se tratará de adoptar medidas de refuerzo y adaptación.

Además de los medios propios de la asignatura resultará de ayuda la coordinación con el equipo de orientación y jefatura de estudios con el propio departamento.

MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR.

1.- Materiales curriculares:

- Apuntes elaborados por el profesor.
- Apoyo bibliográfico a través de la biblioteca del centro y las bibliotecas públicas.
- Materiales que se puedan encontrar en diferentes webs, filtradas por la profesora

2.- Recursos didácticos:

- Material deportivo del centro
- Instalaciones: Serán las mismas que utilizan los alumnos de la ESO.
- Material del alumno: equipación deportiva, material que él pueda aportar a determinadas sesiones, etc.
- Otro material no deportivo: audiovisual (reproductores, teléfonos para su uso exclusivamente didáctico como grabadora de audio o vídeo o reproductor de música), material de soporte (pendrive, vestuario, etc.), recursos musicales.

MEDIDAS QUE PROMUEVAN LA LECTURA (E.S.O. Y BACHILLERATO).

Para contribuir al hábito de la lectura y al Proyecto Lingüístico, desde la asignatura de Educación Física, y destacando la importancia que tiene incentivar a una lectura comprensiva, el Departamento va a desarrollar desde un principio dos propuestas muy sencillas para su desarrollo dados los temas teóricos que se desarrollen en las sesiones:

- Alguno de los trabajos a realizar por los alumnos/as será la lectura, búsqueda y análisis de textos o artículos relacionados con la materia, teniendo que evitar trabajos de copiar y pegar.
- Se hará hincapié a sí mismo en elaborar de cada Unidad Didáctica impartida en las sesiones de E.F. un cuaderno de actividades con un vocabulario técnico de la materia contestando a una serie de preguntas formuladas por el profesor. Estos bloques temáticos serán recopilados por el alumnado mediante una carpeta donde contenga la parte teórica de las Unidades Didácticas impartidas durante el curso actual.

CONTRIBUCIÓN DESDE EL DEPARTAMENTO DE E.F. AL PROYECTO LINGÜÍSTICO DEL IES ITÁLICA.

Nuestro centro se encuentra actualmente inmerso en un proyecto lingüístico coordinado por la jefa del Departamento de Lengua y Literatura. Todas las asignaturas debemos participar en este proyecto adaptándonos a los criterios de planificación y evaluación aportados por la Coordinadora.

¿Cuál es la aportación desde Educación Física?

La parte teórica de nuestra asignatura contempla la obligación de presentar una Carpeta cada Trimestre del curso académico 2017-18 de los contenidos impartidos en la materia, aproximadamente a finales de cada Trimestre. Durante el primer Trimestre se presentará la carpeta de los contenidos exclusivamente de ese Trimestre, pero tanto el 2º como el 3º Trimestre el alumnado debe presentar la carpeta con los contenidos de todo el curso académico. Nuestra objetivo es enseñar al alumnado a profundizar en los contenidos de E.F. elaborando un material de texto que lo deben conservar hasta 4º ESO. Cuando terminen su etapa educativa tendrán escrito su propio libro de texto donde se reflejarán todos los contenidos de la asignatura.

¿Cómo evaluamos la carpeta de contenidos teóricos?

Establecemos una serie de criterios de evaluación para el trabajo teórico en consonancia con los criterios del proyecto Lingüístico, tales como:

- Buena presentación del trabajo teórico.
- El trabajo teórico debe tener los márgenes pertinentes para su correcta presentación.
- Buena caligrafía e interlineado.
- Escribirlo con bolígrafo azul o negro. Nunca con lápiz.
- Corregir las faltas de ortografía.
- Escribir los folios solo por una cara.
- Los trabajos teóricos deben tener una portada relacionada con el contenido.
- Las páginas deben estar numeradas.

Toda esta información será transmitida al alumnado para que sepa en todo momento como presentar los trabajos teóricos.

PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA Y SUS INDICADORES DE LOGRO EN LA ESO Y EN EL BACHILLERATO.

Resultados de la evaluación del curso:

Trimestralmente se hará una valoración de los resultados obtenidos.

Anualmente se revisará la adecuación de toda la programación, observando qué contenidos han sido o no tratados suficientemente, y su relación con los resultados obtenidos por el alumnado

Adecuación de los materiales y recursos didácticos:

Mensualmente se recogerán en el acta del departamento aquellos aspectos que hayan sido tratados relativos a los materiales y recursos, viendo aquellos aspectos positivos a mantener y los que se vea necesario mejorar.

Contribución de los métodos didácticos y pedagógicos a la mejora del clima de aula y de centro:

Los métodos didácticos y pedagógicos estarán en consonancia con los del centro en general, dando así una sensación de unidad. La Educación Física, por las características de la propia asignatura, ha de llevar a cabo una importante contribución a la mejora de la cohesión del grupo-clase, o al menos a la mejora de la convivencia que repercutirá sin duda en la mejora del clima del centro.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

Serán de 2 tipos:

1. CARÁCTER NO GRATUITO.

La realización de todas estas actividades dependerá estrechamente de la demanda y el interés del alumnado. Al ser actividades sufragadas por ellos, sólo se realizarán si son factibles para la gran mayoría.

