



# **PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

## **EDUCACIÓN SECUNDARIA**

**IESO MANUEL DE GUZMÁN 24/25**

*Eduardo García Martín*

*Víctor del Burgo Colino*

## Indice

1. INTRODUCCION.....	3
1.1. RELACIÓN CON EL PROYECTO EDUCATIVO.....	3
1.2 CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO .....	4
1.3. CARACTERÍSTICAS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA .....	5
2. NORMATIVA EN VIGOR .....	8
3. COMPONENTES DEL DEPARTAMENTO Y CARGA HORARIA.....	9
4. OBJETIVOS DE ETAPA .....	10
4.1. OBJETIVOS DE EDUCACION SECUNDARIA .....	10
5. COMPETENCIAS CLAVE.....	12
5.1 DESCRIPTORES OPERATIVOS DE LAS COMPETENCIAS CLAVE.....	12
5.2 PERFIL DE SALIDA.....	18
5.3 COMPETENCIAS ESPECÍFICAS.....	20
6. SECUENCIACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS Y LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN EN RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS..	25
6.1 1º y 2º ESO.....	26
6.2 3º y 4º ESO.....	49
7. EVALUACIÓN.....	72
7.1 PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES DEL ALUMNADO .....	72
7.2 CRITERIOS DE CALIFICACIÓN .....	73
7.3 CRITERIOS DE RECUPERACIÓN .....	73
7.4 ALUMNOS CON CONSIDERACIONES ESPECIALES.....	74
7.5 MEDIDAS A TOMAR CON LOS ALUMNOS REPETIDORES Y SU COMUNICACIÓN CON LAS FAMILIAS .....	75
8. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS.....	76
8.1 ESTILOS DE ENSEÑANZA.....	77
8.2 LA INTERVENCIÓN DEL PROFESOR EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE .....	78
8.3 TÉCNICAS DE ENSEÑANZA.....	79

8.4 ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA .....	80
8.5 SELECCIÓN DE ACTIVIDADES .....	80
8.6 ORGANIZACIÓN DE LOS ALUMNOS .....	81
8.7 ORGANIZACIÓN DEL ESPACIO .....	82
8.8 NORMATIVA DEL DEPARTAMENTO Y FICHA MÉDICA .....	82
8.9 BILINGÜISMO .....	85
8.10 CONTRIBUCIÓN A LOS PLANES DEL CENTRO .....	86
8.11 RECURSOS MATERIALES .....	87
9. MEDIDAS DE INCLUSIÓN EDUCATIVA .....	89
10. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRACURRICULARES .....	91
11. ELEMENTOS TRANSVERSALES .....	92
12. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA .....	93
12.1 EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE .....	94

## 1. INTRODUCCIÓN

Teniendo en cuenta las prioridades establecidas en el proyecto educativo de este centro, las características particulares de nuestro alumnado y las específicas del área de Educación Física, la presente programación general pretende sentar las bases de trabajo de este departamento.

Tendremos en cuenta que nos vamos a encontrar diversidad de intereses y situaciones personales; razón por la cual, esta programación pretende ser lo suficientemente flexible como para permitir su adaptación a los diferentes grupos de alumnos y niveles educativos.

Pasamos, a continuación, a describir brevemente dichos aspectos (Prioridades del P.E., características del alumnado y características de la materia) para una mejor contextualización de la programación propuesta:

### 1.1 RELACIÓN CON EL PROYECTO EDUCATIVO

Para guiar nuestra práctica educativa y la convivencia en el centro, el proyecto educativo, actualizado en 2022-2023, establece los siguientes principios y valores:

- 1) La búsqueda del éxito escolar para todo el alumnado.
- 2) El esfuerzo como motor básico hacia la consecución de objetivos y consolidación en el alumnado de hábitos de estudio y trabajo.
- 3) La responsabilidad compartida en la tarea educativa de cada uno de los sectores de la comunidad educativa.
- 4) La cultura.
- 5) La formación del alumnado para el ejercicio de sus derechos y obligaciones como ciudadanos.
- 6) La solidaridad
- 7) La formación continua del profesorado.
- 8) La formación y orientación dirigida a las familias.
- 9) El fomento de la autonomía e iniciativa personal en el alumnado.
- 10) La participación de la comunidad educativa en la organización y funcionamiento del centro.
- 11) La participación en proyectos con otros centros educativos.
- 12) La evaluación continua de todos los procesos de enseñanza-aprendizaje, de funcionamiento y organización del centro, de convivencia y de participación de la Comunidad Educativa.

Por otra parte, la PGA, concreción anual del proyecto educativo, establece una serie de objetivos para los que este departamento puede trabajar:

#### **I. Procesos de enseñanza y aprendizaje.**

1º) Continuar en la línea de mejora paulatina de los resultados del alumnado unido a u mayor desarrollo y adquisición de las competencias.

2º) Utilizar los diferentes órganos de coordinación docente para proponer medidas encaminadas al trabajo transversal, interdisciplinar, y a la introducción de mejoras metodológicas.

3º) Dirigir la línea formativa del profesorado hacia el uso didáctico de las TIC's, el fomento del plurilingüismo y el desarrollo de programas de innovación.

4º) Mejorar la funcionalidad y efectividad de los documentos programáticos y de respuesta la diversidad del alumnado.

## **II. Organización de la participación y la convivencia.**

1º) Seguir implicando al alumnado en la organización de participación y convivencia a través de los distintos proyectos programados para este curso. Actualización de las normas de convivencia.

2º) Aumentar la participación real del alumnado a través de los órganos de coordinación y de gobierno: Comisión de Convivencia, Junta de Delegados, Consejo Escolar.

3º) Seguir fomentando la participación familiar, así como la implicación y la formación de las familias.

## **III. Actuaciones y coordinación con otros centros, servicios e instituciones.**

1º) Continuar en la línea de trabajo marcada en el curso pasado con respecto a la coordinación con otros Centros próximos a nuestro entorno (Gálvez, Navalmorales, etc...), Servicios e Instituciones.

### **1.2 CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO**

El IESO Manuel de Guzmán es un centro rural, con un alumnado procedente de varios pueblos muy pequeños, muchos de ellos, procedentes de CRA, donde todos los niveles están juntos.

Según el proyecto educativo del centro, la oferta de servicios sociales, culturales y de ocio de la localidad es por lo general adecuada (guardería, CEPA, CEIP, centro de salud, taller ocupacional, centro de la mujer, centro de día, residencia de ancianos, hogar del jubilado, instalaciones deportivas, centro cultural...).

Hay un parte del alumnado que dedica parte de su tiempo libre a la participación en actividades deportivas (fútbol, balonmano, tenis, frontenis), culturales y musicales (asociaciones de bailes, banda de música municipal, coral polifónica).

En esta línea, se va a realizar un esfuerzo desde el departamento, para que el alumnado aproveche y participe en la oferta de actividades deportivas y culturales que se realiza desde el ayuntamiento.

En el presente curso contamos con un total de 146 alumnos repartidos de la siguiente manera:

- En 1º ESO tenemos 42 alumnos.
- EN 2º ESO tenemos 33 alumnos
- En 3º ESO + 1º Diver hay 34 alumnos
- En 4º ESO + 2º DIVER sumamos un total de 37 alumnos.

### **1.3 CARACTERÍSTICAS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

El desarrollo armónico e integral del ser humano conlleva ineludiblemente la inclusión en la formación de los jóvenes de aquellas capacidades que potencian el desarrollo y las habilidades motrices, profundizando en el significado que adquieren en el comportamiento humano, y asumiendo determinadas actitudes relativas al cuerpo y al movimiento.

El área de Educación Física en Educación Secundaria Obligatoria, debe contribuir no sólo a la consecución de las capacidades instrumentales y a generar hábitos de práctica continuada de actividad física, sino que, además, debe vincularla a una escala de valores, actitudes y normas y al conocimiento de los efectos que tiene en el desarrollo personal, contribuyendo de esta forma al logro de los objetivos generales de etapa.

El enfoque de esta materia, tiene un carácter integrador e incluye una multiplicidad de funciones: cognitivas, expresivas, comunicativas y de bienestar. Por una parte, el movimiento es uno de los instrumentos cognitivos fundamentales de la persona, tanto para conocerse a sí misma como para explorar su entorno inmediato. Por medio de la organización de sus percepciones sensorio-motrices, se toma conciencia del propio cuerpo y del mundo que lo rodea, pero, además, mediante el movimiento, se mejora la propia capacidad motriz en diferentes situaciones y para distintos fines, permitiendo incluso demostrar destrezas y superar dificultades.

Por otro lado, en tanto que la persona utiliza su cuerpo y su movimiento corporal para relacionarse con los demás, no sólo en el juego y el deporte, sino en general en toda clase de actividades físicas, la materia favorece la consideración de ambos como instrumentos de comunicación, relación y expresión.

Igualmente, a través del ejercicio físico se contribuye a la conservación y mejora de la salud y el estado físico, a la prevención de determinadas enfermedades y disfunciones y al equilibrio psíquico, en la medida en que las personas, a través del mismo, liberan tensiones, realizan actividades de ocio, y

disfrutan de su propio movimiento y de su eficacia corporal. Todo ello resulta incluso más necesario dado su papel para compensar las restricciones del medio y el sedentarismo habitual de la sociedad actual. La materia de educación física actúa en este sentido como factor de prevención de primer orden.

Desde esta perspectiva y atendiendo a la nueva normativa, La Educación Física en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria debe ir orientada a conseguir que el alumnado consolide un estilo de vida activo, asiente el conocimiento de la propia corporalidad, disfrute de las manifestaciones culturales de carácter motor, integre actitudes eco-socialmente responsables o afiance el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices.

Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial e, indisociable del propio aprendizaje.

De acuerdo con el marco normativo, la educación física que se pretende desarrollar: debe ser más competencial, actual y alineada con los retos del siglo XXI.

De esto se desprende, que la materia de Educación Física debe consolidar un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado perpetuarlo a lo largo de su vida a través de la planificación autónoma y la autorregulación de su práctica física y de todos los componentes que afecten a la salud.

Por otro lado, la motricidad se desarrollará en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas, con objetivos y contextos variados

La resolución de situaciones motrices en diferentes espacios permitirá al alumnado afrontar la práctica motriz con distintas finalidades: lúdica, agonística, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa, catártica o de interacción con el medio urbano y natural.

Para abordar con posibilidades de éxito las numerosas situaciones motrices a las que se verá expuesto el alumnado a lo largo de su vida, será preciso desarrollar de manera integral capacidades de carácter cognitivo y motor, pero también afectivo-motivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social. De este modo, el alumnado tendrá que aprender a gestionar sus emociones y sus habilidades sociales en contextos variados de práctica motriz.

El alumnado también deberá reconocer y valorar diferentes manifestaciones de la cultura motriz como parte relevante del patrimonio cultural, expresivo y artístico, que podrán convertirse en objeto de disfrute y aprendizaje.

Este conocimiento en profundidad deberá dirigirse a comprender, entre otros, el lugar que ocupa el deporte en la sociedad actual, así como sus implicaciones en el ámbito económico, político, social y de la salud como máxima representación de la cultura motriz en la actualidad.

Finalmente, se continuará insistiendo en la necesidad de convivir de manera respetuosa con el medio ambiente y con los seres vivos que habitan en él, desarrollando para ello actividades físico-deportivas en contextos variados y participando en su organización desde planteamientos basados en la conservación y la sostenibilidad.

## 2. NORMATIVA EN VIGOR

Esta programación se justifica mediante el marco legislativo que desarrolla el currículo oficial para la etapa de Educación Secundaria Obligatoria.

