

## **1.- INTRODUCCIÓN.**

1.1.- Características de las materias.

1.2.- Organización del departamento.

## **2.- OBJETIVOS.**

2.1.- Objetivos de etapa en ESO y Bachillerato.

2.2.- Objetivos del área en ESO y Bachillerato.

2.3.-Objetivos didácticos de cada nivel.

## **3.- CONTENIDOS.**

3.1.- Consideraciones generales sobre los contenidos del área/materias.

3.2.- Tratamiento de otros contenidos transversales.

3.3.- Relación con otras materias.

## **4.- COMPETENCIAS CLAVE.**

4.1.- Contribución del área y materias a la adquisición de las competencias clave.

## **5.- METODOLOGÍA.**

5.1.- Consideraciones generales y estrategias metodológicas en el área/materias.

5.2.- Fomento de la lectura.

5.3.- Materiales y recursos.

## **6.- ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.**

6.1.- Consideraciones generales sobre la atención a la diversidad en el área.

6.2.- Atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.

6.3.- Planes específicos personalizados para el alumnado repetidor.

## **7.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.**

## **8.- EVALUACIÓN.**

8.1.- Consideraciones generales sobre la evaluación en el área.

8.2.- Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.

8.3.- Criterios de calificación de la materia en la ESO y Bachillerato.

8.4.- Procedimientos de recuperación de la materia pendiente en la ESO y Bachillerato.

8.5.- Evaluación de la práctica docente.

## **9.- PLANES DE REFUERZO.**

## **10.- ANEXOS.**

### **10.- ANEXOS.**

Anexo 1.- Adaptación de la programación didáctica de Educación Física de la ESO ante un hipotético caso de docencia no presencial por confinamiento.

Anexo 2.- Adaptación de la programación didáctica de Educación Física correspondiente a Bachillerato ante un hipotético caso de docencia no presencial por confinamiento.

Anexo 3.- Información Programa de Extraescolares y Complementarias.

# **1.- INTRODUCCIÓN**

## **1.1.- Características de las materias.**

La finalidad de la Educación Secundaria Obligatoria es lograr que el alumnado adquiera los elementos básicos de la cultura, especialmente en sus aspectos humanístico, artístico, científico y tecnológico; desarrollar y consolidar en él hábitos de estudio y de trabajo; prepararle para su incorporación a estudios posteriores y para su inserción laboral, y formarle para el ejercicio de sus derechos y obligaciones en la vida como ciudadano o ciudadana.

Desde la Educación Física queremos contribuir a la consecución de dichas finalidades a partir de un tratamiento completo de los elementos que conforman el currículo de la materia para la etapa. Los principios pedagógicos recogidos en la LOMCE como la atención a la diversidad, la educación común, la atención a las dificultades de enseñanza, los diferentes ritmos de aprendizaje serán los vehículos o caminos para mejorar el proceso educativo.

En la materia de Educación Física en Bachillerato se continúa con la progresión de los aprendizajes adquiridos en la etapa anterior. La asignatura se orienta a afianzar en el alumnado el desarrollo de las competencias potenciando el desarrollo de actitudes para planificar, organizar y dirigir sus propias actividades físicas, orientadas a satisfacer sus propias necesidades motrices, y a la mejora de la salud como responsabilidad individual y como construcción social. En este sentido, el alumnado participará no sólo en la práctica de actividades físicas, sino que, colaborará con el profesorado, en su organización y planificación, mejorando de este modo las capacidades de autogestión y de autonomía necesarias en estilos de vida activos y saludables a lo largo de la vida.

La práctica regular de actividades físicas adaptadas a sus intereses y posibilidades del alumnado facilita la consolidación de actitudes de interés, disfrute, respeto, esfuerzo y cooperación.

Por otra parte, dado el carácter propedéutico del Bachillerato y el aumento del número de profesiones y de oferta de estudios superiores relacionados con la actividad física y la salud individual y colectiva, y con el uso adecuado del tiempo libre, esta materia ayudará al alumnado a adoptar criterios de valoración de estas profesiones y posibilidades de estudio, ya sea en el ámbito universitario, en el de la formación profesional o en las enseñanzas deportivas, así como las profesiones en las que las capacidades físicas se convierten en un aspecto imprescindible para su desarrollo.

Según el informe Eurydice de la Comisión Europea de 2013 (citado en la LOMCE), hasta un 80% de niños y niñas en edad escolar únicamente participan en actividades físicas en la escuela. Rush y Weineck (2004) afirman, al respecto, que las condiciones de desarrollo corporal de los alumnos/as han empeorado notablemente, otorgando la responsabilidad a los cambios socioculturales como la presencia de la tecnología en la vida cotidiana, así como los cambios en la familia. Como consecuencia de estos

cambios, se han reducido al mínimo las experiencias corporales y de movimiento. La repercusión de la falta de actividad física sobre la salud y calidad de vida se ha convertido en una preocupación a nivel mundial, así la propia Organización Mundial de la Salud (O.M.S) define salud como *“el completo estado de bienestar físico, psíquico y social, y no como la mera ausencia de enfermedad”*, a la vez que sustenta la calidad de vida en cuatro pilares fundamentales: descanso, alimentación saludable, ausencia de hábitos nocivos y actividad física programada.

## **Normativa**

La presente programación se realiza teniendo en consideración la normativa vigente para la Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato de la Comunidad Autónoma de Andalucía:

1. LOMCE. Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, que modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE).
2. Decreto 327/2010, de 13 de Julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria (BOJA 16/7/2010).
3. Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.
4. D. 181/2020 y 182/2020, por el que se establece la ordenación y el currículo de Ed. Secundaria y Bachillerato en Andalucía.
5. Orden del 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.
6. Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
7. 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.
8. Decreto 301/2009, de 14 de julio, por la que se regula el calendario y la jornada escolar en los centros docentes, a excepción de los universitarios.

## **Centro**

En relación con la materia destacar los siguientes aspectos:

- Las instalaciones propias de Educación Física constan de: gimnasio, dos pistas polideportivas 40x20m, despacho, 2 almacenes en gimnasio, en el que está junto al vestuario de alumnas se encuentra un botiquín, 1 almacén en pista, 2 vestuarios para alumnos y 1 vestuario para

profesores.

- El número de grupos del centro ( 1º- 4; 2º - 4;3º- 4; 4º- 4; 1º Bach- 3; 2º Bach- 3).
- La piscina municipal y pabellón se encuentra cercanos a 5 min a pie del centro por lo que se configuran ambas instalaciones como viables a la hora de utilizarlas para una sesión normal.

## **1.2.- Organización del departamento.**

El Departamento de Educación Física está compuesto por 3 miembros:

- \_ Urbano Poo: 2 unidades de 1º de ESO, 2 unidades de 3º ESO y 4 unidades de 4º de ESO.
- \_ Santiago Fernández: 4 unidades de 2º de ESO
- \_ Aurora Montes González, jefa de Departamento: 2 unidad de 1º de ESO, 2 unidades de 3º de ESO y 3 unidades de 1º de Bachillerato.

**Plan de reuniones del departamento:** El departamento se reunirá según lo establecido en el horario regular de los componentes del departamento los lunes de 18:00 a 19:00, pudiéndose reunir extraordinariamente en horario irregular para solventar problemas o situaciones urgentes. Se tratarán temas relacionados con la programación, temas tratados en los ETCP, seguimiento del cumplimiento de lo programado, análisis de resultados, compra de materiales, estado y funcionamiento de las instalaciones, presupuesto del departamento, colaboraciones con otros departamentos, actividades deportivas relacionadas con otros centros, actividades deportivas relacionadas con el ayuntamiento, etc.

### **Alumnado**

El nivel sociocultural y económico que define a las familias de las que procede el alumnado del centro es de carácter medio- alto. El alumnado procede fundamentalmente de la propia localidad y de localidades limítrofes (Tomares, Gelves, San Juan de Aznalfarache, etc...) que lindan al mismo.

En su gran mayoría, el 90% según el proyecto educativo, tiene acceso en el hogar a Internet, lo que es importante para los cuadernos de alumno, material diseñado para dar un soporte teórico a la materia en el tercer tiempo pedagógico.

La práctica físico-deportiva en el horario extraescolar depende de las ofertas deportivas propuestas por los diferentes municipios. El alumnado generalmente está inscrito en actividades estándares (fútbol, fútbol sala, atletismo, baloncesto, tenis, pádel, artes marciales, bailes, voleibol, zumba).

## 2.- OBJETIVOS

Desde la LOGSE, artículo 4.2., los objetivos expresan capacidades a desarrollar; lo que les convierte en unas directrices relativas a los logros que el alumno debe alcanzar al finalizar el proceso educativo. Los objetivos son un referente, una guía pedagógica y didáctica, de tal suerte que los objetivos no son objeto de una concreción posterior y son comunes a todos los cursos de la etapa.

### OBJETIVOS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA y BACHILLERATO

Los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria vienen establecidos en primera instancia en el artículo 11 del Real Decreto 1105/2014 de 26 de diciembre, y refrendados en la Orden de Andalucía 15/01/2021, La tabla siguiente relaciona las distintas unidades didácticas con los objetivos de etapa, en función de la contribución de éstas a los mismos.

OBJETIVOS Educación Secundaria Obligatoria

|   | UNIDADES DIDÁCTICAS    |                  |                          |                           |               |              |                                  |                              |                          |
|---|------------------------|------------------|--------------------------|---------------------------|---------------|--------------|----------------------------------|------------------------------|--------------------------|
|   | I. C al en ta. G nr al | II. C. F Sa Lu d | II I. H. M B. Mu ltid xt | IV Ju eg os po pu la re . | V. C ol pb ol | V I. P al as | V II. A cr os po rt. E xp C or p | V II I R es pi ra c/ R el aj | I X. A ct . M ed io N at |
| <b>1º ESO</b>   |                        |                  |                          |                           |               |              |                                  |                              |                          |
| a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática. | •                      | •                | •                        | •                         | •             | •            | •                                | •                            | •                        |
| b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.   | •                      | •                | •                        | •                         | •             | •            | •                                | •                            | •                        |

c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

UNIDADES DIDÁCTICAS

|                        |                  |                           |                            |               |               |                                   |                                |                           |
|------------------------|------------------|---------------------------|----------------------------|---------------|---------------|-----------------------------------|--------------------------------|---------------------------|
| I. C al en ta. G nr al | II. C. F Sa Lu d | II. I. H. M B. Mu ltid xt | IV. Ju eg os po pu la re . | V. C ol pb ol | V. I. P al as | V. II. A cr os po rt. E xp C or p | V. II. I R es pi ra c/ R el aj | I. X. A ct . M ed io N at |
|------------------------|------------------|---------------------------|----------------------------|---------------|---------------|-----------------------------------|--------------------------------|---------------------------|

OBJETIVOS Educación Secundaria Obligatoria

| 1º ESO  |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.          |   |   | • | • | • | • |   |   |
| e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.   | • | • | • | • | • | • | • | • |
| f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.                      | • |   |   |   |   |   |   | • |
| g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.                                   |   |   | • | • | • |   |   |   |
| h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura. |   |   |   |   |   |   |   |   |
| i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.  |   |   |   |   |   |   |   |   |
| j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.  |   |   | • |   |   |   |   | • |

UNIDADES DIDÁCTICAS

|                        |                  |                           |                            |               |               |                                   |                                |                           |
|------------------------|------------------|---------------------------|----------------------------|---------------|---------------|-----------------------------------|--------------------------------|---------------------------|
| I. C al en ta. G nr al | II. C. F Sa Lu d | II. I. H. M B. Mu ltid xt | IV. Ju eg os po pu la re . | V. C ol pb ol | V. I. P al as | V. II. A cr os po rt. E xp C or p | V. II. I R es pi ra c/ R el aj | I. X. A ct . M ed io N at |
|------------------------|------------------|---------------------------|----------------------------|---------------|---------------|-----------------------------------|--------------------------------|---------------------------|

OBJETIVOS Educación Secundaria Obligatoria

| 1º ESO   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p> | • | • | • | • | • | • | • | • |
| <p>l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.</p>   |   |   |   |   |   | • |   |   |



UNIDADES DIDÁCTICAS

|                             |                            |                             |                             |                 |                  |                    |                           |
|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------|------------------|--------------------|---------------------------|
| U D 1. Calentamiento Sesión | U D 2. Nos ponemos a jugar | U D 3. Reciclamos y jugamos | U D 4. Juegos Tradicionales | U D 5. Natación | U D 6. Atletismo | U D 7. Orientación | U D 8. Expresión Corporal |
|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------|------------------|--------------------|---------------------------|

OBJETIVOS Educación Secundaria Obligatoria

2º ESO

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

UNIDADES DIDÁCTICAS

|                             |                       |                            |                             |                 |                  |                    |                           |
|-----------------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------|------------------|--------------------|---------------------------|
| U D 1. Calentamiento Sesión | U D 2. Nos proponemos | U D 3. Reciclamos y juegos | U D 4. Juegos Tradicionales | U D 5. Natación | U D 6. Atletismo | U D 7. Orientación | U D 8. Expresión Corporal |
|-----------------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------|------------------|--------------------|---------------------------|