La selección de los grupos que participarán en las distintas actividades dependerá del criterio del profesorado acompañante que decidirá quiénes y cuantos jóvenes disfrutarán de la misma.

1.- EL CAMINO DE SANTIAGO

Actividad dirigida al alumnado de 4º de ESO y organizada por los departamentos de Religión de los IES Miguel de Mañara de San José de la Rinconada, IES Azahar de Sevilla y el IES Itálica de Santiponce en colaboración con el departamento de Educación Física.

Sus objetivos van desde adquirir conocimientos culturales, vivir experiencias de carácter social y humano, hasta desarrollar una serie de actividades deportivas.

Consiste en desarrollar una serie de etapas preparatorias durante el curso, que finalizan en una decena de días a final de curso en la que los jóvenes realizarán el Camino de Santiago. Durante todas sus fases, se desarrollan actividades multidisciplinares que permiten que sea un proyecto muy completo en todos los sentidos: Cultural, deportivo y humano.

2.- ACAMPADA

Coincidiendo con la impartición de la Unidad dedicada a la actividad física en el medio natural, realizaremos una acampada en la que tratarán todo tipo de actividades lúdico-deportivas adaptadas al nivel y a las características del terreno.

3.- DEPORTES DE INVIERNO

Tratando de dar difusión a deportes de nieve y hielo, organizaremos salidas a lugares donde se practiquen dichas actividades: Pistas de patinaje sobre hielo, pistas de esquí,...

4.- SENDERISMO

A lo largo del curso, trataremos de organizar determinadas salidas para descubrir senderos que nos trasladen a conocer la riqueza paisajística de nuestra tierra.

5.- ACTIVIDADES ORGANIZADAS POR EMPRESAS QUE EL DEPARTAMENTO CONSIDERE IDÓNEAS PARA COMPLEMENTAR EL DESARROLLO DEL CURRÍCULO.

Cada año, multitud de empresas organizan actividades relacionadas con el currículo de Educación Física. Se estudiarán las mismas y se determinará la viabilidad de aquellas que complementen nuestra enseñanza.

6.- ENTRE CULTURAS

Actividad organizada por el departamento de Religión Católica para el alumnado de 3º ESO, en el que se estudia la importancia de las religiones que cohabitan en nuestro país: Judaica, Islámica y Católica. Se visitan ciudades como Sevilla, Córdoba, Toledo y Madrid.

7.- ROMA

Viaje cultural a Roma con el Departamento de Religión, dirigido a los alumnos/as de 1º de Bachillerato.

DEJAMOS A LA ELECCIÓN DEL DEPARTAMENTO DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES LAS FECHAS CONCRETAS (Dentro del trimestre señalado), PARA QUE SE INTERFIERA LO MÍNIMO EN EL DESEMPEÑO DE LA LABOR DOCENTE DEL INSTITUTO.

DEPENDIENDO DE LA PROGRAMACIÓN, Y DE OTROS FACTORES DE ACOMODACIÓN A LA MISMA, PODRÁN SUSTITUIRSE UNAS ACTIVIDADES POR OTRAS, ELIMINÁNDOSE O AÑADIÉNDOSE OTRAS PARA ADECUARNOS AL CURRÍCULUM GENERAL DEL IES Y DE LA ASIGNATURA.

2. CARÁCTER GRATUITO.

Para evitar el trasiego burocrático de autorizaciones paternas/maternas para realizar actividades complementarias fuera del centro, pero dentro de la localidad, le haremos llegar al alumnado un talonario de autorizaciones del que podrán disponer en cada momento para facilitar el desarrollo de las sesiones de Educación Física.

1.- UN MILLÓN DE PASOS

Actividad organizada conjuntamente con el Ayuntamiento y la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía. Su objetivo es incentivar entre la población juvenil la necesidad de caminar para mantener hábitos de vida saludable. Consiste en caminar durante una hora midiendo con un podómetro los pasos que vamos dando a lo largo de todo el recorrido.

La suma de los pasos de todos los alumnos/as contabilizará el millón de pasos que añadiremos al programa que la Consejería desarrolla en este sentido.

2.- CARRERAS DEL CIRCUITO PROVINCIAL DE ORIENTACIÓN.

Organizada por Diputación de Sevilla, los jóvenes del IES Itálica, voluntariamente podrán participar en diferentes pruebas del circuito.

3.- RUTA CICLISTA

Para la difusión de este deporte, un profesional del mismo lo introduciría con charlas en horario escolar. Y fuera del horario escolar, voluntariamente se realizaría alguna ruta por los caminos cercanos a Santiponce.

4.- INVITACIÓN DE ESPECIALISTAS

Esta actividad consiste en solicitar la ayuda de personas especialistas en diferentes ámbitos deportivos y cultural (Teatro, danza, música...) para tratar de incentivar el interés de los jóvenes hacia distintas disciplinas deportivas.