Orden 118/2022, de 14 de junio, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, de regulación de la organización y el funcionamiento de los centros públicos que imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional en la comunidad de Castilla-La Mancha.

Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

Resolución de 26/01/2019, de la Dirección General de Programas, Atención a la Diversidad y Formación Profesional, por la que se regula la escolarización del alumnado que requiere medidas individualizadas y extraordinarias de inclusión educativa.

Decreto 85/2018, de 20 de noviembre, por el que se regula la inclusión educativa del alumnado en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.

Decreto 82/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

Orden 186/2022, de 27 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la evaluación en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha

### 3. COMPONENTES DEL DEPARTAMENTO Y CARGA HORARIA

La carga horaria para el presente curso académico es de 29 horas lectivas repartidas de la siguiente manera:

- 1º ESO: 5 horas (4 Educación Física + 1 Alternativa a la Religión)
- 2º ESO: 4 horas.
- 3º ESO: 4 horas
- 4º ESO: 7 horas (4 Educación Física + 3 horas de F.O.L)
- Jefatura de Departamento: 2 horas
- Coordinación de Proyecto Escolar Saludable (PES) 2 horas
- Tutoría de 1º ESO: 2 horas
- Coordinación de Actividades Extraescolares: 1 Hora
- Coordinación de Bilingüismo. 1 Hora.
- Taller de Actividades Deportivas y Recreos Activos: 1 Hora

La distribución de grupos con respecto al profesorado de E. Física y las funciones que desempeña cada uno de ellos es la siguiente:

- D. Eduardo García Martín, que imparte clase de Educación Física:
  - o 1º ESO A, 1º ESO B, 2º ESO Bilingüe, 2º ESO no Bilingüe, 3º ESO (No bilingüe) + 1º DIVER, 4º ESO (No Bilingüe) + 2º DIVER. Además, es tutor de 1º ESO A, sienta también Jefe de Departamento y coordinador del Proyecto Escolar Saludable.
- D. Víctor Colino del Burgo, que imparte clase de Educación Física en los grupos:
  - o 3º ESO Bilingüe, 4º ESO Bilingüe, impartiendo también una hora de taller de actividades deportivas y recreos activos. Además, imparte la materia optativa en 4º ESO de Formación y Orientación Laboral, y también coordinador de Actividades Extraescolares.

En el cuadrante siguiente puede verse el horario de las clases de Educación Física:

		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
1ª	8:50	EDU	4º NO BIL	EDU	1ºB	VÍCTOR	4º BIL			EDU	2º NO BIL
2ª	9:45	EDU	1º A			EDU	1º A	EDU	1º B		
3ª	10:40			VÍCTOR	4º BIL	EDU	2º BIL				
	11:35							VÍCTOR	RECREO	EDU	RECREO
4ª	12:05	EDU	3º NO BIL	EDU	2º NO BIL					VÍCTOR	3º BIL
5ª	13:00	EDU	2º BIL			EDU	4º NO BIL	EDU	2º NO BIL		
6ª	13:55							VÍCTOR	3º BIL		

## 4. LOS OBJETIVOS DE ETAPA

### 4.1 OBJETIVOS DE EDUCACION SECUNDARIA OBLIGATORIA

Se establece que la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, incluidos los derivados por razón de distintas etnias, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresarse en la lengua castellana con corrección, tanto de forma oral, como escrita, utilizando textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- l) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada, aproximándose a un nivel A2 del Marco Común Europeo de Referencia de las Lenguas.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia de España, y específicamente de Castilla-La Mancha, así como su patrimonio artístico y cultural. Este conocimiento, valoración y respeto se extenderá también al resto de comunidades autónomas, en un contexto europeo y como parte de un entorno global mundial.

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

l) Conocer los límites del planeta en el que vivimos y los medios a su alcance para procurar que los recursos prevalezcan en el espacio el máximo tiempo posible, abandonando el modelo de economía lineal seguido hasta el momento y adquiriendo hábitos de conducta y conocimientos propios de una economía circular.

m) Apreiciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación, conociendo y valorando las propias castellano-manchegas, los hitos y sus personajes y representantes más destacados.

## 5. LAS COMPETENCIAS CLAVE

El decreto 82/2022 de 12 de Julio, establece en su Artículo 11, que las competencias clave del currículo son las siguientes:

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia plurilingüe.
- Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
- Competencia digital.
- Competencia personal, social y de aprender a aprender.
- Competencia ciudadana.
- Competencia emprendedora.
- Competencia en conciencia y expresión culturales.

La adquisición de cada una de las competencias clave contribuye a la adquisición de todas las demás. No existe jerarquía entre ellas, ni puede establecerse una correspondencia exclusiva con una única área, ámbito o materia, sino que todas se concretan en los aprendizajes de las distintas áreas, ámbitos o materias y, a su vez, se adquieren y desarrollan a partir de los aprendizajes que se producen en el conjunto de las mismas.

### 5.1 DESCRIPTORES OPERATIVOS DE LAS COMPETENCIAS CLAVE

<b>COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA (CCL).</b>	
La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o multimodales evitando los riesgos de manipulación y	CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.
	CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.
	CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en

<p>desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa. La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la escritura o la asignación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.</p>	<p>función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p>
	<p>CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.</p>
	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.</p>

<b>COMPETENCIA PRULINGÜE</b>	
<p>La competencia plurilingüe implica utilizar distintas lenguas, orales o signadas, de forma apropiada y eficaz para el aprendizaje y la comunicación. Esta competencia supone reconocer y respetar los perfiles lingüísticos individuales y aprovechar las experiencias propias para desarrollar estrategias que permitan mediar y hacer transferencias entre lenguas, incluidas las clásicas, y, en su caso, mantener y adquirir destrezas en la lengua o lenguas familiares y en las lenguas oficiales. Integra, asimismo, dimensiones históricas e interculturales orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el objetivo de fomentar la</p>	<p>CP1. Usa eficazmente una o más lenguas además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.</p>
	<p>CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.</p>
	<p>CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.</p>

convivencia democrática.	
--------------------------	--

<b>COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIA EN CIENCIA, TECNOLOGÍA E INGENIERÍA (STEM).</b>	
---	--

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible.	
---	--

La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos.	
---	--

La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social.	
---	--

La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y	
--	--

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
---

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.
--

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.
---

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para compartir y construir nuevos conocimientos.
---

STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio
---

metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.	ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.
--	--

<b>COMPETENCIA DIGITAL</b>	
<p>La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas.</p> <p>Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.</p>	CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual
	CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.
	CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
	CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.
	CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

<b>COMPETENCIA PERSONAL, SOCIAL Y DE APRENDER A APRENDER</b>	
La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre	CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la

<p>uno mismo para auto-conocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo.</p>	<p>autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.</p>
	<p>CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.</p>
	<p>CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.</p>
	<p>CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.</p>
	<p>CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.</p>

<b>COMPETENCIA CIUDADANA</b>	
<p>competencia ciudadana contribuye a que alumnos y alumnas puedan ejercer una ciudadanía responsable y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los conceptos y las estructuras sociales, económicas, jurídicas y políticas, así como en el conocimiento de los acontecimientos mundiales y el</p>	<p>CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.</p>
	<p>CC2. Analiza y asume fundamentamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud</p>

<p>compromiso activo con la sostenibilidad y el logro de una ciudadanía mundial. Incluye la alfabetización cívica, la adopción consciente de los valores propios de una cultura democrática fundada en el respeto a los derechos humanos, la reflexión crítica acerca de los grandes problemas éticos de nuestro tiempo y el desarrollo de un estilo de vida sostenible acorde con los Objetivos de Desarrollo Sostenible planteados en la Agenda 2030.</p>	<p>democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p>
	<p>CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>
	<p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.</p>

<b>COMPETENCIA EMPRENDEDORA</b>	
<p>La competencia emprendedora implica desarrollar un enfoque vital dirigido a actuar sobre oportunidades e ideas, utilizando los conocimientos específicos necesarios para generar resultados de valor para otras personas. Aporta estrategias que permiten adaptar la mirada para detectar necesidades y oportunidades; entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, y crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y despertar la disposición a aprender, a arriesgar y a afrontar la incertidumbre. Asimismo, implica tomar decisiones basadas en la información y el conocimiento y colaborar de manera ágil con otras personas, con motivación, empatía y habilidades de comunicación y</p>	<p>CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.</p>
	<p>CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p>
	<p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de</p>

de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos sostenibles de valor social, cultural y económico-financiero.	planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.
---	--

<b>COMPETENCIA EN CONCIENCIA Y EXPRESIÓN CULTURALES</b>	
<p>La competencia en conciencia y expresión culturales supone comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.</p>	CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
	CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
	CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
	CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

## **5.2 PERFIL DE SALIDA**

Se quiere garantizar que todo alumno o alumna que supere con éxito la enseñanza básica y, por tanto, alcance el Perfil de salida sepa activar los aprendizajes adquiridos para responder a los principales desafíos a los que deberá hacer frente a lo largo de su vida:

- Desarrollar una actitud responsable a partir de la toma de conciencia de la degradación del medioambiente y del maltrato animal basada en el

conocimiento de las causas que los provocan, agravan o mejoran, desde una visión sistémica, tanto local como global.

- Identificar los diferentes aspectos relacionados con el consumo responsable, valorando sus repercusiones sobre el bien individual y el común, juzgando críticamente las necesidades y los excesos y ejerciendo un control social frente a la vulneración de sus derechos.
- Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella, asumiendo la responsabilidad personal y social en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas, así como en la promoción de la salud pública.
- Desarrollar un espíritu crítico, empático y proactivo para detectar situaciones de inequidad y exclusión a partir de la comprensión de las causas complejas que las originan.
- Entender los conflictos como elementos connaturales a la vida en sociedad que deben resolverse de manera pacífica.
- Analizar de manera crítica y aprovechar las oportunidades de todo tipo que ofrece la sociedad actual, en particular las de la cultura en la era digital, evaluando sus beneficios y riesgos y haciendo un uso ético y responsable que contribuya a la mejora de la calidad de vida personal y colectiva.
- Aceptar la incertidumbre como una oportunidad para articular respuestas más creativas, aprendiendo a manejar la ansiedad que puede llevar aparejada.
- Cooperar y convivir en sociedades abiertas y cambiantes, valorando la diversidad personal y cultural como fuente de riqueza e interesándose por otras lenguas y culturas.
- Sentirse parte de un proyecto colectivo, tanto en el ámbito local como en el global, desarrollando empatía y generosidad.
- Desarrollar las habilidades que le permitan seguir aprendiendo a lo largo de la vida, desde la confianza en el conocimiento como motor del desarrollo y la valoración crítica de los riesgos y beneficios de este último.

La respuesta a estos y otros desafíos -entre los que existe una absoluta interdependencia- necesita de los conocimientos, destrezas y actitudes que subyacen a las competencias clave y son abordados en las distintas áreas, ámbitos y materias que componen el currículo.

### 5.3 COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

El decreto 82/2022 de 12 de Julio, establece las siguientes competencias específicas en la materia de Educación Física:

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

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

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

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna la globalidad de la materia de Educación Física, y puede abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la movilidad activa, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros.

Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL3, **STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.**

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

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir

en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre.

Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motores y, por supuesto, los deportes.

En relación con estos últimos, y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, ultimate, lacrosse, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (rounders, softball, etc.), de blanco y diana (boccia, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (skate, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros).

Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa el alumnado habrá participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría.

Cumplido este requisito, será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado o aquellas que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

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

**3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o**

***contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.***

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

En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y los sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estos y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que generan, así como de promocionar las emociones agradables.

Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal.

El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones; expresar propuestas, pensamientos y emociones; escuchar activamente, y actuar con asertividad.

Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen.

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

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

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: **CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.**

***4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus***

***manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.***

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales y populares, danzas propias del folklore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros.

Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro

(teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes).

Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo, que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la competición sana.

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

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

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que, además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el crossfit, el patinaje, el skate, el parkour o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro.

En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

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

## 6. SECUENCIACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS Y LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN EN RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS.

Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Como consecuencia de ello, se deberá evitar centrar las situaciones de aprendizaje exclusivamente en un único bloque, tratando de integrar saberes de distintas procedencias.

El bloque titulado **«Vida activa y saludable»** aborda los tres componentes de la salud -física, mental y social- a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos funcionales de práctica físico-deportiva, rechazando los comportamientos antisociales, discriminatorios o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos.

El segundo bloque, **«Organización y gestión de la actividad física»**, incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores y la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.

El tercer bloque, **«Resolución de problemas en situaciones motrices»** es un bloque con un carácter transdisciplinar que aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.

El cuarto bloque, **«Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices»**, se centra, por un lado, en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, y, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones inclusivas y constructivas entre quienes participan en este tipo de contextos motrices.

El bloque **«Manifestaciones de la cultura motriz»** engloba tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.

Y, por último, el bloque **«Interacción eficiente y sostenible con el entorno»** incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión

sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

Partiendo de lo establecido en el Decreto 82/2022, los saberes básicos de la materia de E.F., aparecen secuenciados de la siguiente manera:

## 6.1 SABERES BÁSICOS 1º ESO y 2º ESO

### **A. Vida activa y saludable.**

- Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.

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

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

### **B. Organización y gestión de la actividad física.**

- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: el atletismo, running, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia, como pueden ser el castillo, atrapa la bandera y otros, para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. Práctica de situaciones deportivas cooperativas. Deportes de adversario en los que se apliquen, de forma integrada, los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el kickbol, ringo, datchball u otros, que propicien el desarrollo de experiencias grupales mediante situaciones de aprendizaje ajustadas a nuestras potencialidades.

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

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

- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB). Normas RICE (rest, ice, compression, elevation).

### **C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

### **D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

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

- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

### **E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad en Castilla-La Mancha, tales como: billa, calva, seguidilla manchega u otros.
- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo, tales como: coreografías con combas y montajes de acrogimnasia.
- Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).
- Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

### **F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible: urbanos y naturales (rutas, grandes rutas, senderos y otras).
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate orientación urbana, circuitos de calistenia naturales y otras).
- Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento: Rally fotográfico u otras.
- Iniciación en diversas actividades físico-deportivas de bajo impacto como rastreo, senderismo, marcha nórdica, escalada u otras, que le permitan al alumnado conocer su entorno natural, disfrutar del mismo y ayudar a su cuidado, conservación y mejora.
- Aproximación a las herramientas digitales, como medio de adquisición de información y análisis, en la práctica de nuestras actividades.

- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos.
- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

**La aplicación de los saberes básicos anteriormente citados se plasma en las siguientes unidades didácticas cuya secuenciación por trimestres y curso es la siguiente:**

1º ESO		
TRIMESTRE	Nº	UNIDAD DIDACTICA
1	1	Calentamiento y Juegos motrices
	2	Valoro mi nivel de condición física
	3	Saltos de Comba I
	4	“Ultimate”
	5	Coreografía I
2	6	Trabajo la condición física mediante el atletismo
	7	Introducción a los Deportes Colectivos.
	8	Hábitos de Vida Saludable I.
	9	Primeros Auxilios. Protocolo P.A.S
3	10	Valoro mi nivel de Condición Física
	11	Iniciación a la expresión corporal
	12	Picketball
	13	Actividades en el medio natural.

A continuación, mostraremos una tabla, donde aparecerán relacionados las competencias específicas, con los criterios de evaluación, donde además incorporamos la ponderación de cada uno de los criterios, su relación con los descriptores operativos de las competencias claves, el instrumento utilizado para la evaluación y su relación a lo largo de los tres trimestres por unidades didácticas.

<b>EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO</b>		<b>DESCR OPERAT C.CLAV</b>	<b>INST EV</b>	<b>PON</b>	<b>TRIMESTRE 1</b>					<b>TRIMESTRE 2</b>				<b>TRIMESTRE 3</b>				
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	
Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	Test CF Barem Preg Trab	12,33%		X				X				X				
	1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	O.R.D	9%	X	X				X		X		X				
	1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2,	O.R.D Trab.	3,33%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

	antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	CPSAA4																
	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	O.R.D Trab.	1,66%								X						
	1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	Prác Crítica	1%							X							
	1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	Ficha Teó-Pr	1,66%	X									X				

EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO		DESCR OPERAT C.CLAV	INSTR EVAL	PON	TRIMESTRE 1					TRIMESTRE 2				TRIMESTRE 3			
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13
Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	CE 2 CE 3 CPSAA4 CPSAA5	O.R.D Proyecto Ficha Teó- Práctic	7,33%			X				X			X			
	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna	CE 2 CE 3 CPSAA4 CPSAA5	O.R.D Exam Práctic	12,16%				X			X						X

situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas	en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.																	
físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía	CE 2 CE 3 CPSAA4 CPSAA5	O.R.D Exam Práctic	12,16%			X	X			X							X

EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO		DESCR OPERAT C.CLAV	INST EV	PON	TRIMESTRE 1					TRIMESTRE 2				TRIMESTRE 3				
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la	3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3	O.R.D	6,66%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
	3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3	O.R.D	10%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la	CCL5 CPSAA1 CPSAA3	O.R.D	8,33%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

<p>convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás</p>	<p>CPSAA5 CC3</p>									
---	--	-----------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO		DESCR OPERAT C.CLAV	INST EV	PON	TRIMESTRE 1					TRIMESTRE 2				TRIMESTRE 3			
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13
Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	O.R.D Preg Trab.	1%	X		X		X							X	
	4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	Preg Trab Práct Crítica	3,33%				X		X	X						x
	4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	O.R.D Prueba Práctic Proyec	5%			X		X						x		

los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas																	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO		DESCR OPERAT C.CLAV	INST EV	PON	TRIMESTRE 1					TRIMESTRE 2				TRIMESTRE 3			
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13
Adoptar un estilo de vida sostenible y eco-socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible,	CC4 STEM5 CE1 CE3	Preg Trab O.R.D	2,5%												X	

deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones	minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.																
de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	CC4 STEM5 CE1 CE3	O.R.D Prueba Práct	2,5%												x	

La aplicación de los saberes básicos anteriormente citados se plasma en las siguientes unidades didácticas cuya secuenciación por trimestres y curso es la siguiente:

2º ESO		
TRIMESTRE	Nº	UNIDAD DIDACTICA
1º	1	Juegos Motrices para el calentamiento (General y Específico)
	2	Trabajo y valoro mi condición física
	3	Saltos de Comba II
	4	Floorball
	5	Coreografía II
2º	6	Acondicionamiento Físico y hábitos de vida saludable.
	7	Modelo Educación Deportiva: Ringo
	8	Malabares y Juegos populares.
	9	Primeros Auxilios y prevención de lesiones.
3º	10	Valoro mi condición física
	11	Acrosport-Expresión Corporal
	12	Actividades en el medio natural: orientación y senderismo
	13	“Balonmano” Vs “Tchoukball”

A continuación, mostraremos una tabla, donde aparecerán relacionados las competencias específicas, con los criterios de evaluación, donde además incorporamos la ponderación de cada uno de los criterios, su relación con los descriptores operativos de las competencias claves, el instrumento utilizado para la evaluación y su relación a lo largo de los tres trimestres por unidades didácticas

<b>EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO</b>		<b>DESCR OPERAT C.CLAV</b>	<b>INST EV</b>	<b>PON</b>	<b>TRIMESTRE 1</b>					<b>TRIMESTRE 2</b>				<b>TRIMESTRE 3</b>			
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13
Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	Test CF Barem Preg Trab	11,33%		X				X				X			
	1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	O.R.D	12,16%	X	X				X				X			
	1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2,	O.R.D Trab.	1,66%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

	después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	CPSAA4																
	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	O.R.D Trab.	1,66%								X						
	1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	Prác Crítica	1,66%		X				X								
	1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	Ficha Teó- Práct	1,66%		X				X								

EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO		DESCR OPERAT C.CLAV	INSTR EVAL	PON	TRIMESTRE 1					TRIMESTRE 2				TRIMESTRE 3			
COMPETENCI A ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13
Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	CE 2 CE 3 CPSAA4 CPSAA5	O.R.D Proyect Ficha Teó- Práctic	10%			X		X				X		X		
	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o	CE 2 CE 3 CPSAA4 CPSAA5	O.R.D Exam Práctic	7,5%				X		X					X		

<p>variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos</p>	<p>simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía</p>	<p>CE 2 CE 3 CPSAA4 CPSAA5</p>	<p>O.R.D Exam Práctic</p>	<p>9,16%</p>															<p>X</p>
---	---	--	-----------------------------------	--------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------

EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO		DESCR OPERAT C.CLAV	INST EV	PON	TRIMESTRE 1					TRIMESTRE 2				TRIMESTRE 3				
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que	3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3	O.R.D	5%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
	3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3	O.R.D	10,5%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	3.3 Hacer uso con	CCL5	O.R.D	6,33%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

<p>canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás</p>	<p>CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3</p>									
---	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--

EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO		DESCR OPERAT C.CLAV	INST EV	PON	TRIMESTRE 1					TRIMESTRE 2				TRIMESTRE 3			
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13
Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	O.R.D Preg Trab.	3,5%	X		X		X			X					
	4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	Preg Trab Práct Crítica	1,66%				X			X					x	

justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	dichas manifestaciones																
	4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	O.R.D Prueba Práctic Proyec	8,33%			x		X								x
<b>EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO</b>		<b>DESCR OPERAT C.CLAV</b>	<b>INST EV</b>	<b>PON</b>	<b>TRIMESTRE 1</b>					<b>TRIMESTRE 2</b>				<b>TRIMESTRE 3</b>			
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13
Adoptar un estilo de vida sostenible y eco-socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible,	CC4 STEM5 CE1 CE3	Preg Trab O.R.D	4,16%												X	

práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones	minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.																		
de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	CC4 STEM5 CE1 CE3	O.R.D Prueba Práct	4,16%													x		

### **A. Vida activa y saludable.**

- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

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

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

### **B. Organización y gestión de la actividad física.**

- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos.

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

- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.

- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA).

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

### **C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.
- Sistemas de entrenamiento.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.
- Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

### **D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

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

- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

### **E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.
- Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.
- Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

### **F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).
- Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como, por ejemplo: adventure lab.
- Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano.

#### Medidas colectivas de seguridad.

- Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carreras de Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura.

- Utilidades de las herramientas digitales para facilitar la geolocalización, el registro y seguimiento de actividades, la navegación en entornos naturales no conocidos y la interpretación del entorno.
- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

**La aplicación de los saberes básicos anteriormente citados se plasma en las siguientes unidades didácticas cuya secuenciación por trimestres y curso es la siguiente:**

<b>3º ESO</b>		
<b>TRIMESTRE</b>	<b>Nº</b>	<b>UNIDAD DIDACTICA</b>
<b>1º</b>	1	Me pongo en Marcha. Desafíos cooperativos. Calentamiento Específico
	2	Trabajo y Valoro mi condición física.
	3	Salto de Comba (III)
	4	Voleibol.
	5	Coreografía (III)
<b>2º</b>	6	Métodos y Sistemas de Entrenamiento.
	7	Modelo Educación Deportiva.
	8	Hábitos de vida saludable.
	9	Primeros auxilios: Reanimación cardiopulmonar básica (RCP) y la maniobra de Heimlich.
<b>3º</b>	10	Trabajo y Valoro mi condición física.
	11	Proyecto de Expresión Corporal
	12	Actividades en el medio natural. Orientación Indoor y Outdoor
	13	Juegos y deportes alternativos.