OBJETIVOS Educación Secundaria Obligatoria

2º ESO

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.   | • | • | • | • | • | • | • | • |
| f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.                      | • | • |   |   |   |   |   |   |
| g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.                                   |   |   | • | • |   | • |   |   |
| h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura. |   |   |   |   |   |   |   |   |
| i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.  |   |   |   |   |   |   |   |   |
| j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.  |   |   |   | • |   | • | • |   |

UNIDADES DIDÁCTICAS

|                             |                            |                             |                             |                 |                  |                    |                           |
|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------|------------------|--------------------|---------------------------|
| U D 1. Calentamiento Sesión | U D 2. Nos ponemos a jugar | U D 3. Reciclamos y jugamos | U D 4. Juegos Tradicionales | U D 5. Natación | U D 6. Atletismo | U D 7. Orientación | U D 8. Expresión Corporal |
|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------|------------------|--------------------|---------------------------|

OBJETIVOS Educación Secundaria Obligatoria

2º ESO

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

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

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

-

OBJETIVOS Educación Secundaria Obligatoria

| UNIDADES DIDÁCTICAS                |           |                          |                              |                              |   |                        |            |                   |                 |
|------------------------------------|-----------|--------------------------|------------------------------|------------------------------|---|------------------------|------------|-------------------|-----------------|
| UD 1. Calentamiento Espec. Combata | UD 2. PAS | UD 3. Met. Entrenamiento | UD 4. Alimentación saludable | UD 5. Bateria de movimientos | UD 6. Bateria de movimientos/Baloncesto | UD 7. Atletismo. Ritmo | UD 8. Judo | UD 9. Coreografía | UD 10. Escalada |

3º ESO

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

UNIDADES DIDÁCTICAS

|                                    |           |                           |                              |                               |  |                                  |               |                   |                 |
|------------------------------------|-----------|---------------------------|------------------------------|-------------------------------|--|----------------------------------|---------------|-------------------|-----------------|
| UD 1. Calentamiento Espec. Combata | UD 2. PAS | UD 3. Met. Entrenamiento. | UD 4. Alimentación saludable | UD 5. Bateria de instrumentos | UD 6. Bateria de instrumentos / Bateria de percusión | UD 7. Dextera Alternativa. Ritmo | UD 8. J.J.O.O | UD 9. Coreografía | UD 10. Escalada |
|------------------------------------|-----------|---------------------------|------------------------------|-------------------------------|--|----------------------------------|---------------|-------------------|-----------------|

OBJETIVOS Educación Secundaria Obligatoria

| 3º ESO  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |       |
|---|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|
|   | UD 1 | UD 2 | UD 3 | UD 4 | UD 5 | UD 6 | UD 7 | UD 8 | UD 9 | UD 10 |
| e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.   | •    | •    | •    | •    | •    | •    | •    | •    | •    | •     |
| f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.                      | •    |      | •    |      |      |      |      |      |      |       |
| g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.                                   |      |      |      |      | •    | •    | •    |      |      |       |
| h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura. |      |      |      |      |      |      |      |      |      |       |
| i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |       |
| j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.  |      |      |      |      |      |      |      |      |      | •     |

UNIDADES DIDÁCTICAS

|                                    |           |                                    |                              |                               |  |                                 |               |                   |                 |
|------------------------------------|-----------|------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|--|---------------------------------|---------------|-------------------|-----------------|
| UD 1. Calentamiento Espec. Combata | UD 2. PAS | UD 3. Met. Entrenamiento. Uda. ble | UD 4. Alimentación Saludable | UD 5. Bateria de instrumentos | UD 6. Bateria de instrumentos / Bateria de percusión | UD 7. Alternativa. Ritmo. Ritmo | UD 8. J.J.O.O | UD 9. Coreografía | UD 10. Escalada |
|------------------------------------|-----------|------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|--|---------------------------------|---------------|-------------------|-----------------|

OBJETIVOS Educación Secundaria Obligatoria

| 3º ESO   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p> | • | • | • | • | • | • | • | • | • |
| <p>l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.</p>   |   |   |   |   |   |   |   | • |   |

|  |  |  |   |   |   |  |  |  |
|--|--|--|---|---|---|--|--|--|
| U<br>D<br>1.<br>A<br>li<br>m<br>en<br>t/<br>hi<br>dr<br>at<br>ac<br>io | U<br>D<br>2.<br>Sis<br>te<br>ma<br>s .<br>C.<br>F. | U<br>D<br>3.<br>A<br>cr<br>o<br>ba<br>ci<br>as | U<br>D<br>4.<br>Pl<br>an<br>A<br>ct<br>iv<br>G<br>ru<br>pa<br>les | U<br>D<br>5.<br>V<br>ol<br>e<br>y<br>ba<br>ll | U<br>D<br>6.<br>L<br>es<br>io<br>ne<br>s.<br>Pr<br>ot<br>oc<br>ol<br>os | U<br>D<br>7.<br>A<br>cr<br>os<br>por<br>t<br>B<br>ai<br>le |  |  |
|--|--|--|---|---|---|--|--|--|

## OBJETIVOS Educación Secundaria Obligatoria

## 4º ESO

a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.

|   |   |   |   |   |   |   |  |  |
|---|---|---|---|---|---|---|--|--|
| ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |  |  |
|---|---|---|---|---|---|---|--|--|

b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

|   |   |   |   |   |   |   |  |  |
|---|---|---|---|---|---|---|--|--|
| ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |  |  |
|---|---|---|---|---|---|---|--|--|

c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.

|   |   |   |   |   |   |   |  |  |
|---|---|---|---|---|---|---|--|--|
| ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |  |  |
|---|---|---|---|---|---|---|--|--|

d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

|  |  |   |   |   |  |  |  |  |
|--|--|---|---|---|--|--|--|--|
|  |  | ● | ● | ● |  |  |  |  |
|--|--|---|---|---|--|--|--|--|

e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.

|  |  |   |   |   |   |   |  |  |
|--|--|---|---|---|---|---|--|--|
|  |  | ● | ● | ● | ● | ● |  |  |
|--|--|---|---|---|---|---|--|--|

|  |   |  |   |   |   |  |  |  |
|--|---|--|---|---|---|--|--|--|
| U<br>D<br>1.<br>A<br>li<br>m<br>en<br>t/<br>hi<br>dr<br>at<br>ac<br>io | U<br>D<br>2.<br>Sis<br>tem<br>as<br>.C.<br>F. | U<br>D<br>3.<br>A<br>cr<br>o<br>ba<br>ci<br>as | U<br>D<br>4.<br>Pl<br>an<br>A<br>ct<br>iv<br>G<br>ru<br>pa<br>les | U<br>D<br>5.<br>V<br>ol<br>e<br>y<br>ba<br>ll | U<br>D<br>6.<br>L<br>es<br>io<br>ne<br>s.<br>Pr<br>ot<br>oc<br>ol<br>os | U<br>D<br>7.<br>A<br>cr<br>os<br>por<br>t<br>B<br>ai<br>le |  |  |
|--|---|--|---|---|---|--|--|--|

## OBJETIVOS Educación Secundaria Obligatoria

## 4º ESO

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia. ●

g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades. ● ● ● ● ●

h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural. ●

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



UNIDADES DIDÁCTICAS

|  |  |  |   |  |  |  |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|--|
| U<br>D<br>1.<br>A<br>li<br>m<br>en<br>t/<br>hi<br>dr<br>at<br>ac | U<br>D<br>2.<br>Sis<br>te<br>ma<br>s<br>C.<br>F. | U<br>D<br>3.<br>A<br>cr<br>o<br>ba<br>ci<br>as | U<br>D<br>4.<br>Pl<br>an<br>A<br>ct<br>iv<br>G<br>ru<br>p | U<br>D<br>5.<br>V<br>ol<br>le<br>y<br>ba<br>ll | U<br>D<br>6.<br>L<br>es<br>io<br>ne<br>s.<br>Pr<br>ot<br>oc<br>olo | U<br>D<br>7.<br>A<br>cr<br>os<br>p<br>or<br>t<br>B<br>ai<br>le |  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|--|--|

OBJETIVOS Educación Secundaria Obligatoria

4º ESO

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

UNIDADES DIDÁCTICAS

|   |  |   |  |  |   |                                       |                                       |                                  |
|---|--|---|--|--|---|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|
| U<br>D<br>1.<br>M<br>e<br>d<br>i<br>m<br>o<br>s<br>C<br>F | U<br>D<br>2.<br>P<br>l<br>a<br>n.<br>E<br>n<br>t<br>m<br>e<br>n<br>t<br>o. | U<br>D<br>3.<br>H<br>a<br>b.<br>S<br>a<br>l<br>u<br>d | U<br>D<br>4.<br>J<br>u<br>e<br>g<br>o<br>p<br>e<br>r<br>a<br>t | U<br>D<br>5.<br>T<br>o<br>r<br>n<br>e<br>o<br>D<br>e<br>p. | U<br>D<br>6.<br>A<br>F<br>M<br>N<br>a<br>t<br>. | U<br>D<br>7.<br>B<br>a<br>i<br>l<br>e | U<br>D<br>8.<br>C<br>i<br>r<br>c<br>o | U<br>D<br>9.<br>Y<br>o<br>g<br>a |
|---|--|---|--|--|---|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|

OBJETIVOS Bachillerato

1º BACHILLERATO

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.   | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| b) Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.  | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición o circunstancia personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad. |   |   |   | ● |   | ● | ● | ● |
| d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.   | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su Comunidad Autónoma.   |   |   |   |   |   | ● |   |   |

UNIDADES DIDÁCTICAS

|  |  |   |  |  |  |                                       |                                       |                                  |
|--|--|---|--|--|--|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|
| U<br>D<br>1.<br>M<br>e<br>d<br>i<br>o<br>s<br>C<br>F | U<br>D<br>2.<br>P<br>l<br>a<br>n.<br>E<br>n<br>t<br>o.<br>n<br>t | U<br>D<br>3.<br>H<br>a<br>b.<br>S<br>a<br>l<br>u<br>d | U<br>D<br>4.<br>J<br>u<br>e<br>g<br>o<br>p<br>e<br>r<br>a<br>t | U<br>D<br>5.<br>T<br>o<br>r<br>n<br>e<br>o<br>D<br>e<br>p. | U<br>D<br>6.<br>A<br>F<br>M<br>N<br>a<br>t | U<br>D<br>7.<br>B<br>a<br>i<br>l<br>e | U<br>D<br>8.<br>C<br>i<br>r<br>c<br>o | U<br>D<br>9.<br>Y<br>o<br>g<br>a |
|--|--|---|--|--|--|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|

OBJETIVOS Bachillerato

1º BACHILLERATO

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.   | • | • |   | • |   | • |   |   |
| h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.  |   |   | • | • | • | • | • | • |
| i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.   | • | • | • |   |   |   |   |   |
| j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente. | • | • | • |   |   |   |   |   |

UNIDADES DIDÁCTICAS

|  |  |   |   |   |  |   |  |                                  |
|--|--|---|---|---|--|---|--|----------------------------------|
| U<br>D<br>1.<br>M<br>e<br>d<br>i<br>o<br>s<br>C<br>F | U<br>D<br>2.<br>P<br>l<br>a<br>n.<br>E<br>n<br>t<br>m<br>e<br>n<br>t<br>o. | U<br>D<br>3.<br>H<br>a<br>b.<br>S<br>a<br>l<br>u<br>d | U<br>D<br>4.<br>J<br>u<br>e<br>g<br>o<br>p<br>e<br>r<br>a<br>t<br>i<br>v<br>a | U<br>D<br>5.<br>T<br>o<br>r<br>n<br>e<br>o<br>D<br>e<br>p.<br>o.<br>r<br>t<br>e | U<br>D<br>6.<br>A<br>r<br>t<br>e<br>s<br>M<br>u<br>s<br>i<br>c<br>a<br>l<br>e<br>s | U<br>D<br>7.<br>E<br>d<br>u<br>c<br>a<br>c<br>i<br>o<br>n<br>F<br>i<br>s<br>i<br>c<br>a<br>y<br>D<br>e<br>p<br>o<br>r<br>t<br>e | U<br>D<br>8.<br>C<br>i<br>e<br>n<br>c<br>i<br>a<br>s | U<br>D<br>9.<br>Y<br>o<br>g<br>a |
|--|--|---|---|---|--|---|--|----------------------------------|

OBJETIVOS Bachillerato

1º BACHILLERATO

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| <p>k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.</p> |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   | • |   | • | • |   | • | • |   |
| <p>l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.</p>               |   |   |   |   |   |   | • | • |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| <p>m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.</p>   | • | • | • | • | • | • | • | • |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| <p>n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.</p>   |   |   | • |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |

## OBJETIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA

La siguiente tabla vincula de igual forma las unidades didácticas con los objetivos del área (Orden 15/01/2021):

| UNIDADES DIDÁCTICAS         |                  |                                  |                                  |                  |                 |   |  |                               |
|-----------------------------|------------------|----------------------------------|----------------------------------|------------------|-----------------|---|--|-------------------------------|
| I. C. al e n t a. G n r a l | II. C. F Sa Lu d | II. I. H. M B. M u l t i d i x t | IV. J u e g o s p o p u l a r e. | V. C o l p b o l | V. I. P a l a s | V. II. A c r o s p o r t. E x p C o r p | V. II. I . R e s p i r a c / R e l a j | I X . A c t . M e d i o N a t |