5.- PROYECTO ERASMUS “ THEATER AND WORK COOPERATIVE.”

Somos coordinadores de un proyecto Erasmus como Asociación estratégica entre centros escolares con cuatro países como Alemania, Francia, Italia y Lituania. Este proyecto tiene una duración de dos años (2016-2018).

Nuestro proyecto persigue una serie de objetivos primordiales para conseguir una buena motivación del alumnado en su responsabilidad escolar:

- Reducir el fracaso y absentismo escolar mediante un trabajo cooperativo e interdisciplinar.
- Usar metodología activa y participativa donde el alumno sea el propio gestor de su proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Minimizar la conflictividad en el centro escolar.
- Implicar a la comunidad educativa en el desarrollo del proyecto.

Las actividades programadas para el curso 2016-17 se establecen en 4º fases:

1º FASE. Encuentro transnacional de docentes en Octubre de 2016 para elaborar guiones y desarrollar estrategias de enseñanza.

2º FASE. Tanto en horario lectivo como en actividades complementarias y extraescolares, realizaremos los siguientes talleres:

1. Expresión corporal en la naturaleza.
2. Dramatización en lengua materna.
3. Dramatización en lengua inglesa.
4. Rock-Studio.
5. Coreografías.
6. Sonido y luminotecnia.
7. Atrezo y escenografía.
8. Vestuario.
9. Fotografía y vídeo.
10. Comunicación.

3º FASE. Estreno del espectáculo teatro-musical en nuestro centro educativo en lengua materna durante el mes de Marzo de 2017.

4º FASE. Encuentro o intercambio de formación en Perpignan (Francia) desde el día 30 de Abril al 9 de Mayo (10 días) de 2018, donde se estrenará el espectáculo teatral en lengua inglesa con el resto de los alumnos de los países participantes en el proyecto.

Durante este curso académico celebramos el primer Encuentro joven escolar-teatral en Santiponce con la presencia de tres Institutos de Secundaria para representar una fusión de las obras teatrales de los diferentes centros educativos en el Teatro romano de dicha localidad para la comunidad educativa.

Este encuentro se realiza para darle difusión al proyecto Erasmus plus que estamos inmersos desde Septiembre de 2016. Los centros participantes en este encuentro desarrollan actualmente diferentes proyectos Erasmus plus en sus centros de referencia y son:

- les Bezmiliana de Rincón de la Victoria (Málaga).
- les Fuerte Grande de Alcalá del Valle (Cádiz).
- les Trassierra de Córdoba.
- les Itálica de Santiponce (Sevilla), como centro organizador del 1º Encuentro teatral escolar.

6. CAMPAMENTO ESCOLAR DE EXPRESIÓN CORPORAL EN EL MEDIO NATURAL.

Este campamento se encuentra enmarcado dentro del proyecto Erasmus plus que coordinamos desde el Departamento de Educación Física, cuyo objetivo es realizar actividades expresivas y lúdicas para afianzar la actitud y competencias necesarias para la representación músico-teatral durante el encuentro de formación celebrado en Perpignan (Francia).

7.- PARTICIPACIÓN EN LA FERIA DE LA CIENCIA

Los profesores del Departamento colaborarán en la organización y desarrollo de esta actividad.

8.- TEATRO Y ACTIVIDADES DRAMÁTICAS

Impartición de un curso de Arte dramático con escenificación a final de curso, dirigidos a todos los jóvenes del centro.

9.- ACTIVIDADES ORGANIZADAS POR EL CENTRO U OTROS ORGANISMOS.

Participaremos en aquellas actividades organizadas por otros departamentos, por el instituto o por otro organismo cuya temática tenga que ver con los objetivos marcados en nuestra programación y que podrán surgir en cualquier momento, a lo largo del curso escolar.

OTROS ASPECTOS A DESTACAR:

Durante todo el curso, funcionará el taller de teatro "Chalaura" dirigido por D. José Luis Ortega Cabaña cuyo objetivo principal será difundir entre los escolares el Arte Dramático.

Podrán participar en él todos los alumnos/as del centro en horario de tarde.

Esta actividad está enmarcada dentro del plan de actividades de la Asociación de Alumnos/as del IES Itálica y abalada por el departamento de coordinación de didáctica al que pertenece Educación Física.

La obra a representar será "El pincel roto" escrita y dirigida por D. José Luis Ortega Cabaña. Con ella pretendemos asistir a certámenes y muestras en representación de nuestro IES Itálica.

También participaremos en la actividad teatral del grupo "Turulecas", organizada para alumnos de Primaria de ambos colegios del pueblo, con la obra: "El Gran Circo de Todos los Tiempos", escrita y dirigida por D. José Luis Ortega Cabaña.

Así mismo, el grupo de teatro "Chalaura" trabajará estrechamente con el taller de música del instituto "Rock Estudio", para orquestrar los momentos musicales de las distintas obras a representar.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA REALIZADA POR LOS PROFESORES DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA EN NOVIEMBRE DE 2017.

**SALVADOR JIMÉNEZ PÉREZ
JOSÉ LUÍS ORTEGA CABAÑA**