A continuación, mostraremos una tabla, donde aparecerán relacionados las competencias específicas, con los critérios de evaluación, donde además incorporamos la ponderación de cada uno de los criterios, su relación con los descriptores operativos de las competencias claves, el instrumento utilizado para la evaluación y su relación a lo largo de los tres trimestres por unidades didáctica

<b>EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO</b>		<b>DESCR OPERAT C.CLAV</b>	<b>INST EV</b>	<b>PON</b>	<b>TRIMESTRE 1</b>					<b>TRIMESTRE 2</b>				<b>TRIMESTRE 3</b>				
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	
Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	CL3 STEM 2 STEM 5 CPSAA2 CPSAA4 CD4	Test CF Barem Preg Trab	13,5%		X				X				X				
	1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	CL3 STEM 2 STEM 5 CPSAA2 CPSAA4 CD4	O.R.D	7,5%	X	X				X		X		X				
	1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer	CL3 STEM 2 STEM 5 CPSAA2 CPSAA4 CD4	O.R.D Trab.	3,33%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

	situaciones de riesgo para actuar preventivamente.																	
	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	CL3 STEM 2 STEM 5 CPSAA2 CPSAA4 CD4	O.R.D Trab.	1,66%									X					
	1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	CL3 STEM 2 STEM 5 CPSAA2 CPSAA4 CD4	Prác Crítica	1,33%									X					
	1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	CL3 STEM 2 STEM 5 CPSAA2 CPSAA4 CD4	Ficha Teó- Práct	1,66%		X				X								

EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO		DESCR OPERAT C.CLAV	INST EV	PON	TRIMESTRE 1					TRIMESTRE 2				TRIMESTRE 3			
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13
Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	CE2 CE3 CPSAA4 CPSAA5	O.R.D Proyec Ficha Teó- Práctic	5%	X		X				X						
	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados	CE2 CE3 CPSAA4 CPSAA5	O.R.D Exam Práctic	5%				X			X					X	

variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos	obtenidos. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	CE2 CE3 CPSAA4 CPSAA5	O.R.D Exam Práctic	11,66%			X	X	X		X										X
--	---	--------------------------------	--------------------------	--------	--	--	---	---	---	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---

<b>EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO</b>		<b>DESCR OPERAT C.CLAV</b>	<b>INST EV</b>	<b>PON</b>	<b>TRIMESTRE 1</b>					<b>TRIMESTRE 2</b>				<b>TRIMESTRE 3</b>			
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>				<b>U 1</b>	<b>U 2</b>	<b>U 3</b>	<b>U 4</b>	<b>U 5</b>	<b>U 6</b>	<b>U 7</b>	<b>U 8</b>	<b>U 9</b>	<b>U 10</b>	<b>U 11</b>	<b>U 12</b>	<b>U 13</b>
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que	3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros	CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3 CCL5	O.R.D	7,5%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
	3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3 CCL5	O.R.D	13,33%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	3.3 Relacionarse y	CPSAA1	O.R.D	5,83%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	CPSAA3 CPSAA5 CC3 CCL5																
--	---	---------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

<b>EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO</b>		<b>DESCR OPERAT C.CLAV</b>	<b>INST EV</b>	<b>PON</b>	<b>TRIMESTRE 1</b>					<b>TRIMESTRE 2</b>				<b>TRIMESTRE 3</b>				
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>				<b>U 1</b>	<b>U 2</b>	<b>U 3</b>	<b>U 4</b>	<b>U 5</b>	<b>U 6</b>	<b>U 7</b>	<b>U 8</b>	<b>U 9</b>	<b>U 10</b>	<b>U 11</b>	<b>U 12</b>	<b>U 13</b>	
Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las	CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	O.R.D Preg Trab.	5%				X			X							X

de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como	procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	CC2 CC3																	
fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y	4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito fíicodeportivo.	CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4 CC2 CC3	Preg Trab Práct Crítica	2,66%				X		X	X				X				
justa de la motricidad en el marco de las	4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera	CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	O.R.D Prueba Práctic Proyec	6,66%		X		X							X				

sociedades actuales.	coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	CC2 CC3																
----------------------	--	------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO		DESCR OPERAT C.CLAV	INST EV	PON	TRIMESTRE 1					TRIMESTRE 2				TRIMESTRE 3				
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	
Adoptar un estilo de vida sostenible y eco-socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su	STEM 5 CC4 CE 1 CE 3	Preg Trab O.R.D	4,16%													X	

entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano	huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.																			
	5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	STEM 5 CC4 CE 1 CE 3	O.R.D Prueba Práct	4,16%													x			

La aplicación de los contenidos anteriormente citados se plasma en las siguientes unidades didácticas cuya secuenciación por trimestres es la siguiente:

<b>4º ESO</b>		
<b>TRIMESTRE</b>	<b>Nº</b>	<b>UNIDAD DIDACTICA</b>
<b>1</b>	<b>1</b>	Diseño y pongo en práctica un calentamiento específico.
	<b>2</b>	Valoro mi nivel de condición física
	<b>3</b>	Saltos de Comba IV.
	<b>4</b>	Deporte e Inclusión. (Alternativos y Adaptados)
	<b>5</b>	Coreografía IV
<b>2</b>	<b>6</b>	Planifico mi entrenamiento.
	<b>7</b>	Organizo y participo en un torneo deportivo (Deporte de adversario)
	<b>8</b>	Hábitos de vida saludables.
	<b>9</b>	Primeros auxilios y lesiones en el deporte.
<b>3</b>	<b>10</b>	Valoro mi nivel de condición física
	<b>11</b>	Gimnastrada.
	<b>12</b>	Actividades en el medio natural. Diseño y planificación de actividades.
	<b>13</b>	“Todo por mi Equipo” (Deportes colectivos)

<b>EDUCACIÓN FÍSICA 4º ESO</b>		<b>DESCR OPERAT C.CLAV</b>	<b>INST EV</b>	<b>PON</b>	<b>TRIMESTRE 1</b>					<b>TRIMESTRE 2</b>				<b>TRIMESTRE 3</b>			
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13
Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas	1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	CL3 STEM 2 STEM 5 CPSAA2 CPSAA4 CD4	Test CF Barem Preg Trab	13,33%		X				X				X			
y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	CL3 STEM 2 STEM 5 CPSAA2 CPSAA4 CD4	O.R.D	11,16%	X	X				X		X		X			
	1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer	CL3 STEM 2 STEM 5 CPSAA2 CPSAA4 CD4	O.R.D Trab.	3,33%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

	situaciones de riesgo para actuar preventivamente.																	
	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	CL3 STEM 2 STEM 5 CPSAA2 CPSAA4 CD4	O.R.D Trab.	1,66%									X					
	1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	CL3 STEM 2 STEM 5 CPSAA2 CPSAA4 CD4	Prác Crítica	4,5%									X					
	1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	CL3 STEM 2 STEM 5 CPSAA2 CPSAA4 CD4	Ficha Teó- Práct	1,66%						X								

EDUCACIÓN FÍSICA 4º ESO		DESCR OPERAT C.CLAV	INST EV	PON	TRIMESTRE 1					TRIMESTRE 2				TRIMESTRE 3				
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	
Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	CE2 CE3 CPSAA4 CPSAA5	O.R.D Proyec Ficha Teó- Práctic	9,16%	X		X				X				X			
	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados	CE2 CE3 CPSAA4 CPSAA5	O.R.D Exam Práctic	2,5%				X			X							X

resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos	obtenidos.																
	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	CE2 CE3 CPSAA4 CPSAA5	O.R.D Exam Práctic	4,16%				X			X						

EDUCACIÓN FÍSICA 4º ESO		DESCR OPERAT C.CLAV	INST EV	POND	TRIMESTRE 1					TRIMESTRE 2				TRIMESTRE 3			
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de	3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran	CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3	O.R.D	7,5%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

<p>las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los</p>	<p>variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros</p>	CCL5																
	<p>3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p>	<p>CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3 CCL5</p>	O.R.D	13,83%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	<p>3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la</p>	<p>CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3 CCL5</p>	O.R.D	5,83%	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

diferentes espacios en los que se participa.	resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.																	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

EDUCACIÓN FÍSICA 4º ESO		DESCR OPERAT C.CLAV	INST EV	PON	TRIMESTRE 1					TRIMESTRE 2				TRIMESTRE 3				
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	
Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del	CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4 CC2 CC3	O.R.D Preg Trab.	5,83%				X			X							X

expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.																	
	4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físicodeportivo.	CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4 CC2 CC3	Preg Trab Práct Crítica	1%				X		X	X							
	4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como	CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4 CC2 CC3	O.R.D Prueba Práctic Proyec	11,66%		X		X								X		

	herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.																	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

<b>EDUCACIÓN FÍSICA 4º ESO</b>		<b>DESCR OPERAT C.CLAV</b>	<b>INST EV</b>	<b>PON</b>	<b>TRIMESTRE 1</b>					<b>TRIMESTRE 2</b>				<b>TRIMESTRE 3</b>				
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>				U 1	U 2	U 3	U 4	U 5	U 6	U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	
Adoptar un estilo de vida sostenible y eco-socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se	STEM 5 CC4 CE 1 CE 3	Preg Trab O.R.D	1,66%														X



## 7. EVALUACION

La evaluación es un elemento clave en el proceso de enseñanza y aprendizaje; debe constituir una práctica permanente para valorar los avances que se producen como resultado de la acción educativa, proporcionando datos relevantes para tomar decisiones encaminadas a la mejora de los procesos de enseñanza y aprendizaje, tanto individuales como colectivos. El proceso de evaluación debe contribuir a la mejora de dicho proceso de enseñanza y de aprendizaje, mediante la valoración de la eficacia de las estrategias metodológicas y de los recursos utilizados

El proceso de evaluación se encuentra íntimamente relacionado con el proceso de aprendizaje por competencias, integradas en los elementos curriculares y vinculadas a una renovación constante de la práctica docente. Se proponen unos planteamientos metodológicos innovadores y nuevos enfoques en el aprendizaje y en la evaluación, que han de provocar un importante cambio en las tareas que debe resolver el alumnado

El o la docente en Educación Secundaria Obligatoria se convierte, de esta forma, en eje fundamental, pues debe ser capaz de crear un ambiente en el aula que invite a investigar, a aprender, a realizar tareas o situaciones de aprendizaje que posibiliten la resolución de problemas, la aplicación de los conocimientos aprendidos y la promoción de la actividad de los estudiantes. El papel del docente es ser guía o acompañante del alumnado, dejando de ser el protagonista del aprendizaje, para pasar a ser mediador entre el alumnado y el aprendizaje

Se mantiene, no obstante, el carácter de la evaluación y, por tanto, debe entenderse como un proceso continuo, sistemático y con valor formativo. No se trata de limitarse a medir los resultados, sino de acompañar la evolución del alumnado mediante el uso de las herramientas e instrumentos de evaluación.