OBJETIVOS Educación Física. (Orden 15 de enero 2021)

| 1º ESO   |   |   |   |   |  |   |   |  |
|--|---|---|---|---|--|---|---|--|
| 1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.                              | • | • |   |   |  |   | • |  |
| 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.  | • | • |   |   |  |   |   |  |
| 3. Desarrollar y consolidar hábitos saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.  | • | • |   |   |  |   | • |  |
| 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.   |   |   |   | • |  | • | • |  |
| 5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.   | • |   |   | • |  |   |   |  |
| 6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artística, expresiva y comunicativa de carácter individual y grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo. |   |   | • |   |  | • |   |  |

| UNIDADES DIDÁCTICAS                    |                          |  |  |                                  |                      |  |  |  |
|--|--------------------------|--|--|----------------------------------|----------------------|--|--|--|
| I. C. a. l. e. n. t. a. G. n. r. a. l. | II. C. F. S. a. L. u. d. | II. I. H. M. B. M. u. l. t. i. d. i. s. t. a. n. c. i. a. s. | IV. J. u. e. g. o. s. p. o. p. u. l. a. r. e. s. | V. C. o. l. e. c. t. i. v. o. s. | V. I. P. a. l. a. s. | V. II. A. c. r. o. s. p. o. r. t. E. x. p. C. o. r. p. o. s. | V. II. I. R. e. s. p. i. r. a. c. i. o. n. e. s. | I. X. A. c. t. i. v. i. d. a. d. e. s. |

OBJETIVOS Educación Física. (Orden 15 de enero 2021)

| 1º ESO  |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa. |   |   | • | • |   | • |   |   |
| 8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físico-deportivas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.                                 | • |   |   |   |   |   | • | • |
| 9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.   |   |   |   |   |   |   |   | • |
| 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad físico-deportivo, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.  | • | • |   | • |   |   | • |   |
| 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.                                  | • | • | • | • | • | • | • | • |
| 12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.                  | • | • | • | • | • | • | • | • |

| UNIDADES DIDÁCTICAS        |                      |                            |                            |                |                 |                   |                          |
|----------------------------|----------------------|----------------------------|----------------------------|----------------|-----------------|-------------------|--------------------------|
| UD 1. Calentamiento Sesión | UD 2. Nos proponemos | UD 3. Reciclamos y jugamos | UD 4. Juegos Tradicionales | UD 5. Natación | UD 6. Atletismo | UD 7. Orientación | UD 8. Expresión Corporal |

OBJETIVOS Educación Física. (Orden 15 de enero 2021)

| 2º ESO  |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.                                     | • | • |   |   |   |   |   |
| 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.   | • | • |   |   |   |   |   |
| 3. Desarrollar y consolidar hábitos saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.   |   | • |   |   |   |   | • |
| 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.  |   |   | • | • |   |   | • |
| 5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.  | • | • |   |   |   |   |   |
| 6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artística, expresiva y comunicativa de carácter individual y grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.        |   |   |   |   |   |   | • |
| 7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa. |   |   | • | • | • | • |   |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| <p>8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físico-deportivas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.</p>                | • |   |   | • | • | • |   |   |  |
| <p>9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.</p>  |   |   |   |   | • |   |   |   |  |
| <p>10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad físico-deportivo, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.</p>   | • | • |   | • |   |   |   | • |  |
| <p>11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico- expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.</p>                |   |   | • | • | • | • | • | • |  |
| <p>12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.</p> | • | • | • | • | • | • | • | • |  |



OBJETIVOS Educación Física. (Orden 15 de enero 2021)

| UNIDADES DIDÁCTICAS                |             |                          |                              |                 |                            |                              |            |                    |                 |
|------------------------------------|-------------|--------------------------|------------------------------|-----------------|----------------------------|------------------------------|------------|--------------------|-----------------|
| UD 1. Calentamiento Espec. Combata | UD 2. P.A.S | UD 3. Met. Entrenamiento | UD 4. Alimentación Saludable | UD 5. Badminton | UD 6. Balonmano/Baloncesto | UD 7. Fútbol Alterno. Ringol | UD 8. JOJO | UD 9. Coreografía. | UD 10. Escalada |

| 3° ESO   | UD 1 | UD 2 | UD 3 | UD 4 | UD 5 | UD 6 | UD 7 | UD 8 | UD 9 | UD 10 |
|--|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|
| 1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.                              | ●    |      | ●    | ●    |      |      |      |      |      |       |
| 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.  | ●    |      | ●    | ●    |      |      |      |      |      |       |
| 3. Desarrollar y consolidar hábitos saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.  |      |      |      | ●    |      |      |      |      | ●    |       |
| 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.   |      |      |      |      | ●    | ●    | ●    | ●    | ●    |       |
| 5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.   | ●    |      |      |      |      |      |      |      |      |       |
| 6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artística, expresiva y comunicativa de carácter individual y grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo. |      |      |      |      |      |      |      |      | ●    |       |

OBJETIVOS Educación Física. (Orden 15 de enero 2021)

| UNIDADES DIDÁCTICAS                |             |                           |                             |                 |                        |                                 |            |                    |                 |
|------------------------------------|-------------|---------------------------|-----------------------------|-----------------|------------------------|---------------------------------|------------|--------------------|-----------------|
| UD 1. Calentamiento Espec. Combata | UD 2. P.A.S | UD 3. Met. Entrenamiento. | UD 4. Atletismo. Saludables | UD 5. Balonmano | UD 6. Baloncesto/Balón | UD 7. Fútbol. Atletismo. Ringol | UD 8. JOJO | UD 9. Coreografía. | UD 10. Escalada |

| 3º ESO  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa. |   |   |   | • | • | • | • |   |   |
| 8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físico-deportivas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.                                 | • |   | • |   |   |   |   |   | • |
| 9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.   |   |   |   |   |   |   |   |   | • |
| 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad físico-deportivo, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.  |   |   |   | • | • | • | • |   |   |
| 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico- expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.                                 | • | • | • | • | • | • | • | • | • |
| 12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.                  | • | • | • | • | • | • | • | • | • |

UNIDADES DIDÁCTICAS

|                                  |                            |                          |  |                        |  |                                    |  |  |
|----------------------------------|----------------------------|--------------------------|--|------------------------|--|------------------------------------|--|--|
| U D 1. Ali ment /h id ra ta ción | U D 2. Sis te ma s . C. F. | U D 3. A cr o ba c i a s | U D 4. P l a n A c t i v G r u p a l e s | U D 5. V o l e y b a l | U D 6. L e s i o n e s . P r o t o c o l o s | U D 7. A c r o s p o r t B a i l e |  |  |
|----------------------------------|----------------------------|--------------------------|--|------------------------|--|------------------------------------|--|--|

OBJETIVOS Educación Física. (Orden 15 de enero 2021)

4º ESO

|   |   |   |   |   |   |  |   |  |
|---|---|---|---|---|---|--|---|--|
| 1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.                                     | • | • |   |   |   |  |   |  |
| 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.   |   | • | • |   |   |  |   |  |
| 3. Desarrollar y consolidar hábitos saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.   | • |   |   |   |   |  | • |  |
| 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.  |   |   | • | • | • |  | • |  |
| 5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.  | • |   |   |   |   |  |   |  |
| 6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artística, expresiva y comunicativa de carácter individual y grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.        |   |   |   |   |   |  | • |  |
| 7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa. |   |   | • | • | • |  |   |  |

| UNIDADES DIDÁCTICAS           |                         |                     |                           |                   |                                 |                              |  |
|-------------------------------|-------------------------|---------------------|---------------------------|-------------------|---------------------------------|------------------------------|--|
| U D 1. Ali ment /hidrata ción | U D 2. Sistema s. C. F. | U D 3. Activid ades | U D 4. Pl an Activid ades | U D 5. Vol eib al | U D 6. Les ion es. Por tocol os | U D 7. Acr o s por t B ai le |  |

OBJETIVOS Educación Física. (Orden 15 de enero 2021)

| 4º ESO   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
| 8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físico-deportivas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.                | • |   |   |   |   | • | • |
| 9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.  |   |   |   |   |   |   |   |
| 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad físico-deportivo, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.   | • | • | • | • | • | • | • |
| 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico- expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.                | • | • | • | • | • | • | • |
| 12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas. | • | • | • | • | • | • | • |

| UNIDADES DIDÁCTICAS                                  |  |   |   |  |  |                                       |                                       |                                  |
|--|--|---|---|--|--|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|
| U<br>D<br>1.<br>M<br>e<br>d<br>i<br>o<br>s<br>C<br>F | U<br>D<br>2.<br>P<br>l<br>a<br>n.<br>E<br>n<br>t<br>n<br>o | U<br>D<br>3.<br>H<br>a<br>b.<br>S<br>a<br>l<br>u<br>d | U<br>D<br>4.<br>J<br>u<br>e<br>g.<br>C<br>o<br>o<br>p<br>e<br>r<br>a<br>t | U<br>D<br>5.<br>T<br>o<br>r<br>n<br>e<br>o<br>D<br>e<br>p. | U<br>D<br>6.<br>A<br>F<br>M<br>N<br>a<br>t | U<br>D<br>7.<br>B<br>a<br>i<br>l<br>e | U<br>D<br>8.<br>C<br>i<br>r<br>c<br>o | U<br>D<br>9.<br>Y<br>o<br>g<br>a |

OBJETIVOS Educación Física. (Orden 15 de enero 2021)

## 1º BACHILLERATO

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Valorar la actividad física como medio fundamental para la mejora de la salud y de la calidad de vida y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo un medio para la autosuperación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas.                             | • | • | • | • | • | • | • | • |
| 2. Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma y sistemática un programa personal de actividad física para la mejora de la condición física y motora, y las habilidades motrices desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo, considerando el propio nivel y orientado hacia las motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones. |   | • |   |   |   |   |   |   |
| 3. Aplicar, resolver y perfeccionar situaciones motrices en diferentes contextos de práctica física aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, dando prioridad a la toma de decisiones.  | • |   | • | • | • | • | • | • |
| 4. Planificar, interpretar y valorar composiciones corporales individuales y colectivas potenciando la originalidad, expresividad y la creatividad aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición, reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal, integrándolas como prácticas de ocio activo.       |   |   |   |   |   | • | • | • |
| 5. Buscar y utilizar soluciones creativas a situaciones de oposición y colaboración con y sin oponentes en contextos deportivos o recreativos, adaptándose a las condiciones cambiantes que se producen durante la práctica.  |   |   | • | • |   |   |   |   |
| 6. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.   |   | • |   | • | • |   |   |   |

| UNIDADES DIDÁCTICAS                                  |  |   |   |  |  |                                       |                                       |                                  |
|--|--|---|---|--|--|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|
| U<br>D<br>1.<br>M<br>e<br>d<br>i<br>o<br>s<br>C<br>F | U<br>D<br>2.<br>P<br>l<br>a<br>n.<br>E<br>n<br>t<br>m<br>e<br>n<br>t<br>o. | U<br>D<br>3.<br>H<br>a<br>b.<br>S<br>a<br>l<br>u<br>d | U<br>D<br>4.<br>J<br>u<br>e<br>g.<br>C<br>o<br>o<br>p<br>e<br>r<br>a<br>t | U<br>D<br>5.<br>T<br>o<br>r<br>n<br>e<br>o<br>D<br>e<br>p. | U<br>D<br>6.<br>A<br>F<br>M<br>N<br>a<br>t | U<br>D<br>7.<br>B<br>a<br>i<br>l<br>e | U<br>D<br>8.<br>C<br>i<br>r<br>c<br>o | U<br>D<br>9.<br>Y<br>o<br>g<br>a |

OBJETIVOS Educación Física. (Orden 15 de enero 2021)

| 1º BACHILLERATO  |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7. Utilizar de forma autónoma y regular, hábitos saludables de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.  |   |   | • |   |   |   |   | • |
| 8. Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.   |   |   |   |   | • |   |   |   |
| 9. Respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva. | • | • | • | • | • | • | • | • |
| 10. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente la autoría de las informaciones y archivos compartidos.  | • | • | • | • | • | • | • | • |

**C. OBJETIVOS DIDÁCTICOS PARA 1º E.S.O.**

**1. Adquirir y desarrollar hábitos saludables para la calidad de vida, valorando los efectos positivos de la actividad física regular, así como la alimentación sana y equilibrada.**

**2. Desarrollar la condición física y motriz a través de situaciones lúdicas y cooperativas buscando la participación de toda la clase**

**3. Introducir hábitos y prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación. Concienciar de la relación postura y emoción.**

**4. Conocer y diferenciar las partes de la sesión de Educación Física. Distinguiendo las fases del calentamiento y conociendo diferentes formas lúdicas para llevarlas a cabo.**

**5. Aprender a interpretar y comunicar mensajes a través de la improvisación y el ritmo y realizar acciones expresivas combinando adecuadamente espacio, intensidad y tiempo.**

**6. Adquirir conciencia y hábitos de ejecución técnica dentro de los márgenes higiénicos en relación a deportes individuales como la Gimnasia y Acrosport**

**7. Vivenciar situaciones de cooperación-oposición, donde se apliquen los fundamentos técnicos-tácticos elementales en situaciones predeportivas y/o a través de deportes alternativos que favorezcan la inclusión.**

**8. Introducir aspectos de seguridad en la práctica relacionándolos con la salud y posibilidad de lesionarse.**

**9. Realizar actividades físicas en entornos cercanos como parques y la ciudad, así como en entornos naturales próximos como sierras, respetando la naturaleza y disfrutando a su vez de la misma.**

**10. Conocer las cualidades y características de uno mismo en las distintas situaciones de práctica, valorando y respetando las de los otros, así como el esfuerzo por mejorar las propias.**

**11. Participar de forma tolerante en actividades deportivas, valorando la deportividad y el juego limpio por encima de la búsqueda desmedida de la eficacia**

**12. Utilizar adecuadamente y con responsabilidad los medios que proponen las nuevas tecnologías, valorando su importancia y avance, pero también los riesgos de su uso inadecuado.**

## C. OBJETIVOS DIDÁCTICOS PARA 2º E.S.O.

1. Incorporar hábitos saludables para la calidad de vida en el día a día, criticando y tomando conciencia de las prácticas físicas con efectos negativos para la salud (tabaquismo, sedentario, consumo de drogas y alcohol). Valorar efectos positivos del descanso y de una alimentación sana y equilibrada.

2. Desarrollar la condición física y motriz, haciendo hincapié en los efectos saludables que se obtienen de las mismas, métodos de valoración y factores indicadores de la intensidad del esfuerzo.

3. Desarrollar técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.

4. Conocer y diferenciar las partes de la sesión de Educación Física, aplicando de forma autónoma actividades y juegos para el calentamiento general y específico.

5. Aprender a interpretar y comunicar mensajes a través del gesto, la postura y el ritmo y realizar acciones expresivas aceptando las diferencias individuales y respetando la expresión de las demás personas.

6. Realizar montajes grupales sobre bailes tradicionales de Andalucía, empleando las técnicas expresivas y comunicativas del cuerpo.

7. Vivenciar situaciones de cooperación-oposición, donde se apliquen los fundamentos técnicos-tácticos básicos. Descubrir así mismo el patrimonio cultural lúdico a través de los juegos tradicionales, populares y expresiones atléticas.

8. Identificar los factores de la actividad física que implican riesgos para la salud y desarrollo de posibles lesiones

9. Realizar actividades físicas en entornos urbanos, así como en entornos naturales próximos como sierras, respetando la naturaleza y disfrutando a su vez de la misma. Así mismo valorar los efectos positivos sobre el medio ambiente y las personas de los desplazamientos activos

10. Aceptar las cualidades y características de uno mismo en las distintas situaciones de práctica, valorando y respetando las de los otros, así como el esfuerzo por mejorar las propias.

11. Participar de forma tolerante en actividades deportivas, valorando la deportividad y el juego limpio por encima de la búsqueda desmedida de la eficacia

12. Utilizar adecuadamente y con responsabilidad los medios que proponen las nuevas tecnologías, valorando su importancia y avance, pero también los riesgos de su uso inadecuado.



### C. OBJETIVOS DIDÁCTICOS PARA 3º E.S.O.

**1. Adquirir y desarrollar hábitos saludables para la calidad de vida, valorando los efectos positivos de la actividad física regular, así como la alimentación sana y equilibrada.**

**2. Desarrollar la condición física y motriz, haciendo hincapié en los efectos saludables que se obtienen de las mismas**

**3. Desarrollar hábitos y prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación. Todo ello para ayudar a aliviar tensiones de la vida cotidiana.**

**4. Conocer y diferenciar las partes de la sesión de Educación Física, desarrollando de forma autónoma el calentamiento.**

**5. Aprender a interpretar y comunicar mensajes a través de la improvisación y el ritmo y realizar acciones expresivas con el cuerpo como forma de realización personal**

**6. Realizar montajes grupales sobre una temática, empleando las técnicas expresivas y comunicativas del cuerpo.**

**7. Vivenciar situaciones de cooperación-oposición, donde se apliquen los fundamentos técnicos-tácticos básicos**

**8. Reconocer situaciones prácticas donde exista poca seguridad, previniendo riesgos para la salud y posibles lesiones**

**9. Realizar actividades físicas en entornos cercanos como parques y la ciudad, así como en entornos naturales próximos como sierras, respetando la naturaleza y disfrutando a su vez de la misma**

**10. Aceptar las cualidades y características de uno mismo en las distintas situaciones de práctica, valorando y respetando las de los otros, así como el esfuerzo por mejorar las propias.**

**11. Participar de forma tolerante en actividades deportivas, valorando la deportividad y el juego limpio por encima de la búsqueda desmedida de la eficacia**

**12. Utilizar adecuadamente y con responsabilidad los medios que proponen las nuevas tecnologías, valorando su importancia y avance, pero también los riesgos de su uso inadecuado.**

## C. OBJETIVOS DIDÁCTICOS PARA 4º E.S.O.

**1. Optimizar hábitos saludables para la calidad de vida, valorando los efectos positivos de la actividad física regular, autónoma y sistemática, así como la alimentación sana y equilibrada. Concienciar de conductas perniciosas como el tabaquismo, consumo de drogas, alcohol y sedentarismo.**

**2. Desarrollar la condición física y motriz, haciendo hincapié en los sistemas de entrenamiento y mejora de la misma.**

**3. Integrar como hábito saludable el desarrollo de la tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.**

**4. Conocer y diferenciar las partes de la sesión de Educación Física, desarrollando de forma autónoma el calentamiento, activación y vuelta a la calma, atendiendo a la dificultad e intensidad de la parte principal de la sesión de Educación Física.**

**5. Crear y realizar composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal.**

6. Crear y llevar a cabo montajes artístico-expresivos grupales que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas, diseñando y realizando montajes artístico expresivos como, por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc.

7. Optimizar la percepción y toma decisional en situaciones de cooperación-oposición, donde se apliquen los fundamentos técnicos-tácticos básicos, adoptando y modificando la conducta motriz en función del adversario- compañero y contexto de juego.

**8. Conocer los protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana.**

9. Realizar actividades físicas en entornos naturales, sensibilizándose en el uso de materiales reciclados y adoptando actitudes críticas sobre la utilización y aprovechamiento del medio natural. Así mismo conocer factores de seguridad principales en la realización de actividades en entornos cambiantes.

**10. Aceptar las cualidades y características de uno mismo en las distintas situaciones de práctica, valorando y respetando las de los otros, así como el esfuerzo por mejorar las propias.**

**11. Participar de forma tolerante en actividades deportivas adoptando una actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como de espectador o espectadora.**

**12. Utilizar adecuadamente y con responsabilidad los medios que proponen las nuevas tecnologías, valorando su importancia y avance, pero también los riesgos de su uso inadecuado.**

## C. OBJETIVOS DIDÁCTICOS PARA 1º BACHILLERATO.

- 1. Valorar la actividad física regular y sistemática como medio de enriquecimiento personal en todos los ámbitos de la vida, emergiendo como un contexto de autosuperación personal.**
- 2. Diseñar e implementar de forma autónoma un programa de actividad física personal en función de las características propias y nivel condicional- motriz de partida.**
- 3. Perfeccionar habilidades motrices específicas de los distintos deportes atendiendo al ciclo de percepción-acción como elemento fundamental a evaluar.**
4. Diseñar, planificar y llevar a cabo montajes artístico- expresivos grupales, concienciándose de la importancia del trabajo colectivo y la comunicación en las situaciones de equipo. Erigiéndose como forma de ocio activo alternativa.
5. Desarrollar y estimular la creatividad en la búsqueda de soluciones en los deportes de oposición y cooperación- oposición atendiendo al contexto de juego.
- 6. Controlar los riesgos de lesión asociados al uso de equipamiento e instalaciones y aplicar hábitos de prevención de los mismos.**
- 7. Integrar y aplicar de forma autónoma técnicas de respiración, relajación para su uso en situaciones estresantes del día a día.**
8. Planificar y llevar a cabo actividades en entornos naturales de Andalucía, adoptando actitud crítica en el uso humano que se le da al medio natural
- 9. Adoptar actitud crítica ante las desigualdades entre individuos impuestas por una sociedad con un carácter desvirtuado de la competición. Valorando aquellos entornos inclusivos y de aprendizaje cooperativo donde el colectivo trabaja para un bien común.**
- 10. Utilizar adecuadamente y con responsabilidad los medios que proponen las nuevas tecnologías, aplicando entornos colaborativos de aprendizaje, así como de uso correcto y seguro.**

### 3.- CONTENIDOS

El currículo oficial estructura los contenidos en cinco bloques temáticos. Algunos contenidos son abordados transversalmente en varias unidades didácticas y otros de forma específica y puntual.

La siguiente tabla muestra en que unidades son abordados los contenidos establecidos para ESO y Bachillerato en el currículo oficial, Orden del 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

Contenidos **1º ESO** Educación Física.

|  | UNIDADES DIDÁCTICAS      |                |                     |                      |           |            |                |                    |                                 |
|--|--------------------------|----------------|---------------------|----------------------|-----------|------------|----------------|--------------------|---------------------------------|
|  | I. Calentamiento General | II. C.F. Salud | III. H.M.B. Multixt | IV. Juegos populares | V. Fútbol | VI. Pallas | VII. Acróbatas | VIII. Ropes Course | IX. Actividades Medio Naturales |
| <b>Bloque 1. Salud y calidad de vida</b>   |                          |                |                     |                      |           |            |                |                    |                                 |
| Características de las actividades físicas saludables.   | •                        | •              |                     |                      |           |            |                | •                  |                                 |
| La alimentación y la salud.  |                          | •              |                     |                      |           |            |                |                    |                                 |
| Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas. Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural. Técnicas básicas de respiración y relajación. | •                        | •              |                     |                      |           |            |                | •                  |                                 |
| La estructura de una sesión de actividad física. El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física.   | •                        |                |                     |                      |           |            |                |                    |                                 |
| Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.   | •                        | •              | •                   | •                    | •         | •          | •              | •                  | •                               |
| Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana.  |                          |                |                     |                      |           |            |                |                    | •                               |
| Las normas en las sesiones de Educación Física. Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico.   | •                        | •              | •                   | •                    | •         | •          | •              | •                  | •                               |
| Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)           | •                        | •              | •                   | •                    | •         | •          | •              | •                  | •                               |

Contenidos **1º ESO** Educación Física.

| UNIDADES DIDÁCTICAS  |                |                        |                      |            |             |                                       |                                   |                               |  |  |
|--|----------------|------------------------|----------------------|------------|-------------|---------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|--|--|
| I. Calentamiento. General  | II. C.F. Salud | II I. H.M.B. Multidixt | IV Juegos populares. | V. Colpbol | V I. P alas | V II. A cr o s p o r t. E x p C o r p | V II I R e s p i r a c/ R e l a j | I X . A c t . M e d i o N a t |  |  |
| <b>Bloque 2. Condición física y motriz</b>   |                |                        |                      |            |             |                                       |                                   |                               |  |  |
| Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices.  | •              | •                      |                      |            |             |                                       |                                   |                               |  |  |
| Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices.   | •              |                        | •                    |            |             |                                       |                                   |                               |  |  |
| Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria.  | •              | •                      |                      |            |             |                                       |                                   |                               |  |  |
| Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.  | •              |                        | •                    |            |             |                                       |                                   |                               |  |  |
| <b>Bloque 3. Juegos y deportes</b>   |                |                        |                      |            |             |                                       |                                   |                               |  |  |
| Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.  |                |                        | •                    | •          | •           | •                                     | •                                 |                               |  |  |
| Desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas. Equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc.   |                |                        |                      |            |             |                                       | •                                 |                               |  |  |
| Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración. Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición. Objetivos del juego de ataque y defensa. |                |                        | •                    | •          | •           | •                                     |                                   |                               |  |  |
| Juegos alternativos, como por ejemplo: hockey escolar, ultimate, rugby escolar, colpbol etc.   |                |                        |                      |            | •           | •                                     |                                   |                               |  |  |
| Juegos cooperativos  |                |                        | •                    |            |             |                                       |                                   |                               |  |  |
| Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas.   |                |                        | •                    | •          | •           | •                                     |                                   |                               |  |  |

| UNIDADES DIDÁCTICAS       |                |                     |                       |           |            |                    |                   |                    |
|---------------------------|----------------|---------------------|-----------------------|-----------|------------|--------------------|-------------------|--------------------|
| I. Calentamiento. General | II. C.F. Salud | III. H.M.B. Multixt | IV. Juegos populares. | V. Fútbol | VI. Pallas | VII. Acróspex Corp | VIII. Rites/Relaj | IX. Act. Medio Nat |

Contenidos **1º ESO** Educación Física.