### 7.1 INSTRUMENTOS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACION

Como procedimientos e instrumentos de evaluación a utilizar durante el desarrollo de nuestra programación didáctica, señalar los siguientes:

- La observación sistemática
- La observación diaria
- Registro anecdótico
- El análisis de las producciones de los alumnos:
  - Comentarios de texto con resúmenes y opinión personal.
  - Reflexiones escritas individuales
  - Producciones motrices grupales
  - Trabajos teórico-prácticos
- Intercambios orales con los alumnos

- Aportaciones a las actividades diarias
- Autoevaluaciones y coevaluaciones
- Pruebas específicas:
  - Resolución de ejercicios y problemas.
  - Pruebas de capacidad motriz
  - Exámenes teóricos
  - Trabajos teórico-prácticos.
  - Fichas
- **Cualquier otra que se considere oportuna** en el momento preciso de utilizarla como consecuencia de la adecuación del currículo a las circunstancias de la clase o de algún alumno en particular, basado en la flexibilidad y apertura del currículo y de la programación en ese aspecto.

## 7.2 CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Según la Orden 186/2022 de 27 de septiembre, los criterios de evaluación deben guiar la intervención educativa y ser los referentes que han de indicar los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones, tareas o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia o ámbito, en un momento determinado de su proceso de aprendizaje.

Partiendo de este apartado, para la calificación del alumnado, se tendrán en cuenta las ponderaciones correspondientes a cada uno de los criterios de evaluación de la materia, y que aparecen reflejadas en las tablas que hemos incluido anteriormente.

Dichas tablas no dejan de ser una previsión de lo que se trabajará a lo largo del curso, pero dejamos constancia de que dicha planificación y programación es flexible y modificable por imprevistos y circunstancias no contempladas en el momento de elaboración de la programación, por lo que serán susceptibles de pequeños ajustes, los cuáles serán informados al alumnado en caso de producirse. (En este sentido, el alumnado recibirá información detallada, sobre como los criterios de calificación de la materia en cada uno de los trimestres)

La evaluación final se considerará superada con una calificación igual o mayor que 5.

## 7.3 CRITERIOS DE RECUPERACIÓN

Si el progreso de un alumno o alumna no es el adecuado, el profesorado adoptará las oportunas medidas de inclusión educativas, incluyendo las de refuerzo, en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades, con especial seguimiento del alumnado con necesidades educativas especiales.

Dichas medidas estarán destinadas a garantizar la adquisición del nivel competencial necesario para continuar el proceso educativo, utilizando los apoyos que se precisen.

En este apartado distinguimos dos casos:

- a) Alumnos que suspenden el trimestre.
- b) Alumnos que promocionan con la materia suspensa

### **ALUMNOS QUE SUSPENDEN EL TRIMESTRE**

Al finalizar el trimestre, se les entregará un programa de refuerzo educativo (PRE) donde se recojan los criterios de evaluación no superados, así como las actividades necesarias para su recuperación.

En caso de que el alumno supere dichas actividades, la nota del trimestre correspondiente, se calculará de nuevo respetando las proporciones explicadas en el apartado anterior (criterios de calificación), siendo esta nueva calificación la que se tendrá en cuenta para el cálculo de la calificación final.

### **ALUMNOS QUE PROMOCIONAN CON LA MATERIA SUSPENSA**

Los alumnos/as que no hayan superado la materia de educación física podrán recuperarla a lo largo del presente curso académico, siguiendo el siguiente protocolo:

- El profesor que le corresponde durante el presente curso se pondrá en contacto con el alumnado.
- Le entregará nuevamente el PRE (PROGRAMA DE REFUERZO EDUCATIVO) para recuperar el curso anterior, que se dividirá en dos fases. Una primera fase que se valorará en Enero y otra final que se valorará en Mayo.
- Dicho profesor le hará un seguimiento (observando y valorando las actividades y criterios recogidos en el PRE del alumno). Después le informará si su evolución es hasta ese momento apta o no apta.

## **7.4 ALUMNOS CON CONSIDERACIONES ESPECIALES**

Los alumnos que no puedan realizar de manera parcial o total actividad física durante un tiempo prolongado deberán presentar notificación médica de sus afecciones. Estos alumnos tendrán una evaluación adaptada a sus características y situación.

## 7.5 MEDIDAS A TOMAR CON LOS ALUMNOS REPETIDORES Y SU COMUNICACIÓN CON LAS FAMILIAS

Entre las medidas que se tomarán desde el departamento para atender al alumno repetidor, destacamos:

\* Hoja de seguimiento, donde anotaremos y veremos una comparativa sobre las anotaciones del curso anterior y el presente, en los siguientes apartados: Actitud, Esfuerzo, Calentamiento, Higiene y cambio de camiseta.

En este sentido, trasladaremos información a las familias, a través de la plataforma Educamos CLM, si detectamos un empeoramiento en dichos apartados en el alumnado repetidor.

Por otro lado, en tanto que el alumno se encuentra repitiendo, se buscará otorgar un función de mayor responsabilidad en las clases:

- Haciéndole preguntas.
- Pidiéndole que haga demostraciones,
- Pidiéndole que haga de ejemplo ante sus compañeros
- Otorgando funciones de ayuda y colaboración con el profesor, etc...

## 8. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Para conseguir los retos que plantea el currículo es preciso proponer una metodología activa en la que el alumno sea el protagonista de sus propios procesos de aprendizaje, debiendo cumplir unos principios fundamentales que son:

Aprendizajes significativos y funcionales	Dar al alumno un papel activo y participativo	Tener en cuenta los intereses del alumnado	Profesor actúa como facilitador del aprendizaje
Propuesta de retos alcanzables por el alumnado	Favorecer la interdisciplinariedad	Búsqueda del mayor tiempo de práctica.	Desarrollo de valores personales

*Para que este tipo de planteamientos puedan ser efectivos, los métodos de enseñanza que se vayan a aplicar tiene que estar en total consonancia con el binomio objetivos- contenidos de nuestra programación. Sólo los métodos adecuados podrán servir en un contexto de actividades a la vez globalizador y multipropósito. SÁNCHEZ BAÑUELOS (1996:43)*

Por otro lado, en el presente curso escolar 2022-2023, no se tendrán en cuenta aspectos relacionados con normas socio-sanitarias establecidas por la situación de pandemia, a no ser que las condiciones actuales varíen y tengamos que atenernos a una nueva normativa.

No obstante, de las consideraciones tomadas durante estos dos cursos, seguiremos teniendo en cuenta aspectos que nos parecen interesantes

- Utilización de espacios abiertos si la climatología y el tipo de contenido lo permite.
- Se utilizarán las plataformas oficiales facilitadas por las autoridades: Papas, Teams y Aula virtual.

La metodología utilizada estará en función de los contenidos trabajados en cada momento, pero siempre teniendo en cuenta que la Educación Física busca como objetivo final **la progresiva autonomía del alumno** en la realización de actividades físicas y su **Competencia Motriz**; que éste sea capaz de llevar a cabo una práctica responsable, que contribuya al cuidado del cuerpo y de la salud, así como la utilización constructiva del tiempo de ocio.

El proceso de enseñanza-aprendizaje va a estar orientado por el **modelo constructivista**, donde el alumno se convierte en el principal protagonista de su propio proceso de enseñanza-aprendizaje, buscaremos en todo momento una participación activa acompañada de la reflexión y análisis de las actividades realizadas.

Otro aspecto a tener en cuenta es **la funcionalidad de los aprendizajes**, tanto desde el punto de vista de la transferencia que puedan tener a otras

actividades, como de su aplicación a situaciones reales de práctica. Para ello, intentaremos que las actividades sean motivantes y cercanas a los alumnos y que sea posible realizarlas en el entorno del alumnado.

Además, facilitaremos la **interrelación entre contenidos** de la Educación Física y de otras materias.

Por otro lado, no podemos perder de vista las características particulares de cada alumno, **individualizando** la ayuda pedagógica en función de las necesidades que presente cada uno. Para ello, resulta fundamental llevar a cabo una evaluación inicial, que nos permita conocer sus características y su nivel de partida.

Las técnicas y los estilos de enseñanza utilizados en cada momento estarán en función de los objetivos planteados, los contenidos que se desarrollen y de la situación de aprendizaje concreta en la que nos encontremos. De forma orientativa podemos destacar los siguientes:

**8.1 ESTILOS DE ENSEÑANZA.**

Entendemos por **Estilo de Enseñanza** desde una óptica global:

"manera relativamente estable en la que el profesor de manera reflexiva adapta su enseñanza al contexto, objetivos, contenidos y alumnos/as, interaccionando mutuamente y adoptando las decisiones al momento concreto de la enseñanza y aprendizaje".

Ningún Estilo de Enseñanza es perfecto, ni válido para todas las personas ni momentos, y dado que hay distintos estilos de aprender, se hace necesario conocer y dominar distintos Estilos de Enseñanza para aplicar los más pertinentes en cada situación y con cada grupo de personas. JOYCE Y WEIL (1985) consideran necesario que el docente que quiera estar preparado debe dominar al menos 8 Estilos distintos, los cuales utilizaremos a lo largo del curso para llevar a cabo nuestra programación. Así utilizaremos:

ESTILOS DE ENSEÑANZA	ACTIVIDAD
<p><b>Tradicionales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Asignación de tareas.</li> <li>* Mando directo.</li> </ul>	<p><i>Algunos aspectos del acondicionamiento físico y de la realización de los test de aptitud física.</i></p>
<p><b>Fomentan la Individualización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Trabajos por grupos.</li> <li>* Programas individuales.</li> <li>* Enseñanza modular.</li> </ul>	<p><i>En muy diversas actividades de tipo práctico y teórico. Juegos y deportes. También en condiciones físicas.</i></p>
<p><b>Participativos:</b></p>	

* Enseñanza recíproca. * Enseñanza en pequeños grupos. * Microenseñanza.	<i>En actividades técnicas en ayuda de otros compañeros. Juegos y deportes.</i>
<b><u>Propician la socialización:</u></b> *Análisis de temas públicos.	<i>Determinados aspectos de trabajo en grupos. Discusión y puesta en común de actividades a realizar. Expresión corporal y Actividades en la naturaleza.</i>
<b><u>Cognitivos:</u></b> * Descubrimiento guiado. * Resolución de problemas.	<i>Muy diversas actividades de tipo teórico y práctico. Condición Física, Habilidades motrices, deportes, actividades en la naturaleza, etc...</i>
<b><u>Favorecen la creatividad:</u></b>	<i>Actividades creativas en Expresión Corporal y Danza.</i>

Posteriormente MOSSTON y ASHWORTH (1993), realizaron una renovación de estos estilos enriqueciéndolos y renovándolos de acuerdo a la actual evolución de la enseñanza. Se pueden destacar como aportaciones:

1. Ningún estilo es más importante ni mejor que otro, cada uno tiene su situación y momento idóneo.
2. La elección de un estilo debe estar en función de los objetivos a conseguir.
3. Atención a la congruencia entre la intención y la acción.
4. El alumno es el verdadero protagonista del proceso de enseñanza aprendizaje.
5. Incorpora nuevos estilos como AUTODESCUBRIMIENTO, DISEÑO DEL ALUMNO, ALUMNOS INICIADOS y AUTOENSEÑANZA, de los cuales también haremos uso a lo largo del curso.

En definitiva, la utilización de diversos métodos se hace imprescindible para una labor educativa seria y eficaz. Estos métodos deben buscar que el alumno construya su propio aprendizaje (APRENDIZAJE CONSTRUCTIVO), modificando y reelaborando sus esquemas de conocimiento de modo que sea consciente de sus acciones anteriores y pueda relacionar cada aprendizaje con ellas (APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO).

## 8.2 LA INTERVENCIÓN DEL PROFESOR EN EL APRENDIZAJE.

Concebir el aprendizaje como un proceso de construcción del propio alumno/a no implica eludir la intervención del profesor como elemento importante de ese aprendizaje. El profesor actúa como intermediario entre alumna/o y el nuevo conocimiento, de dos formas:

- \* Situando el conocimiento al nivel del alumno/a.

\* Ayudando al alumno/a en el proceso de aprendizaje.

La función del profesor consiste en valorar las posibilidades de éxito, reforzar la motivación y confianza de la alumna/o y planificar las progresiones; con el referente de que el objetivo final no consiste sólo en el resultado último de la actividad, sino en el hecho de superar las propias limitaciones. Para asegurar el éxito de estos/as el profesor debe planificar, teniendo en cuenta lo que cabe esperar de cada uno de ellos/as y asegurar el tratamiento de los diferentes ritmos y niveles de aprendizaje.

La actitud docente debe favorecer la motivación por el ejercicio físico y por la salud del alumnado.

### 8.3 TÉCNICA DE ENSEÑANZA

Definida como “la forma en que el profesor transmite lo que quiere enseñar”.

El profesor como técnico en la materia a enseñar debe plantearse qué información hay que facilitar, en qué momento y cómo debe comunicarla.

#### **Tipos de Información**

El tipo de información en Educación Física variará en función del Método adoptado.

Con respecto a la Reproducción de Modelos, la docencia implica el suministro concreto y preciso (mensajes con corrección técnica), teniendo en cuenta la capacidad de retención del alumno/a; con un lenguaje asimilable.

Con respecto a los Métodos de Descubrimiento, el profesor debe plantearse:

- 1) *Una información inicial inequívoca, clara y concisa.*
- 2) *Una información que fomente la atención selectiva hacia lo significativo de las tareas a realizar.*
- 3) *Una información que fomente la capacidad de observación.*

#### **Formas de Información**

Las formas de información responden a cómo comunicarla.

En Educación Física existen, a diferencia de otras áreas, tres canales, vías o formas de comunicación.

- 1) Visual
- 2) Auditiva
- 3) Kinestésico-Táctil

#### 8.4 ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS.

Delgado citado por Contreras en 1998 las denomina estrategias en la práctica y las denomina "Forma peculiar de abordar los diferentes ejercicios que componen la progresión de la enseñanza de una determinada habilidad motriz. Tradicionalmente según Sánchez Bañuelos en 1992 se han diferenciado en estrategias analíticas y estrategias globales.

Ambas estrategias tal como señala Delgado no son excluyentes entre sí, sino que pueden servir de forma complementaria para la consecución de los objetivos educativos. Todas serán utilizadas en mayor o menor medidas a lo largo del curso.

Dentro de cada grupo distinguimos las siguientes variantes.

<b>Estrategias en la Práctica Global</b>	
<i>Global con modificación de la situación real.</i>	Se modifican las condiciones de ejecución, facilitando la ejecución. Ej. Saque de voleibol bajando la altura de la red.
<i>Global con polarización de la atención.</i>	La actividad se realiza de manera completa pero se centra la atención en algún aspecto específico. Ej. En el golpeo de empeine en fútbol controlar la posición del tronco.
<i>Global Pura.</i>	Se ejecuta la tarea en su totalidad, utilizado principalmente en tareas simples.
<b>Estrategias en la Práctica Analítica</b>	
<i>Analítica Pura</i>	Se comienza por la parte que el profesor considera más importante, practicando cada una de ellas de manera aislada y realizando una síntesis final. Ej. B+D+C+A
<i>Analítica Secuencial</i>	La ejecución se realiza en el orden de la descomposición. Siguiendo el ejemplo anterior. A+B+C+D
<i>Analítica progresiva</i>	Se comienza por una parte y a la vez que se vaya dominando se van incorporando otras partes. Ej. A-AB-ABC-ABCD.

Delgado incluye una tercera estrategia denominada mixta que consiste en combinar las dos estrategias de forma:

**GLOBAL – ANALÍTICA – GLOBAL.**

#### 8.5 SELECCIÓN DE TAREAS O ACTIVIDADES.

El diseño de las actividades de Enseñanza-Aprendizaje constituye uno de los factores más relevantes de la metodología docente. Las actividades las agrupamos en torno a dos criterios:

**a) En función de su relación con los objetivos a los que sirven.**

### **b) En función del momento de enseñanza.**

En el marco de las unidades didácticas, deben plantearse actividades de finalidad diferenciada. Por ello, pueden plantearse tareas que cumplan diversas y distintas funciones:

**a) Actividades de diagnóstico:** permiten indagar sobre los pre-requisitos que se entienden como necesarios para abordar nuevos aprendizajes.

**b) Actividades de Desarrollo:** pretenden abordar los objetivos destinados a la mejora de aspectos individuales (condición física, habilidades motrices, etc.).

**c) Actividades de Aprendizaje:** buscan la transferencia de gestos, movimientos o habilidades específicas hasta su automatización.

**d) Actividades Creativas:** posibilitando a partir de una idea el desarrollo de la creatividad.

**e) Actividades Resumen:** hacia el final de cada Unidad Didáctica el alumno puede observar en su realización los progresos obtenidos respecto al punto de partida.

**f) Actividades de Refuerzo o Ampliación:** permiten individualizar la enseñanza al objeto de que todas las alumnas/os desarrollen capacidades.

**g) Actividades de Evaluación:** no deben ser algo excepcional y sí participar del mismo marco de referencia que todas las anteriormente citadas.

## 8.6 ORGANIZACIÓN DE ALUMNOS/AS.

La formación de grupos es un tema de capital importancia. El profesor debe inducir con argumentos sólidos hacia tipos convenientes de agrupamientos en base a los objetivos, contenidos y recursos que intervienen en cada momento.

Dado la situación sanitaria actual, se trabajará en todo momento en individual, y si la situación remite o mejora, se irá incorporando trabajos por parejas y posteriormente pequeños grupos.

Todo grupo es heterogéneo por naturaleza, lo que implica la existencia de alumnos y alumnas aventajados y con desventaja respecto a una mayoría. Esto ofrece múltiples posibilidades de acción en torno a la creación de grupos de trabajo. En cualquier caso, la organización de las alumnas/os no es algo rígido. La variación en la organización debe estar motivada por el conocimiento de estas/os, por los objetivos y por las características de las actividades. A veces, aunque no es deseable por la existencia o no de material.

Por otra parte, la organización del trabajo en grupos, no deslegitima la intervención del profesor en pos de una atención lo más individualizada posible. Intervención que será proporcional a la mayor o menor dificultad del alumno/a para la realización de tareas y aprendizaje.

## 8.7 ORGANIZACIÓN DEL ESPACIO

Las instalaciones con las que contamos para impartir nuestras sesiones son las siguientes:

- Pabellón Polideportivo del Ayuntamiento de Navahermosa: se encuentra situado anexo al Centro. Dispone de una pista polideportiva en la que hay campo de fútbol-sala, voleibol, balonmano, baloncesto y tenis, con porterías, dos canastas plegadas en el techo y postes de voleibol y tenis.
- Pista exterior y entornos cercanos del centro: situada en el patio del instituto entre los edificios, que utilizaremos siempre que el contenido y la climatología así lo requiera, así como sus anexos para trabajar los contenidos que lo requieran.

Las clases teóricas se suelen dar en las aulas y también, si es necesario el uso del ordenador, en el aula Althia.

En cuanto a los agrupamientos, éstos dependen de varios factores como el contenido a impartir, número de alumnos por clase, disponibilidad de material, metodología y estilo de enseñanza

En este sentido, la estructuración del espacio no debe responder a esquemas rígidos. El espacio y recursos deben organizarse en la búsqueda de mayor aprovechamiento, de tal forma que:

- Puedan ofrecer niveles de práctica masivos, preferentemente alternativos (tiempo de espera entre tarea y tarea).
- Puedan ofrecer variables de ejecución de tareas (un mismo material puede servir para mucho).
- No facilite la auto-marginación de los alumnos/as que se sientan menos capaces y se ubican en zonas alejadas o carentes de material.

## 8.8 NORMATIVA DEL DEPARTAMENTO Y FICHA MÉDICA

Con el objetivo de obtener información, a nivel inicial sobre nuestros alumnos y su posibilidad de realizar actividad física, se tendrá una ficha individual y confidencial por cada alumno, que será enviada a los padres a través de los mismos para que la cumplimenten y la devuelvan al centro.

En dicha ficha, se adjuntará también las principales normas de funcionamiento de la materia, para que las familias puedan conocer las mismas al inicio de curso. Añadimos una copia de la ficha:

**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

<b>FICHA DE RECOGIDA DE DATOS MÉDICOS</b>			
<b>1. DATOS DEL ALUMNO/A</b>			
APELLIDOS		NOMBRE:	
CURSO Y GRUPO		FECHA DE NACIMIENTO:	
TELÉFONOS DE CONTACTO	PADRE	MADRE	TUTOR/A
<b>2. DATOS MÉDICOS:</b>			
Con el objetivo de disponer de un mejor conocimiento del estado físico de sus hijos e hijas, y poder tenerlo en cuenta a la hora de realizar la clase de Educación Física, les ruego marquen y especifiquen si padecen:			
¿Tiene su hijo algún problema que le impida o dificulte realizar actividad física? SÍ NO En caso afirmativo. ¿Cuál?			
¿Tiene su hijo algún problema alérgico? SÍ NO En caso afirmativo. ¿Cuál?			
¿Tiene su hijo algún problema auditivo? SÍ NO En caso afirmativo. ¿Cuál?			
¿Tiene su hijo algún problema de visión? SÍ NO En caso afirmativo. ¿Cuál?			
¿Tiene su hijo algún problema respiratorio? SÍ NO En caso afirmativo. ¿Cuál?			
¿Necesita tomar algún medicamento/inhalador? SÍ NO En caso afirmativo. ¿Cuál? <i>(Si ha contestado que sí, el alumno debe traerlo al centro para utilizarlo en caso de necesidad)</i>			
¿Tiene su hijo algún problema cardíaco? SÍ NO En caso afirmativo. ¿Cuál?			
¿Toma actualmente alguna medicación? SI NO En caso afirmativo. ¿Cuál?			
¿Tiene algún problema muscular, óseo, articular, alteración metabólica? SI NO En caso afirmativo. ¿Cuál?			
Otras consideraciones a destacar...			

## **NORMAS DEL DEPARTAMENTO**

Si por alguna causa su hijo o hija no puede desarrollar actividad física algún día / semana se deberá enviar un ***informe médico justificando la causa y duración de la misma.***

Si existe un problema más importante, por favor póngase en contacto con el/la tutor@ y el profesor de educación física.

No está permitido el uso de teléfonos móviles durante la clase.

Os recordamos que para realizar la actividad física es imprescindible utilizar la equipación adecuada: **chándal y zapatillas deportivas, botella de agua.**

**Por motivos de higiene, los alumnos deberán asearse y cambiarse de camiseta después de la clase de Educación Física.**

Se ruega no llevar joyas (puede dañarse él mismo o a otros).

Es importante que el desayuno sea adecuado y saludable, y no vengán al instituto sin desayunar. El desayuno es una de las comidas más importantes del día, ya que favorece un rendimiento y trabajo adecuado en el aula, evitando desfallecimientos y posibilitando un correcto desarrollo y crecimiento de chicos y chicas.