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora.  |   | • |   | • | • | • |   |   |
| Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.  |   | • | • | • |   |   |   |   |
| La actividad física y la corporalidad en el contexto social.   |   |   | • |   |   |   |   |   |
| Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.   |   |   | • |   |   |   |   |   |
| <b>Bloque 4. Expresión corporal</b>  |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.   |   |   |   |   |   | • |   |   |
| El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión.   | • |   |   |   |   | • | • |   |
| Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.   |   |   |   |   |   | • | • |   |
| Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.   |   |   |   |   |   | • |   |   |
| Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión.  |   |   |   |   |   | • |   |   |
| Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento. disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.                                  |   |   |   |   |   | • | • |   |
| <b>Bloque 5. Actividades físico-deportivas en el medio natural</b>   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc. |   |   |   |   |   |   |   | • |
| Técnicas de progresión en entornos no estables. Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc.   |   |   |   |   |   |   |   | • |

Contenidos **1º ESO** Educación Física.

| UNIDADES DIDÁCTICAS  |                |                       |                       |           |            |                              |                          |                    |
|--|----------------|-----------------------|-----------------------|-----------|------------|------------------------------|--------------------------|--------------------|
| I. Calentamiento. General  | II. C.F. Salud | III. H.M.B. Multidist | IV. Juegos populares. | V. Fútbol | VI. Pallas | VII. Acróbaticsport. ExpCorp | VIII. Ritespirac/R el aj | IX. Act. Medio Nat |
| Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo; Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc. |                |                       |                       |           |            |                              |                          | ●                  |
| Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.   |                |                       |                       |           |            |                              |                          | ●                  |

Contenidos **2º ESO** Educación Física.

| UNIDADES DIDÁCTICAS        |                            |                            |                            |                |                 |                   |                          |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------|-----------------|-------------------|--------------------------|
| UD 1. Calentamiento Sesión | UD 2. Nos ponemos en forma | UD 3. Reciclamos y jugamos | UD 4. Juegos Tradicionales | UD 5. Natación | UD 6. Atletismo | UD 7. Orientación | UD 8. Expresión Corporal |

| Bloque 1. Salud y calidad de vida  |   |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
| Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana...   | • | • | • | • | • | • | • |
| Características de las actividades físicas saludables.   | • |   |   |   |   |   |   |
| Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud. el descanso y la salud  | • |   |   |   |   |   |   |
| Técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana   |   |   |   |   |   |   | • |
| Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.                   | • | • |   |   |   |   |   |
| Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.   | • |   |   |   |   |   | • |
| El calentamiento general y específico.   | • |   |   |   |   |   |   |
| Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas.   | • | • |   |   |   |   |   |
| Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico- deportiva. La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva.                                    |   |   | • | • | • | • | • |
| Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. | • | • | • | • | • | • | • |



Contenidos **2º ESO** Educación Física.

| UNIDADES DIDÁCTICAS        |                                |                            |                            |                |                 |                   |                          |
|----------------------------|--------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------|-----------------|-------------------|--------------------------|
| UD 1. Calentamiento Sesión | UD 2. Nos proponemos y jugamos | UD 3. Reciclamos y jugamos | UD 4. Juegos Tradicionales | UD 5. Natación | UD 6. Atletismo | UD 7. Orientación | UD 8. Expresión Corporal |

| Bloque 2. Condición física y motriz   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.  | • | • | • | • | • | • | • |
| Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.  |   | • |   |   |   |   |   |
| Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz.   |   | • |   |   |   |   |   |
| Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable. Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud  |   | • |   |   |   |   |   |
| Control de la intensidad de esfuerzo.   |   | • |   |   |   |   |   |
| Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.  |   | • |   |   |   |   |   |
| Bloque 3. Juegos y deportes   |   |   |   |   |   |   |   |
| Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.   |   | • | • | • | • |   |   |
| Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos.   |   |   |   |   | • |   |   |
| Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición.   |   | • | • | • | • | • |   |
| Las fases del juego en los deportes colectivos. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción. |   | • | • |   |   |   |   |

| UNIDADES DIDÁCTICAS        |                           |                            |                            |                |                 |                   |                          |
|----------------------------|---------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------|-----------------|-------------------|--------------------------|
| UD 1. Calentamiento Sesión | UD 2. Nos ponemos a jugar | UD 3. Reciclamos y jugamos | UD 4. Juegos Tradicionales | UD 5. Natación | UD 6. Atletismo | UD 7. Orientación | UD 8. Expresión Corporal |

Contenidos **2º ESO** Educación Física.

|   |  |   |   |   |   |   |   |
|---|--|---|---|---|---|---|---|
| La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.   |  |   | • | • | • |   |   |
| Situaciones reducidas de juego.   |  | • | • |   |   |   |   |
| Juegos populares y tradicionales.   |  | • | • |   |   |   |   |
| Juegos alternativos y predeportivos   |  | • |   |   |   |   |   |
| Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo. desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. |  | • | • | • | • | • |   |
| <b>Bloque 4. Expresión corporal</b>   |  |   |   |   |   |   |   |
| Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.  |  |   |   |   |   |   | • |
| El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal.   |  |   |   |   |   |   | • |
| Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. el mimo y el juego dramático.   |  |   |   |   |   |   | • |
| Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas.  |  |   |   |   |   |   | • |
| Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva. Bailes tradicionales de Andalucía   |  |   |   |   |   |   | • |
| Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.   |  |   |   |   |   |   | • |

| UNIDADES DIDÁCTICAS        |                     |                            |                            |                |                 |                   |                          |
|----------------------------|---------------------|----------------------------|----------------------------|----------------|-----------------|-------------------|--------------------------|
| UD 1. Calentamiento Sesión | UD 2. Nos ponemos a | UD 3. Reciclamos y jugamos | UD 4. Juegos Tradicionales | UD 5. Natación | UD 6. Atletismo | UD 7. Orientación | UD 8. Expresión Corporal |

Contenidos **2º ESO** Educación Física.

| Bloque 5. Actividades físico-deportivas en el medio natural  |  |  |  |  |  |   |  |
|--|--|--|--|--|--|---|--|
| Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.  |  |  |  |  |  | • |  |
| Técnicas de progresión en entornos no estables. Técnicas básicas de orientación. Interpretación de la simbología, identificación mapa-terreno/terreno- mapa, orientación del mapa, recorridos guiados, etc. Juegos de pistas y orientación |  |  |  |  |  | • |  |
| Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.   |  |  |  |  |  | • |  |
| Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como, por ejemplo: skate, parkour, patines, etc.   |  |  |  |  |  | • |  |
| El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana. Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales                             |  |  |  |  |  | • |  |

Contenidos **3º ESO** Educación Física.

| UNIDADES DIDÁCTICAS                |             |                           |                              |                            |                            |                            |               |                    |                 |
|------------------------------------|-------------|---------------------------|------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------|--------------------|-----------------|
| UD 1. Calentamiento Espec. Combata | UD 2. P.A.S | UD 3. Met. Entrenamiento. | UD 4. Alimentación Saludable | UD 5. Bateria / Baloncesto | UD 6. Bateria / Baloncesto | UD 7. Bateria / Baloncesto | UD 8. J.J.O.O | UD 9. Coreografía. | UD 10. Escalada |

| Bloque 1. Salud y calidad de vida   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Valoración y fomento de la práctica habitual de la actividad física para la mejora de la propia condición física y motriz, y de la calidad de vida.   | ● | ● | ● |   |   |   |   |   |   |
| Características de las actividades físicas saludables.  | ● | ● | ● |   |   |   |   |   |   |
| Reconocimiento de los efectos positivos de la actividad física sobre los aparatos y sistemas del cuerpo humano y los riesgos y contraindicaciones de la práctica física.  | ● | ● | ● |   |   |   |   |   |   |
| La alimentación, la actividad física y la salud. Los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física.   |   |   | ● |   |   |   |   |   |   |
| La recuperación tras el esfuerzo. Técnicas de recuperación. ejecución de métodos y técnicas de relajación como medio para liberar tensiones   |   | ● | ● |   |   |   |   |   |   |
| Actitud crítica con las prácticas que tienen efectos negativos para la salud. Fomento y práctica de la higiene personal y los hábitos de vida saludables. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc... |   |   | ● |   |   |   |   |   |   |
| Prácticas de los fundamentos de higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.   |   |   | ● |   |   |   |   |   |   |
| Elaboración y puesta en práctica de calentamientos aplicados a una actividad física específica.   | ● |   |   |   |   |   |   |   |   |
| La responsabilidad y el respeto a las normas y a las demás personas como elementos determinantes en la consecución de objetivos grupales y la convivencia pacífica.   | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |

Contenidos **3º ESO** Educación Física.

| UNIDADES DIDÁCTICAS                |              |                           |                              |                 |                  |                         |                |                    |                 |
|------------------------------------|--------------|---------------------------|------------------------------|-----------------|------------------|-------------------------|----------------|--------------------|-----------------|
| UD 1. Calentamiento Espec. Combata | UD 2. P.A.S. | UD 3. Met. Entrenamiento. | UD 4. Alimentación Saludable | UD 5. Bádminton | UD 6. Baloncesto | UD 7. Atletismo. Ringol | UD 8. J.J.O.O. | UD 9. Coreografía. | UD 10. Escalada |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| El fomento de los desplazamientos activos.  |   | • |   |   |   |   |   |   |   |
| Protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. Norma P.A.S., soporte vital básico.   | • |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.                              | • | • | • | • | • | • | • | • | • |
| <b>Bloque 2. Condición física y motriz</b>  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Las capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.  | • | • | • | • | • | • | • | • | • |
| Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.  | • |   | • |   |   |   |   |   |   |
| Procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física y motriz. Pruebas para medir las capacidades físicas y las capacidades motrices   |   |   | • |   |   |   |   |   |   |
| Práctica autónoma de métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices enfocados hacia la salud y la vida activa.  | • |   | • |   |   |   |   |   |   |
| La condición física y motriz y su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor.  |   |   | • |   |   |   |   |   |   |
| <b>Bloque 3. Juegos y deportes</b>  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas. Deportes de raqueta como por ejemplo: bádminton, pádel, tenis de mesa, palas, etc. |   |   |   | • | • | • | • |   |   |

Contenidos **3º ESO** Educación Física.

| UNIDADES DIDÁCTICAS                  |              |                                  |   |                          |                      |   |                |                               |                         |
|--------------------------------------|--------------|----------------------------------|---|--------------------------|----------------------|---|----------------|-------------------------------|-------------------------|
| U D 1. Ca le nt a m Es pe c. Co m ba | U D 2. P A S | U D 3. M et. En tre na mi en to. | U D 4. A li m en ta c i ó n S a l u d a b l e | U D 5. B a d m i n t ó n | U D 6. B a l o n c e | U D 7. B a l o n c e A l t e r n a t i v o. R i n g o l | U D 8. J J O O | U D 9. C o r e o g r a f í a. | U D 10. E s c a l a d a |

|  |  |  |  |   |   |   |   |  |  |
|--|--|--|--|---|---|---|---|--|--|
| Juegos populares y tradicionales.  |  |  |  |   |   |   |   |  |  |
| Juegos alternativos y predeportivos. Los golpes, el interés y la motivación como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas.   |  |  |  |   |   |   | • |  |  |
| La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. Puestos específicos. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.  |  |  |  | • | • | • |   |  |  |
| Situaciones reales de juego. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. Análisis de situaciones del mundo deportivo real.   |  |  |  | • | • | • | • |  |  |
| Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.  |  |  |  |   | • | • |   |  |  |
| Procedimientos básicos de evaluación de la propia ejecución con respecto a un modelo técnico- táctico.   |  |  |  | • | • | • | • |  |  |
| La actividad física y la corporalidad en el contexto social. Orígenes del deporte e historia de los Juegos Olímpicos.  |  |  |  |   |   |   | • |  |  |
| El deporte en Andalucía.   |  |  |  | • | • | • | • |  |  |
| <b>Bloque 4. Expresión corporal</b>  |  |  |  |   |   |   |   |  |  |
| Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. |  |  |  |   |   |   | • |  |  |

Contenidos **3º ESO** Educación Física.

| UNIDADES DIDÁCTICAS  |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          |                           |
|--|--------------|----------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|
| U D 1. Calentamiento Especial. Combate   | U D 2. P.A.S | U D 3. Met. Entrenamiento. | U D 4. Alimentación saludable | U D 5. Balmón / Balmón c | U D 6. Balmón / Balmón c | U D 7. Balmón / Balmón c | U D 8. Balmón / Balmón c | U D 9. Balmón / Balmón c | U D 10. Balmón / Balmón c |
| Creación y puesta en práctica de secuencias de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. Improvisación individual y colectiva como medio de comunicación espontánea.                            |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          | •                         |
| Participación creativa en montajes artístico-expresivos y ajustada a la intencionalidad de estos.  |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          | •                         |
| El baile y la danza como manifestación artístico-expresiva. ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectivos, como por ejemplo bailes de salón, danzas del mundo, bailes latinos, etc... |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          | •                         |
| Creación en colaboración y ejecución de composiciones coreográficas individuales y colectivas con apoyo de una estructura musical.   |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          | •                         |
| Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.   |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          | •                         |
| <b>Bloque 5. Actividades físico-deportivas en el medio natural</b>   |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          |                           |
| Técnicas de progresión en entornos no estables.  |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          | •                         |
| El deporte Orientación. Elección de ruta. Lectura continua. Relocalización.  |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          |                           |
| La regulación del esfuerzo en función de las propias posibilidades.  |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          | •                         |
| Posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.  |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          | •                         |
| La oferta de práctica de actividad física y deportiva del entorno cercano.   |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          | •                         |
| El entorno como lugar común para la realización de actividades físico-deportivas, y la necesidad de conservarlo.   |              |                            |                               |                          |                          |                          |                          |                          | •                         |