Si ha contestado afirmativamente a las preguntas referidas a problemas médicos, les recordamos que es necesario aportar ***un informe médico que los justifique y los especifique.***

### **Aprovecho también para:**

- Solicitar su permiso para la realización de salidas cercanas fuera del centro escolar, organizadas por el departamento en particular, o por el centro en general.
- Ser informado sobre cualquier modificación de los datos médicos y la aparición de nuevas enfermedades o patologías
- Solicitar su consentimiento para realizar filmaciones y fotografías relacionadas con las actividades lectivas y extraescolares llevadas a cabo por el centro.

Les recordamos también que hasta que el alumno/a no entregue éste documento al profesor de Educación Física **NO** podrá realizar, por precaución, ningún tipo de actividad física.

Muchas gracias por su colaboración.

## 8.9 BILINGÜISMO

Basándonos en la Orden 167/2020, 13 de octubre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se modifica la Orden 27/2018, de 8 de febrero, por la que se regulan los proyectos bilingües y plurilingües en las enseñanzas de segundo ciclo de Educación Infantil y Primaria, Secundaria, Bachillerato y Formación Profesional de los centros educativos sostenidos con fondos públicos de la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha, aunque conviven dos leyes educativas en varios cursos y sus respectivos Reales Decretos, Decretos, Órdenes e Instrucciones, las pautas generales de enseñanza para la materia de Educación Física son similares, siendo el rasgo diferenciador la metodología usada con los grupos bilingües.

Se entiende así el uso frecuente de la lengua inglesa en la materia como un rasgo metodológico que acerca un segundo lenguaje al alumnado pero donde los saberes básicos priman en el cumplimiento de los criterios de evaluación para así desarrollar las competencias específicas de la materia de Educación Física, las competencias clave y su concreción en descriptores operativos consiguiendo los objetivos previstos para el curso y etapa en pro de la adquisición de ese perfil de salida que todo el alumnado debe conseguir al finalizar la etapa.

En las clases se ha ido acercando paulatinamente el inglés al proceso de enseñanza-aprendizaje, primero a las comunicaciones escritas por el aula virtual o entorno de aprendizaje, posteriormente al vocabulario escrito y oral propio de la materia y, por último, a las conversaciones en las sesiones, para llegar a un nivel de inmersión lo más real posible.

Los saberes básicos siguen siendo los mismos, pero se promueve con esta metodología que adquieran las cinco destrezas básicas relativas a escuchar, leer, hablar, escribir e interactuar.

La metodología específica CLIL articulará el acercamiento de cada saber básico trabajado en los diferentes bloques de saberes básicos a los estudiantes.

Si existen dificultades en alguna de las destrezas, especialmente bajo dificultades de comprensión, siempre se volverá al idioma materno, el castellano, para que el no entendimiento del idioma no repercuta en el desempeño del alumnado en su propio proceso de enseñanza-aprendizaje y eso no permita la consecución de los elementos curriculares anteriormente mencionados.”

## 8.10 PLANES DE CENTRO

### **PROYECTOS ESCOLARES SALUDABLES.**

Durante el presente curso escolar, continuaremos con la aplicación y puesta en marcha del Proyecto Escolar Saludable, concedido durante el curso anterior.

De este modo, continuaremos llevando a cabo propuestas de actividades en los 9 programas que contemplan los P.E.S.

Modelo de Educación Deportiva, Evaluación de la Condición Física, Desplazamiento Activo al Centro, Deporte y Familia, Hábitos Saludables, Recreos con Actividad Física Organizada, Actividades Complementarias, Actividades Extracurriculares, Utilización de las Tics.

### **PLAN DE LECTURA**

La Ley Orgánica 3/2020 de 29 de Diciembre, en su artículo 2.2 convierte el fomento de la lectura y el uso de las bibliotecas en uno de los factores más importantes de la calidad de la enseñanza. Así, el fomento de la lectura se incorpora como capacidad a desarrollar durante todas las etapas educativas del alumnado.

La Ley 7/2010, destaca en su art. 5 apartado d “el fomento de la lectura como uno de los ejes básicos del sistema educativo”.

La contribución que desde nuestra materia podemos realizar al plan de lectura van en la siguiente línea:

- Elaboración de guías de lectura que relacionen los fondos de la biblioteca con áreas del currículo o con temas que puedan ser atractivos para los alumnos relacionados con nuestra área: tiempo libre, deportes, ...
- Trabajar la expresión corporal a través de la lectura y su dramatización
- Organizar alguna gymkhana cultural, utilizando como recurso para sacar la información o resolver pistas, alguna sección de la biblioteca.
- Lectura de artículos de prensa o páginas web, sobre ciertos contenidos o temas de interés relacionados con la materia, para que el alumnado reflexione y muestre su opinión personal sobre ellos.

### **PLAN DIGITAL**

La Consejería de Educación, Cultura y Deportes se encuentra implementando un plan de digitalización con el objetivo de desarrollar la competencia digital entre el alumnado y profesorado, así como dotación tecnológica (dispositivos, redes inalámbricas, conectividad, acceso a plataformas digitales) a los centros para su utilización y gestión.

Al mismo tiempo, se están promoviendo acciones de formación del profesorado y del alumnado para la utilización de dichos recursos, así como de asesoramiento a las familias que lo requieran para apoyar a sus hijos e hijas en su proceso de aprendizaje.

Durante este curso 2023/2024, la gran mayoría de docentes del IESO Manuel de Guzmán, ya han obtenido la certificación B1 en competencia digital, tras haber cursado los módulos A, B y C durante los cursos anteriores.

Además, se va a continuar con la puesta en práctica de actuaciones, para seguir mejorando los objetivos que nos marcamos el año anterior, e incluso plantearnos la consecución de nuevos objetivos dentro del marco que nos marca la JCCM para la elaboración de dicho plan Digital

Desde la materia de Educación Física, promovemos las siguientes actuaciones para contribuir a dicho plan:

- Generación de aulas virtuales, donde compartiremos los apuntes teóricos de la materia.
- Realización y entrega de trabajos en formato digital.
- Comunicación y seguimiento con el alumnado y las familias, a través de las plataformas digitales que ofrece la Conserjería (Educamos CLM)
- Utilización de prácticas fuera del centro educativo, donde sea necesaria la utilización de aplicaciones móviles relacionadas con la actividad física.
- Realización de proyectos, donde el alumnado trabajará con aplicaciones de edición de vídeo y música.

#### 8.11 RECURSOS MATERIALES

Durante el anterior curso escolar se realizó un gran esfuerzo por renovar y ampliar la dotación de recursos materiales del departamento. Aprovechando la dotación presupuestaria del PES, y la propia de la JCCM del año 2022, se adquirió una gran cantidad de material.

En la siguiente tabla reflejamos el material con el que contamos actualmente:

Pizarra acero lacada 2	Raquetas Badminton 24 + 4	Redes multiusos 2
Pizarra grande 1	Raquetas Badminton Mini 4	Postes bádminton 4
Aros pequeños 2	Palas Madera 8	Conjunto postes y red volei 1
Aros medianos 3	Sticks Floorball 38	Bancos suecos 2. Mal estado
Aros grandes 8	Pelotas Floorball grandes 18	Altímetros. 2
Aros Extra 16	Pelotas floorball pequeñas 9	Balones Medicinales. 4
Cuerdas Vinilo 6	Pelotas picketball 21	Balones baloncesto 12
Cuerdas dobles 3	Pelotas foam shuteball rojas 18	Balones baloncesto mal estado 16
Cuerdas Vinilo negras 3	Pelotas foam shuteball	Balones balonmano 19

	azules 15	
Cuerdas Nylon 23	Pelotas foam grandes 2	Balones balonmano mal estado 13
Cuerdas largas 3	Pastillas hockey 2	Balones voleibol nuevos 10
Cintos Tag 30	Pelotas "similar a squash" 7	Balones voleibol estado regular 14
Ringos 17	Volantes Badminton 53	Balones fútbol sala. 5
Frisbis 17	Pelotas tenis, estado variable 30	Balones Fútbol. 9
Frisbis Foam 4	Pelotas tenis baja presión 14	Balones rugby 12
Escaleras Agilidad 3	Balones plástico variados 14	Balones Volley Special 5
TRX Decathlon 5	Kit Atletismo. 1 peso, 2 discos, 2 martillos, 2 testigos madera.	Balones dodgeball 12
Gomas Elásticas Azul 6	Inflador Eléctrico aguja 1	Balones colpbol 4
Gomas Elásticas Rojo 5	Inflador Eléctrico grande 1 Kit repuesto agujas 1	Funda kinboll 2 Cámara balón kinball 1
Gomas Elásticas Verde 4	Bote reparador balones 1	Set conos chinos 99 Set conos "setas" 31
Bandas Elásticas circulares 24		
Rollo Bandas Elásticas 1	Bote Vaselina Agujas 1	Set conos multiusos 12
Tapices "Puzzle" 10	Silbatos higiénicos 2	Balones goalball 2
Colchonetas 8	Bolos finlandeses 1	Antifaces
Picas Madera 4	Cinta marcaje 50 m 1	Petos. 31
Picas plástico 12	Cinta marcaje 25 m 1	Porterías Tchoukball 4
Cronómetros 2	Recogedor líneas delimitación 2	Equipo música portátil 1
Brújulas 11.	Conjunto líneas delimitación 1	Equipo música (sin batería) 1
Raquetas Shuteball 25 Raquetas Picketball 24	Cinta marcaje plástico. 1	Botiquín 1
Añadimos otro material que se sitúa en nuestro almacén, pero que apenas es utilizado por el departamento: Proyector, Camilla, Plinto, Potro, Minitramp, Vallas atletismo. 2, mesa ping-pong (mal estado)		

## 9. MEDIDAS DE INCLUSIÓN EDUCATIVA

La actual normativa educativa destaca la enorme importancia que la atención a la diversidad e inclusión deben ocupar en las distintas etapas y centros educativos.

Desde esta perspectiva mostramos la definición de una serie de conceptos claves en este apartado:

### **ACNEAE**

Alumnado que requiera una atención educativa diferente a la ordinaria, por presentar necesidades educativas especiales, por dificultades específicas de aprendizaje, Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), por sus altas capacidades intelectuales, por haberse incorporado tarde al sistema educativo, o por condiciones personales o de historia escolar, para que pueda alcanzar el máximo desarrollo posible de sus capacidades personales y, en todo caso, los objetivos establecidos con carácter general para todo el alumnado.

### **INCLUSIÓN EDUCATIVA**

El conjunto de actuaciones y medidas educativas dirigidas a identificar y superar las barreras para el aprendizaje y la participación de todo el alumnado y favorecer el progreso educativo de todos y todas, teniendo en cuenta las diferentes capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones e intereses, situaciones personales, sociales y económicas, culturales y lingüísticas; sin equiparar diferencia con inferioridad, de manera que todo el alumnado pueda alcanzar el máximo desarrollo posible de sus potencialidades y capacidades personales

### **PRINCIPIOS DE INCLUSIÓN EDUCATIVA**

Normalización, equidad e igualdad de oportunidades, coeducación, accesibilidad, enfoque comunitario, transversalidad, actualización científica, responsabilidad compartida, flexibilidad organizativa, disponibilidad y sostenibilidad.