Contenidos **3º ESO** Educación Física.

| UNIDADES DIDÁCTICAS   |             |                          |                              |                 |                  |              |               |                   |                 |
|---|-------------|--------------------------|------------------------------|-----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|-----------------|
| UD 1. Calentamiento Espec. Combata  | UD 2. P.A.S | UD 3. Met. Entrenamiento | UD 4. Alimentación Saludable | UD 5. Badminton | UD 6. Baloncesto | UD 7. Fútbol | UD 8. J.J.O.O | UD 9. Coreografía | UD 10. Escalada |
|   |             |                          |                              |                 |                  |              |               |                   |                 |
| Medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. |             |                          |                              |                 |                  |              |               |                   |                 |
| Cabuyería, juegos de aventura con cuerdas y juegos de escalada.   |             |                          |                              |                 |                  |              |               |                   |                 |
|   |             |                          |                              |                 |                  |              |               |                   | •               |
|   |             |                          |                              |                 |                  |              |               |                   | •               |



|  |                                 |                              |                                      |                      |  |                                    |
|--|---------------------------------|------------------------------|--------------------------------------|----------------------|--|------------------------------------|
| U D 1. A l i m e n t / h i d r a t a c i o | U D 2. S i s t e m a s . C . F. | U D 3. A c t i v i d a d e s | U D 4. P l a n A c t i v i d a d e s | U D 5. V o l e b a l | U D 6. L e s i o n e s . P r o t o c o l o s | U D 7. A c r o s p o r t B a i l e |
|--|---------------------------------|------------------------------|--------------------------------------|----------------------|--|------------------------------------|

Contenidos **4º ESO** Educación Física.

| Bloque 1. Salud y calidad de vida  |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|--|
| Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva.   | • | • |   |   |   |   |  |
| La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.   |   | • |   |   |   |   |  |
| Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc.  | • |   |   |   |   |   |  |
| La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas. La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza.  | • |   |   |   |   |   |  |
| Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.  |   | • |   |   |   |   |  |
| Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma. Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz. |   | • |   |   |   |   |  |
| Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas. el valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas. |   |   | • | • |   | • |  |
| Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana.                     |   |   |   |   | • |   |  |

Contenidos **4º ESO** Educación Física.

|   |   | UNIDADES DIDÁCTICAS                                    |                                 |                            |                                      |                        |  |                              |
|---|---|--|---------------------------------|----------------------------|--------------------------------------|------------------------|--|------------------------------|
|   |   | U D 1. A l i m e n t a c i o n / h i d r a t a c i o n | U D 2. S i s t e m a s . C . F. | U D 3. A c r o b a c i a s | U D 4. P l a n A c t i v i d a d e s | U D 5. V o l e y b a l | U D 6. L e s i o n e s . P r o t o c o l o s | U D 7. A c r o s p o r t e s |
| Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc.  |   |  |                                 |                            | •                                    | •                      |  | •                            |
| Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso. Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados. | • | •  | •                               | •                          | •                                    | •                      | •  | •                            |
| <b>Bloque 2. Condición física y motriz</b>  |   |  |                                 |                            |                                      |                        |  |                              |
| Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud.  |   | •  |                                 |                            |                                      |                        |  |                              |
| La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.  | • | •  |                                 |                            |                                      |                        |  |                              |
| Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas.  |   | •  |                                 |                            |                                      |                        |  |                              |
| Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física.   |   | •  | •                               | •                          | •                                    |                        | •  |                              |
| <b>Bloque 3. Juegos y deportes</b>  |   |  |                                 |                            |                                      |                        |  |                              |
| Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas.   |   |  | •                               | •                          | •                                    |                        |  |                              |
| Juegos populares y tradicionales.   |   |  |                                 | •                          |                                      |                        |  |                              |
| Juegos alternativos.  |   |  |                                 | •                          |                                      |                        |  |                              |
| La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades fíicodeportivas.   |   | •  | •                               | •                          | •                                    | •                      | •  |                              |

|  |                                 |                            |                                      |                        |  |                                    |  |  |
|--|---------------------------------|----------------------------|--------------------------------------|------------------------|--|------------------------------------|--|--|
| U D 1. A l i m e n t / h i d r a t a c i o | U D 2. S i s t e m a s . C . F. | U D 3. A c r o b a c i a s | U D 4. P l a n A c t i v i d a d e s | U D 5. V o l e y b a l | U D 6. L e s i o n e s . P r o t o c o l o | U D 7. A c r o s p o r t B a i l e |  |  |
|--|---------------------------------|----------------------------|--------------------------------------|------------------------|--|------------------------------------|--|--|

Contenidos **4º ESO** Educación Física.

|   |  |   |   |   |  |   |  |  |
|---|--|---|---|---|--|---|--|--|
| Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración-oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambiando de los diferentes papeles con continuidad... |  |   | • | • |  |   |  |  |
| La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones. Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices.   |  |   | • | • |  |   |  |  |
| Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores. Las características de cada participante. Los factores presentes en el entorno.  |  | • | • | • |  | • |  |  |
| Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.  |  |   | • |   |  |   |  |  |
| Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.  |  | • | • | • |  | • |  |  |
| Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como de espectador/a.  |  | • | • | • |  | • |  |  |
| <b>Bloque 4. Expresión corporal</b>   |  |   |   |   |  |   |  |  |
| Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal.  |  |   |   |   |  | • |  |  |
| Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas.   |  |   |   |   |  | • |  |  |
| Diseño y realización de los montajes artístico- expresivos como por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc...  |  |   |   |   |  | • |  |  |

|  |   |   |  |   |  |   |
|--|---|---|--|---|--|---|
| U<br>D<br>1.<br>A<br>l<br>i<br>m<br>e<br>n<br>t<br>/<br>h<br>i<br>d<br>r<br>a<br>t<br>a<br>c<br>i<br>o | U<br>D<br>2.<br>S<br>i<br>s<br>t<br>e<br>m<br>a<br>s<br>·<br>C.<br>F. | U<br>D<br>3.<br>A<br>c<br>t<br>i<br>v<br>i<br>d<br>a<br>d<br>e<br>s | U<br>D<br>4.<br>P<br>l<br>a<br>n<br>A<br>c<br>t<br>i<br>v<br>i<br>d<br>a<br>d<br>e<br>s<br>P<br>r<br>i<br>n<br>c<br>i<br>p<br>a<br>l<br>e<br>s | U<br>D<br>5.<br>V<br>o<br>l<br>e<br>b<br>a<br>l<br>e<br>s | U<br>D<br>6.<br>L<br>e<br>s<br>i<br>o<br>n<br>e<br>s<br>P<br>r<br>o<br>t<br>o<br>c<br>o<br>l<br>o<br>s | U<br>D<br>7.<br>A<br>c<br>t<br>i<br>v<br>i<br>d<br>a<br>d<br>e<br>s<br>P<br>r<br>o<br>t<br>o<br>c<br>o<br>l<br>o<br>s |
|--|---|---|--|---|--|---|

Contenidos **4º ESO** Educación Física.

| Bloque 5. Actividades físico-deportivas en el medio natural  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo: escalada, vela, kayaks, etc... |  |  |  |  |  |  |  |
| Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía.   |  |  |  |  |  |  |  |
| La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes.   |  |  |  |  |  |  |  |
| Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura.  |  |  |  |  |  |  |  |
| Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura.  |  |  |  |  |  |  |  |
| Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural.  |  |  |  |  |  |  |  |
| Fomento de los desplazamientos activos.  |  |  |  |  |  |  |  |
| Sensibilización de los efectos de las diferentes actividades físicas realizadas en el medio natural y su relación con la forma de vida, la salud y la calidad de vida.   |  |  |  |  |  |  |  |
| Fomento de hábitos y actitudes de conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano.  |  |  |  |  |  |  |  |

UNIDADES DIDÁCTICAS

|  |  |   |   |   |  |                                       |                                       |                                  |
|--|--|---|---|---|--|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|
| U<br>D<br>1.<br>M<br>e<br>d<br>i<br>c<br>i<br>n<br>a | U<br>D<br>2.<br>P<br>l<br>a<br>n<br>e<br>a<br>d<br>o | U<br>D<br>3.<br>H<br>a<br>b.<br>S<br>a<br>l<br>u<br>d | U<br>D<br>4.<br>J<br>u<br>e<br>g.<br>C<br>o<br>o<br>p<br>e<br>r<br>a<br>t | U<br>D<br>5.<br>T<br>o<br>r<br>n<br>e<br>o<br>D<br>e<br>p.<br>o | U<br>D<br>6.<br>A<br>F<br>M<br>N<br>a<br>t<br>o<br>r<br>i<br>a | U<br>D<br>7.<br>B<br>a<br>i<br>l<br>e | U<br>D<br>8.<br>C<br>i<br>r<br>c<br>o | U<br>D<br>9.<br>Y<br>o<br>g<br>a |
|--|--|---|---|---|--|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|

Contenidos **1º BACHILLERATO** Educación Física.

| Bloque 1. Salud y calidad de vida   |   |   |   |   |   |   |  |   |
|---|---|---|---|---|---|---|--|---|
| Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud. Relación ingesta y gasto calórico. Análisis de la dieta personal. Dieta equilibrada.  | • | • |   |   |   |   |  |   |
| Fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. Práctica regular de diferentes técnicas de respiración y relajación.   |   | • |   |   |   |   |  | • |
| Características de las actividades físicas saludables.  |   | • |   |   |   |   |  |   |
| Las actividades físicas como recurso de ocio activo y saludable.  |   | • |   |   |   |   |  |   |
| Formulación de objetivos en un programa de actividad física para la salud.  | • |   |   |   |   |   |  |   |
| Elaboración de diseños de prácticas de actividad física en función de las características e intereses personales del alumnado. La actividad física programada.  | • |   |   |   |   |   |  |   |
| Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.  | • | • | • | • | • | • |  | • |
| Asociacionismo, práctica programada de actividad física, voluntariado, etc. Entidades deportivas y asociaciones andaluzas.  |   |   |   | • |   |   |  |   |
| Valoración de los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas las actividades físicas y sus posibilidades profesionales futuras. Identificación de los aspectos organizativos de las actividades físicas y los materiales y recursos necesarios. Las profesiones del deporte y oferta educativa en Andalucía. |   |   |   | • |   |   |  |   |
| Concienciación de los efectos negativos que tienen algunas prácticas de actividad física para la salud individual o colectiva y fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. El doping, el alcohol, el tabaco, etc.                                  |   | • |   |   |   |   |  |   |

UNIDADES DIDÁCTICAS

|  |  |  |  |   |  |                                       |                                       |                                  |
|--|--|--|--|---|--|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|
| U<br>D<br>1.<br>M<br>e<br>d<br>i<br>c<br>i<br>n<br>a | U<br>D<br>2.<br>P<br>l<br>a<br>n<br>e<br>a<br>c<br>i<br>o<br>n | U<br>D<br>3.<br>H<br>a<br>b<br>i<br>t<br>u<br>d<br>e | U<br>D<br>4.<br>J<br>u<br>e<br>g<br>o<br>s | U<br>D<br>5.<br>T<br>o<br>r<br>n<br>e<br>o<br>s | U<br>D<br>6.<br>A<br>F<br>M<br>N<br>a<br>t<br>i<br>c<br>i<br>d<br>a<br>d | U<br>D<br>7.<br>B<br>a<br>i<br>l<br>e | U<br>D<br>8.<br>C<br>i<br>r<br>c<br>o | U<br>D<br>9.<br>Y<br>o<br>g<br>a |
|--|--|--|--|---|--|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|

Contenidos **1º BACHILLERATO** Educación Física.

|   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| <p>La responsabilidad y la gestión de riesgos asociados a las actividades físicas y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Identificación y uso de materiales y equipamientos para la actividad física y deportiva atendiendo a las especificaciones técnicas. Conocimiento y aplicación de las normas de uso y seguridad de los mismos.</p> | • | • | • |   | • |   |   |  |
| <p>Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. Actividades de sensibilización hacia distintos tipos de discapacidad.</p>   |   |   |   | • |   |   |   |  |
| <p>Criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. Fuentes de documentación fiable en el ámbito de la actividad física. Tratamiento de información del ámbito de la actividad física con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.</p>                               | • | • | • | • | • | • | • |  |
| <p>Aplicaciones para dispositivos móviles. Datos obtenidos de una ruta de BTT y/o senderismo (GPS, desnivel positivo, negativo, perfil, etc.), aplicaciones de control para el trabajo de las capacidades físicas y motrices, etc.</p>  |   |   |   |   | • |   |   |  |
| <b>Bloque 2. Condición física y motriz</b>  |   |   |   |   |   |   |   |  |
| <p>Los niveles de condición física dentro de los márgenes saludables.</p>   | • | • |   |   |   |   |   |  |
| <p>La responsabilidad de la puesta en práctica de un programa de actividades físicas personalizado.</p>   |   | • |   |   |   |   |   |  |
| <p>Las capacidades físicas y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas en relación con la salud.</p>  | • | • | • |   |   |   |   |  |

UNIDADES DIDÁCTICAS

|                          |                                |                         |                                 |                           |                      |                  |                  |                |
|--------------------------|--------------------------------|-------------------------|---------------------------------|---------------------------|----------------------|------------------|------------------|----------------|
| U D 1. M e d i c o s C F | U D 2. P l a n. E n t m n t o. | U D 3. H a b. S a l u d | U D 4. J u e g. C o o p e r a t | U D 5. T o r n e o D e p. | U D 6. A F M N a t . | U D 7. B a i l e | U D 8. C i r c o | U D 9. Y o g a |
|--------------------------|--------------------------------|-------------------------|---------------------------------|---------------------------|----------------------|------------------|------------------|----------------|

Contenidos **1º BACHILLERATO** Educación Física.

|   |   |   |   |   |   |  |   |   |
|---|---|---|---|---|---|--|---|---|
| Planes y programas de entrenamiento de la condición física y motriz en relación con la salud. El programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y recuperación. Evaluación del nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física. Reorientación de los objetivos y/o las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado |   | • |   |   |   |  |   |   |
| Técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. La fatiga y el cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades físicas que requieren altos niveles de atención o esfuerzo.   |   | • | • |   |   |  |   | • |
| Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas.   | • | • |   | • |   |  | • | • |
| <b>Bloque 3. Juegos y deportes</b>  |   |   |   |   |   |  |   |   |
| Habilidades específicas y/o especializadas de juegos y deportes individuales que respondan a los intereses del alumnado y al entorno del centro.  |   |   | • | • |   |  |   |   |
| Habilidades específicas y/o especializadas apropiadas a los condicionantes generados por los compañeros y compañeras, y los adversarios y adversarias en las situaciones colectivas.  |   |   | • | • |   |  |   |   |
| Situaciones motrices en un contexto competitivo. Acciones que conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición.   |   |   | • | • |   |  |   |   |
| Deportes de raqueta y/o de lucha. Actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición.  |   |   | • | • |   |  |   |   |
| Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. Los sistemas de juego. Los sistemas de juego de los deportes de colaboración-oposición como sistemas inestables.   |   |   | • | • |   |  |   |   |
| Oportunidad y riesgo de las acciones propias en las actividades físico-deportivas.  |   |   | • | • | • |  |   |   |

UNIDADES DIDÁCTICAS

|  |  |   |   |  |   |                                       |                                       |                                  |
|--|--|---|---|--|---|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|
| U<br>D<br>1.<br>M<br>e<br>d<br>i<br>o<br>s<br>C<br>F | U<br>D<br>2.<br>P<br>l<br>a<br>n.<br>E<br>n<br>t<br>m<br>e<br>n<br>t<br>o. | U<br>D<br>3.<br>H<br>a<br>b.<br>S<br>a<br>l<br>u<br>d | U<br>D<br>4.<br>J<br>u<br>e<br>g.<br>C<br>o<br>o<br>p<br>e<br>r<br>a<br>t | U<br>D<br>5.<br>T<br>o<br>r<br>n<br>e<br>o<br>D<br>e<br>p. | U<br>D<br>6.<br>A<br>F<br>M<br>N<br>a<br>t<br>. | U<br>D<br>7.<br>B<br>a<br>i<br>l<br>e | U<br>D<br>8.<br>C<br>i<br>r<br>c<br>o | U<br>D<br>9.<br>Y<br>o<br>g<br>a |
|--|--|---|---|--|---|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|

Contenidos **1º BACHILLERATO** Educación Física.

|  |  |  |   |   |   |   |   |  |
|--|--|--|---|---|---|---|---|--|
| La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas.   |  |  | • | • | • |   |   |  |
| Estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptadas a las características de las personas participantes.  |  |  | • | • | • |   |   |  |
| <b>Bloque 4. Expresión corporal</b>  |  |  |   |   |   |   |   |  |
| Realización de composiciones o montajes artísticos-expresivos individuales y colectivos, como por ejemplo: representaciones teatrales, musicales, actividades de circo, acrosport, etc.  |  |  |   |   |   | • | • |  |
| Realización de composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustados a una intencionalidad estética o expresiva.   |  |  |   |   |   | • | • |  |
| Acciones motrices orientadas al sentido del proyecto artístico-expresivo.  |  |  |   |   |   | • | • |  |
| Reconocimiento del valor expresivo y comunicativo de las manifestaciones artístico-expresivas propias de Andalucía.  |  |  |   |   |   | • | • |  |
| <b>Bloque 5. Actividades físico-deportivas en el medio natural</b>   |  |  |   |   |   |   |   |  |
| Programación y realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo ruta de BTT, raids de aventura, acampada, vela, kayaks, surf, etc. |  |  |   |   |   | • |   |  |
| Desarrollo de técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.   |  |  |   |   |   | • |   |  |
| Sensibilización y respeto hacia las normas de cuidado del entorno en el que se realizan las actividades físicas. Sensibilización y respeto hacia las normas básicas de uso de los espacios para prácticas de actividades físicas en el medio natural.            |  |  |   |   |   | • |   |  |
| Toma de conciencia y sensibilización del potencial de Andalucía como escenario para la práctica de actividades físicas en el medio natural.  |  |  |   |   |   | • |   |  |



### **3.1.- Consideraciones generales sobre los contenidos del área/materias.**

El número de sesiones disponibles puede variar dependiendo del horario de cada grupo y donde caigan los días festivos.

Por otra parte, la distribución propuesta puede alterarse por posibles inclemencias climatológicas o por circunstancias pedagógicas y didácticas no contempladas.

La distribución siguiente responde a diversos criterios:

- **Lógica interna:** por ejemplo, la unidad dedicada a trabajar la concepción higiénica del movimiento (ejecución técnica adecuada, prevención de riesgos...) son las primeras situaciones motrices individuales que se plantea con el objeto de conseguir una transferencia al resto de situaciones deportivas planteadas en el curso
- **Coherencia interna del proyecto:** las unidades de entrenamiento están situadas en el primer trimestre como exponente de aquello que deberían realizar los alumnos durante todo el curso, abriendo la posibilidad de establecer contratos con aquellos alumnos con una condición física y motriz baja durante todo el curso.
- **Climáticas:** por ejemplo, las unidades de Actividades en el Medio Natural han sido ubicada en junio por ser un momento donde el entorno natural presenta una situación óptima para el disfrute del mismo, tanto desde un punto de vista estético (flora y fauna) así como la disminución del riesgo pluvioso.
- **De gestión de recursos:** secuenciar las unidades didácticas una tras otra para hacer un uso más eficiente de los recursos materiales.
- **De transferencia del aprendizaje;** por ejemplo, las unidades de Crossfit y CF Salud se disponen consecutivamente para que lo aprendido en los métodos de entrenamiento de las capacidades físicas básicas en CF y Salud pueda ser transferido al Crossfit.

|      | 1º ESO  | 2º ESO   | 3º ESO  | 4º ESO  | 1º BACHILLERATO   |
|------|---|--|---|---|---|
| 1º T | UD1.Calentam. General.<br>UD2. C.F Salud.<br>UD3.HMB. Multideportes.                          | UD1.El calentamiento y la sesión EF.<br>UD2. En forma.<br>UD3.Reciclamos y jugamos | UD1. Condición Física. Salud. Comba,<br>UD2.PAS.<br>UD3.Método Entrenamiento.<br>UD4. Alimentación Saludable. | UD1. Alimentación. Hidratación.<br>UD2. Sistemas C.F.<br>UD 3. Acrobacias,                                | UD1.Medimos nuestra C.F.<br>UD2.Planificamos nuestro entrenamiento.<br>UD3. Hábitos Saludables. |
| 2º T | UD4.Juegos populares.<br>UD5. Palas.<br>UD6. Colpbol.   | UD4. Juegos Tradicionales.<br>UD5.Natación.<br>UD6. Atletismo.                     | UD5. Badminton.<br>UD6. Baloncesto/Balomanano.<br>UD7.Deportes Alternativos. Ringol.                          | UD 4. Planificación. Actividades. Grupales.<br>UD 5. Volleyball,<br>UD 6. Lesiones. Protocolos actuación. | UD4. Jueg.Cooperativos.<br>UD5.Torneos Deportivos.<br>UD6.Actividad Física Medio Natural        |
| 3º T | UD7. Acrosport. Exp. Corp.<br>U.D8.Respiración/Relajación.<br>UD9. Actividades Medio Natural. | UD7. Orientación.<br>UD8.Expresión Corporal.                                       | UD8.JJOJ.<br>UD9. Coreografía.<br>UD10. Escalada.   | UD 7. Acrosport. Baile.   | UD7.Somos monitores de Baile.<br>UD8. Montamos un circo.<br>UD9. Yoga, masaje y Pilates,        |

### **3.2.- Tratamiento de otros contenidos transversales.**

En la Orden 15/01/202 se establecen unos elementos transversales al currículo que complementan los establecidos en el artículo 6 del Real Decreto 1105/2014, en coordinación con la educación en valores del artículo 39 de la Ley de Educación de Andalucía.

Dichos contenidos transversales se trabajarán conjuntamente junto con los contenidos específicos del área en la Educación Secundaria y Bachillerato y son:

- a) Respeto a los derechos y libertades fundamentales
- b) Constitución Española y Autónoma Andaluza
- c) Igualdad hombres y mujeres
- d) Hábitos de vida saludable y deportiva
- e) Educación Vial
- f) Educación para el consumo
- g) Salud laboral
- h) Respeto a la diversidad e interculturalidad
- i) Respeto al medio ambiente
- j) Desarrollo de la competencia motriz, así como utilización responsable del ocio y el tiempo libre

### 3.3. Tratamiento interdisciplinar de los contenidos. Relación con otras materias

Se puede constatar, a modo de ejemplo, algunos contenidos de las distintas áreas curriculares que también se trabajan en el área de E.F.

#### **Lengua Castellana y Literatura**

- Guión de actividades de representación (contenidos de expresión corporal).
- Lecturas: historia de los deportes.
- Comunicación gestual en las unidades didácticas “Juegos expresivos” “Juegos Populares”.

#### **Educación Plástica y Visual**

- Tratamiento de la imagen.
- Diseño de maquillaje en actividades expresivas.
- Decoración del material autoconstruido (orientación).
- Diseño de planos para Juegos de Orientación.

#### **Matemáticas**

- Medición del espacio y tiempo.
- Orientación espacial.
- Direcciones, ejes y planos.
- Puntuaciones o tanteos.

#### **Música**

- Danzas del mundo; Sevillanas.
- Composiciones coreográficas.

#### **Biología**

- Aspectos relativos a la salud y calidad de vida.
- Hábitos higiénicos.
- Hábitos de una buena alimentación.
- Aspectos anatómicos y fisiológicos del cuerpo humano.
- Actividades en la naturaleza: normas para la conservación del medio urbano y natural.

#### **Ciencias Sociales**

- Aspectos culturales del municipio.
- Aspectos geográficos del municipio.
- Composición de los organismos deportivos locales.

## **4.- COMPETENCIAS CLAVES**

### **4.1. Contribución a la adquisición de las competencias claves.**

La L.O.M.C.E. define las competencias clave de acuerdo a la Unión Europea como “aquellas que todas las personas precisan para su realización y desarrollo personal, así como para la ciudadanía activa, la inclusión social y el empleo”.

En el currículo oficial de la materia se establece la contribución de la misma a la adquisición de las competencias clave en el cumplimiento de los criterios de evaluación. En nuestra área se realizará una vinculación de las distintas unidades didácticas y las probables aportaciones de éstas a las competencias clave.

Las competencias son las siguientes:

- Comunicación lingüística
- C. Matemática
- C. Básicas en ciencias y tecnología
- C. Digital
- Aprender a aprender
- CC. Sociales y cívicas
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor
- Conciencia y expresiones culturales

## **5.- METODOLOGÍA**

### **5.1.- Consideraciones generales y estrategias metodológicas en el área/materias.**

Los estilos de enseñanza-aprendizaje y las estrategias metodológicas utilizadas generarán climas de aprendizaje que contribuyan óptimamente al desarrollo integral del alumnado y a la mejora de su calidad de vida. Es esencial que el profesorado de Educación Física desarrolle y aplique una gama suficiente de estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje, que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave adaptándose al grupo, a cada alumno y alumna y a los contenidos a trabajar. Se utilizarán tanto técnicas de reproducción de modelos como de indagación, siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, autonomía, confianza, creatividad y participación del alumnado. Se buscará desarrollar distintas habilidades y estilos cognitivos.

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

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

En relación a la realización de las tareas se buscará implicar responsablemente al alumnado en su proceso de aprendizaje, promoviendo el establecimiento de sus propias metas y orientándolo hacia la autonomía en la organización y realización del trabajo. Se diseñarán actividades variadas, de interés para el alumnado y que requieran de su implicación, ofreciéndole posibilidades de elección desarrollando así, en mayor grado, la capacidad de responsabilidad y de elección. El alumnado podrá participar en la toma de decisiones sobre las normas de clase, la elección de actividades y la evaluación, entre otros aspectos, además de asumir diferentes roles en la realización de las tareas. En relación a la evaluación, se fomentará la evaluación compartida, promoviendo también la autoevaluación del alumnado.