Así pues, el Decreto 85/2018, en su artículo 4 establece como medidas de inclusión educativa: aquellos planes, programas, actuaciones, estrategias, procedimientos y recursos dirigidos a favorecer el aprendizaje, el desarrollo, la participación y la valoración de todo el alumnado en el contexto del **aula, del centro y de la comunidad educativa**

A nivel de aula y centrándonos en la **asignatura de Educación Física**, la intención de los profesionales de esta materia debe centrarse en garantizar la atención a la diversidad e inclusión mediante la enseñanza individualizada

El profesorado de Educación Física dispone de una multitud de recursos para atender a la diversidad de alumnos/as, como:

- organizar a los alumnos/as por grupos de nivel o de intereses;
- desdoblar los grupos para trabajar con un número menor de alumnos/as;
- atender por separado a un alumno/a o grupo de alumnos/as que en un momento determinado lo necesite mientras los demás continúan realizando su trabajo.
- Ajuste continuo de las estrategias de enseñanza y aprendizaje.
- actividades abiertas.
- agrupamientos adecuados, variados y flexibles.
- alumnos ayuda.
- establecimiento de diferentes roles.
- estrategias metodológicas variadas.
- Etc...

## 10. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRACURRICULARES.

Las actividades complementarias y extracurriculares propuestas por el departamento contribuyen, por un lado, a la consecución de los Objetivos Generales de la Etapa, potenciando una actitud adecuada como deportista y favoreciendo el desarrollo de actitudes y valores como el esfuerzo, superación, respeto, colaboración, responsabilidad, aceptación de normas...y, por otro lado, a la adquisición de las Competencias Clave.

Complementan, además, el desarrollo del currículo en contenidos tales como las actividades en el medio natural, pudiendo aprovechar las enormes posibilidades que ofrece el entorno para su realización. Para llevarlas a cabo, se buscará el fomento del asociacionismo de los propios alumnos para organizarse y responsabilizarse de ellas, tomando parte activa en las mismas. Por otro lado, se intentará coordinar con otros departamentos la organización de actividades en las que se pueda llevar a cabo un tratamiento interdisciplinar, contribuyendo con ello al desarrollo integral de los alumnos.

Las actividades que se proponen desde el departamento son las siguientes:

- Taller de actividades físico-deportivas en los recreos.
- Rutas de Senderismo
- Carreras de orientación.
- Espectáculo de expresión corporal.
- Salidas del centro en el horario de Educación física para realizar determinadas actividades de clase en el entorno natural próximo al centro.
- Actividades físico-recreativas en la piscina municipal.
- Visitas a lugares de interés del municipio, para realizar actividades vinculadas con la materia.
- Todas aquellas actividades que se lleven a cabo, para poner en práctica el proyecto escolar saludable del centro.

Como actividades extracurriculares proponemos las siguientes:

- Asistencia al Trofeo Mutua Madrid Open.
- Orientación y Tirolina en Toledo.
- Actividades incluidas en el Programa Somos Deporte 3-18.
- Días Blancos (Deportes de Invierno: Patinaje sobre hielo, esquí, etc...)
- Días Azules (Actividades Acuáticas)
- Actividades Subvencionadas para centros docentes por el MECD (Programa de Recuperación y Rehabilitación de Pueblos Abandonados. Programa de Centros de Educación Ambiental, Rutas Científicas, Literarias y Artísticas, Actividades de Multi-Aventura.)

## 11. ELEMENTOS TRANSVERSALES

El decreto 82/2022 en su artículo 6, sobre los principios pedagógicos señala en el número 5, que:

“La comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, la competencia digital, el emprendimiento social y empresarial, el fomento del espíritu crítico y científico, la educación emocional y en valores, la igualdad de género y la creatividad se trabajarán en todas las materias, sin perjuicio del tratamiento específico que se pueda llevar a cabo. Igualmente se fomentarán dentro de las materias, de manera transversal, la educación para la salud, incluida la educación afectivo-sexual, la formación estética, la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable, el respeto mutuo y la cooperación entre iguales”

## 12. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA

Según la Orden 186/2022 de 27 de septiembre, La evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje tendrá en cuenta, al menos, los siguientes aspectos:

- a) El análisis de los resultados obtenidos en cada una de las materias o ámbitos y la reflexión sobre ellos.
- b) La adecuación de los distintos elementos curriculares de las programaciones didácticas elaboradas por los departamentos.
- c) Las medidas organizativas de aula, el aprovechamiento y adecuación de los recursos y materiales curriculares, el ambiente escolar y las interacciones personales.
- d) La coordinación entre los docentes y profesionales que trabajen no solo en un mismo grupo, sino también en el mismo nivel.
- e) La utilización de métodos pedagógicos adecuados y la propuesta de actividades, tareas o situaciones de aprendizaje coherentes.
- f) La idoneidad de la distribución de espacios y tiempos.
- g) El uso adecuado de procedimientos, estrategias e instrumentos de evaluación variados.
- h) Las medidas de inclusión educativa adoptadas para dar respuesta al alumnado.
- i) La utilización del Diseño Universal para el Aprendizaje tanto en los procesos de enseñanza y aprendizaje como en la evaluación.
- j) La comunicación y coordinación mantenida con las familias, además de su participación.

## 12. 1 EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

En relación con este apartado, mostramos una serie de tablas, donde recogeremos información sobre distintos aspectos, que nos servirán para evaluar nuestra práctica docente.

### EN RELACIÓN CON LA ESTRUCTURA DE LA PROGRAMACIÓN

Describe y valora los siguientes indicadores

INDICADORES	1	2	3	Observaciones
1.- La estructura general de la programación ha sido elaborada mediante acuerdos en la CCP				
2.- La programación tiene en cuenta los referentes normativos estatales y autonómicos en cuanto a metodología, evaluación, etc.				
3.- Ha sido elaborada teniendo en cuenta las aportaciones de los distintos miembros del departamento				
4.- Existe coordinación, en su desarrollo, entre los miembros del departamento				
5.- Contempla los objetivos de etapa, los contenidos y los criterios de evaluación y competencias clave				
6.- Es coherente la metodología utilizada por el departamento en relación a los objetivos, los contenidos y los criterios de evaluación.				
7.- Secuencia y temporaliza los contenidos a lo largo de la etapa				
8.- Define los criterios metodológicos				
9.- Contempla medidas ordinarias de atención a la diversidad				
10.- Incluye temas transversales				
11.- Define los procedimientos de evaluación y los criterios de calificación				
12.- Contempla la realización de salidas y visitas al entorno, en relación con los objetivos propuestos				
13.- Se toma en consideración la utilización de la tecnologías de la información y la comunicación				
14. Informa al alumnado y publica en la página web del Centro los criterios de evaluación al alumnado al comienzo escolar				

ASPECTOS POSITIVOS	PROPUESTA DE MEJORA

### EN RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS Y CONTENIDOS

Describe y valora los siguientes indicadores

INDICADORES	1	2	3	OBSERVACIONES
1.- Los objetivos y contenidos se adecuan al Centro				
2.- Están contextualizados en relación con el nivel de desarrollo y competencia del alumno				
3.- Los objetivos generales de área hacen referencia a los objetivos generales de etapa				
5.- Los contenidos están organizados y categorizados en función de bloques temáticos				
6.- Los bloques temáticos se desarrollan a través de las unidades didácticas.				
7.- Las unidades didácticas incluyen temas transversales.				
8.- La secuencia de contenidos responde a:				
- A la lógica de la materia				
- Al desarrollo evolutivo del alumnado				
- A la coordinación con otros Departamentos				
- Al desarrollo de lo particular a lo general				
- Al desarrollo de lo general a lo particular				
9.- Los diferentes tipos de contenidos se desarrollan suficientemente en las distintas actividades.				

ASPECTOS POSITIVOS	PROPUESTAS DE MEJORA

## EN RELACIÓN CON LA METODOLOGÍA

Valora los siguientes indicadores en tu programación

INDICADORES	1	2	3	Observaciones
1. Se prevé una metodología activa y participativa del alumno				
- Participando en la selección de actividades				
- Exponiendo trabajo al grupo				
- Realizando proyectos				
- Realizando trabajos en grupo				
- Mediante actividades por descubrimiento guiado				
- Otras:				
2. La actuación del profesor tiene un enfoque interdisciplinar				
3. Los diferentes tipos de actividades se basan en aprendizajes significativos y funcionales.				
4. La distribución del aula facilita el trabajo autónomo.				
5. La distribución del aula se modifica en función de las actividades.				
6. Se prevé el uso de otros espacios				
- Biblioteca				
- Salas de informática				
- Laboratorios / talleres				
- Sala de Medios audiovisuales.				
- Espacios fuera del centro				
- Otros:				
7. Recursos previstos				

- Recursos propios de la asignatura				
- Materiales elaborados por el departamento				
- Medios audiovisuales				
- Medios informáticos				
- Libro de texto				
- Actividades extraescolares y complementarias				
- Libros de consulta				
- Libros de lectura				
8. Se ponen en práctica técnicas de estudio: subrayado, esquema				
9. Se favorece la lectura y la comprensión lectora.				
10. Se contempla el seguimiento individualizado del alumno y la comprobación del trabajo de éste a través de...				
La graduación de los contenidos de aprendizaje				
La distribución de forma flexible de los tiempos de las sesiones.				
La utilización de actividades de refuerzo				
La utilización de actividades de ampliación				
La comprobación de los ejercicios realizados en el centro				
El seguimiento del trabajo en casa				

ASPECTOS POSITIVOS	PROPUESTA DE MEJORA

### EN RELACIÓN CON LA EVALUACIÓN

Describe y valora los siguientes indicadores

INDICADORES	1	2	3	OBSERVACIONES
Establece procedimientos claros de evaluación relacionados con los estándares de aprendizaje				
Los alumnos tienen acceso a los criterios de evaluación/calificación.				

Las familias, tienen acceso a los criterios de evaluación/calificación.				
Se establecen y utilizan diferentes instrumentos de evaluación del alumnado				
Va dirigida a los diferentes tipos de contenido				
Se valora el trabajo que desarrolla en casa				
Se valora el trabajo que desarrolla el alumno en el aula				
Se evalúa el proceso de aprendizaje de manera directa y a través de documentos elaborados por los alumnos				
Las pruebas contemplan diferentes niveles de dificultad				
El procedimiento de corrección facilita la identificación inmediata de los errores				
La evaluación sirve para mejorar la situación de partida, no para sancionar.				
Participa el alumnado en su evaluación				
Se analizan los resultados con el grupo de alumnos.				
Se establecen los procedimientos de recuperación por evaluación, y se reflejan éstos en el Plan de Refuerzo Educativo(PRE)				
Las sesiones de evaluación son suficientes y eficaces.				
Se evalúa periódicamente la programación.				
Participa el alumnado en la evaluación de la programación.				
Se evalúa la propia práctica docente.				
La evaluación es continua.				
Los resultados de las evaluaciones se utilizan para adecuar la programación.				
Los resultados de las pruebas de evaluación confirman las conclusiones de la evaluación continua.				
El centro elabora documentos de evaluación que resultan adecuados				

ASPECTOS POSITIVOS	PROPUESTAS DE MEJORA

## EN RELACIÓN A LOS ALUMNOS

Los alumnos participan en la evaluación de la práctica docente, respondiendo a una serie de preguntas realizadas al final de cada curso académico.

PREGUNTAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. La clase de Ed. Física hace que me sienta bien										
2. El profesor/a nos trata de forma adecuada										
3. Explica los ejercicios y actividades con claridad										
4. Se dirige a nosotros con respeto										
5. Se puede hablar con él/ella										
6. Se preocupa por nosotros										
7. Nos anima durante los ejercicios y actividades										
8. Muestra entusiasmo durante las clases										
9. Tiene unas normas claras para la clase										
10. Participa con nosotros en las actividades										
11. Es muy estricto y rígido										
12. Atiende a nuestras propuestas y las valora										
13. Nos corrige cuando actuamos de manera inapropiada										
14. Pregunta si entendemos lo que nos propone										
15. Evalúa de manera correcta										
16. Ayuda a realizar las actividades a quien lo necesita										
17. Cuando castiga suele tener razón										