La Educación Física proporcionará al alumnado técnicas de concentración, relajación, toma de conciencia, gestión y autorregulación emocional, aplicables a la vida cotidiana.

Se reconocerá y apoyará el progreso del alumnado, partiendo y respetando sus características individuales. Se debe tener en cuenta la importancia del conocimiento de resultados para la motivación del

alumnado en su progreso y evolución, por lo que se utilizarán diferentes tipos de feedback adaptados a cada persona y a cada situación. La equidad del profesorado va a favorecer una visión positiva del alumnado hacia la práctica física y su aprendizaje, eliminando estereotipos sobre la misma.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se deben minimizar los posibles riesgos y se deberán implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad deberán tenerse en cuenta los riesgos asociados al uso de las tecnologías de la información y la salvaguarda de la privacidad del alumnado. Para ello se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo de esta etapa.

Como ya se ha expresado, para el desarrollo de los contenidos de esta materia cobra especial importancia la realización de actividades complementarias o extraescolares, pudiéndose establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno, así como la colaboración con las familias del alumnado. La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los espacios naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia en cuanto a la adquisición de hábitos de vida saludable y mejora de la calidad de vida.

Será necesaria la evaluación de todos los elementos y factores implicados en el proceso de enseñanza y aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

Los contenidos de la E.F. tienen una diferenciación y especificidad muy evidente que hace necesario una didáctica específica de la E.F. y el deporte.

La problemática metodológica en la enseñanza de la E.F. es diferente a la del aula y presenta unos niveles mayores de complejidad en lo que se refiere al aspecto organizativo de la clase, y a la vez ofrece unas oportunidades sin par para el desarrollo de las relaciones sociales y afectivas.

En función de los pilares fundamentales sobre los que se construirá el currículo de ESO y Bachillerato, se extraen una serie de consecuencias metodológicas válidas para todo el curso:

**Globalidad** en el Primer Ciclo de ESO, siendo el juego el eje entorno al cual giran todos los contenidos, luego utilizaremos el juego como estrategia metodológica, confiriéndole un tratamiento especial, más interesante.

**Especificidad** en el Segundo Ciclo de ESO y Bachillerato, respondiendo a la necesidad de profundizar en los contenidos.

**Generalidad y variedad**, sobre todo en Primer ciclo de ESO, de nuevo la consecuencia va a ser la creación de un currículo más atractivo y motivante para los alumnos además el aprendizaje será vivenciado con lo cual será más significativo.

**Sistematización** en Segundo Ciclo de ESO y Bachillerato, analizando ejercicios y descubriendo su técnica para adaptarse a un trabajo específico.

Creación de una serie de hábitos de comportamiento y de trabajo en relación a la E.F. Como consecuencia seremos estrictos en el establecimiento y cumplimiento de las normas, tanto de clase como de seguridad, sobre todo al principio de curso. Partimos de la convicción de que el orden en clase no está opuesto a la diversión, sin embargo, es posible, que si no hay orden no haya aprendizajes.

**Respeto** entre los compañeros, no se permitirá bajo ningún concepto actitudes discriminatorias, faltas de respeto etc... Se debe crear un clima de aula donde los alumnos se sientan bien, donde sepan que no van a ser ridiculizados, ni amonestados por sus actuaciones, sino todo lo contrario, serán animados a que jueguen, a que practiquen y a que aprendan.

**Seguridad** evitando cualquier situación de riesgo para la salud de los alumnos y alumnas. De este modo partiremos de su nivel de desarrollo motor y evitaremos ejercicios contraindicados para su nivel de capacidad. Deberán aprender desde el primer momento, desde la primera unidad didáctica cuales son las normas para realizar actividad física segura y saludable. No se plantearán ejercicios que sobrepasen sus limitaciones físicas, desde el punto de vista de la intensidad, del tiempo de ejecución, del material utilizado... Se vigilará que el material y las instalaciones estén en óptimas condiciones para ser utilizado.

### **Factores condicionantes del aprendizaje en Educación física**

Para poder reflejar en nuestra programación medidas que acerquen la enseñanza a las características de cada alumno debemos definir cuáles son los factores que van a condicionar el aprendizaje. El ritmo de dicho aprendizaje viene marcado por:

**Grado de desarrollo motor.** Además del desarrollo intelectual, que afecta al aprendizaje en la mayor parte de las materias, el grado de maduración motriz de nuestros alumnos a estas edades es un factor de gran importancia.

Este período, caracterizado por el inicio de la adolescencia, está marcado por la aparición de notables diferencias de desarrollo evolutivo entre nuestros alumnos. Si en los años anteriores existía un nivel de desarrollo más o menos homogéneo, es en estas edades cuando empiezan a aparecer diferencias individuales, fruto de la variedad en la rapidez de crecimiento entre unos y otros. En estas edades, las chicas experimentan un mayor desarrollo, especialmente de las capacidades coordinativas, siendo más tardío el de los chicos.

Además de los rasgos propios del sexo, el desarrollo se manifiesta de forma distinta entre nuestros alumnos, dando origen a notables diferencias individuales. Aunque todos los alumnos tengan la



misma edad biológica, podemos encontrar casos en los que ya se haya dado el estirón y se produzca un rendimiento motor de gran eficacia, junto a otros en los que apenas se noten diferencias respecto al año anterior, por darse un desarrollo más lento. Es frecuente encontrar dos alumnos con la misma edad y con niveles de desarrollo diferenciados: uno alto, con los rasgos puberales característicos ya definidos (cambio en las proporciones corporales, aumento de estatura, mayor rendimiento en cuanto a capacidades físicas, desarrollo de los rasgos sexuales) y otro en los que todavía no se hayan producido.

No podemos, por tanto, establecer un mismo nivel de exigencia para todos los casos, ya que irá en perjuicio de aquellos alumnos con un nivel de desarrollo más lento.

**Características individuales.** El factor genético no sólo afecta a la velocidad en el desarrollo. Hay alumnos mejor dotados de forma innata para la actividad física que otros.

Cada día son más frecuentes los casos de asma y alergias entre nuestros alumnos; esto condiciona su rendimiento, especialmente en cuanto a la eficacia cardiorrespiratoria, por causas ajenas a su voluntad. La adaptación de la tarea a sus posibilidades evita aumentar la sensación de fracaso que el alumno encuentra al estar limitado.

**Experiencias previas.** La eficacia en las tareas puede venir también motivada por el bagaje motriz que cada alumno/a tenga tras de sí. Algunos alumnos han recibido una Educación física correctamente adaptada a sus posibilidades evolutivas en etapas anteriores, o vienen practicando aprendizajes de habilidades específicas, especialmente a través de la práctica deportiva en clubes, mientras que otros están condicionados porque su aprendizaje no ha sido tan notable al no haber realizado actividades aparte de la Educación física escolar o haber sido está limitada o no adecuada a su nivel de desarrollo. Hemos de resaltar en este último caso la incidencia que en nuestros alumnos pueden tener las experiencias negativas anteriores, generando un temor o recelo ante la actividad que puede ser superado con una adecuada orientación de la enseñanza.

El entorno que rodea al alumno/a tanto social como familiar, también condiciona su disposición y motivación hacia la práctica de actividades físicas.

Los factores indicados determinan las características y posibilidades de cada uno/a de nuestros alumnos frente a la materia. Por supuesto, no podemos analizarlos o pretender aislarlos entre sí, ya que suelen darse interrelaciones entre los mismos. Debemos tenerlos en cuenta para evitar un sesgo no determinado por la voluntad del chico, sino por factores que condicionan su actividad. El planteamiento del proceso de enseñanza debe atender a las posibilidades de aprendizaje del alumno. Hemos de destacar que en la atención a la diversidad no debemos centrarnos solamente en aquellos casos que supongan un retraso en el aprendizaje respecto a la media de los alumnos, sino también en todos aquellos que, por sus características genéticas y de desarrollo o por sus experiencias previas, presenten una mayor facilidad para la asimilación y ejecución de tareas.

La tendencia hacia la individualización de la enseñanza debe incidir sobre todos los alumnos, favoreciendo el refuerzo de los aprendizajes en aquellos casos con dificultades y evitando el estancamiento en los alumnos/as más favorecidos

## **Intervención didáctica en el aula**

En el desarrollo práctico de la sesión de E.F., el docente debe tomar una serie de decisiones en relación a la técnica de enseñanza, organización-control (de los alumnos y alumnas, de las actividades, del espacio y del tiempo), clima de aula, estrategia en la práctica y recursos a utilizar, de este modo se irá conformando el estilo de enseñanza de docente más adecuado para el aprendizaje de los contenidos.

### **a) Técnica de enseñanza**

A lo largo del curso iremos progresando de una técnica de enseñanza basada en la instrucción directa, donde el alumnado repetirá los modelos de ejecución propuestos por el docente, hacia una técnica de enseñanza basada en la indagación, donde los alumnos y alumnas deberán buscar sus propias soluciones. La información inicial de la tarea será breve y sencilla.

### **b) Organización y control**

#### **- De los alumnos**

A lo largo del curso del curso iremos progresando de una organización de tipo formal, donde la mayoría de las decisiones las tomará el docente, como ocurre en las unidades didácticas diseñadas para el primer trimestre; hacia una organización de tipo semiformal, donde los alumnos y alumnas tomarán algunas decisiones, se plantearán circuitos por estaciones, habrá mayor libertad; incluso para algunas unidades didácticas se plantea una organización de tipo informal, donde los alumnos y alumnas toman todas las decisiones, por ejemplo cuando exploren las posibilidades de los materiales alternativos y juegos expresivos.

Los alumnos se van a organizar de forma individual, grupal y masiva. Será la grupal la organización más habitual. Procuraremos en la medida de lo posible la creación de grupos mixtos. También utilizaremos criterios aleatorios para formar grupos, por ejemplo, color de la ropa, el juego de los paquetes o reparto de números.

#### **-De las actividades**

Las actividades en primero de ESO tienden a ser de carácter general y único para todos los alumnos y alumnas. De esta manera se ejerce un mayor control de la actividad de clase y se evitan conductas disruptivas. Conforme avancemos, de forma horizontal (a lo largo del año escolar) o vertical

(los cursos superiores) se irán planteando actividades donde los alumnos y alumnas puedan elegir según su nivel de ejecución.

### **-Del tiempo**

Las clases van a tener una duración real de unos 50 minutos. Se dividen en tres partes: inicial, se dan explicaciones teóricas y se realiza el calentamiento; intermedia, donde se trabajan los contenidos propios de la sesión; final, donde se realiza actividades de vuelta a la calma, actividades de reflexión, aseo, y lista de asistencia.

Las tareas serán de ejecución simultánea para optimizar el tiempo útil de compromiso motor. Cuando la ejecución sea de tipo alternativo, se intentará que la pareja observe y analice a su compañero o compañera. Cuando la ejecución sea de tipo consecutivo, se intentará que el tiempo de espera sea el menor posible. Cuando la intensidad de las actividades sea alta será conveniente el planteamiento de una ejecución de tipo consecutivo donde haya turnos de espera, para que de esta forma el alumnado descanse, por ejemplo, en juegos de relevos.

### **-Del espacio:**

La ubicación del alumnado en el espacio debe ser aquella que nos permita un buen control de los mismos. Intentaremos que todos estén en nuestro campo de visión. Además, hay que tener en cuenta la ubicación del alumnado en el espacio para evitar accidentes, choques, golpes, etc.

### **c) Clima de aula**

El clima de aula debe ser positivo, el alumnado debe sentirse en un ambiente de afecto y confianza. Pero además deben comprender que las clases de E.F. para que funcionen deben estar sujetas a unas normas que se han de cumplir. De nuevo se insiste en el respeto a los compañeros y compañeras de clase. No se debe coartar la actuación de ningún alumno o alumnos, sino todo lo contrario, para lo cual el docente deberá tener expectativas de éxito en todo momento y convertirse en dinamizador de la clase, procurando atender a todos los alumnos, dando conocimiento de resultados de tipo positivo y dialogando con el alumnado y favoreciendo las relaciones sociales entre los alumnos y alumnas.

### **d) Estrategia en la práctica**

La estrategia en la práctica va a estar muy mediatizada por el contenido que se vaya a trabajar. Sea de corte global o analítico, por regla general utilizaremos la combinación global-analítico-global.

### **e) Recursos didácticos**

Deben ajustarse al currículo planificado. En líneas generales podemos indicar que se va a utilizar una gran cantidad y variedad de material. Todo tipo de pelotas, balones reglamentarios de los deportes,

material alternativo, maquillaje, planos y brújulas, colchonetas, picas, espalderas, bancos suecos, raquetas, etc. Esto incide además en la motivación del alumno.

## **f) Instalaciones**

Las instalaciones más utilizadas van a ser las específicas de E.F., es decir, la pista polideportiva y el gimnasio, además de patios anexos como espacios no convencionales. Aunque también vamos a utilizar el aula propia de cada grupo para sesiones teóricas.

### **Estilos de enseñanza**

En función de los aspectos metodológicos que se van a proponer los estilos de enseñanza que se plantearán serán:

Tradicionales, fundamentalmente la asignación de tareas, durante el primer trimestre.

Individualizadores: poco a poco, y de forma progresiva, a lo largo del curso se irán diseñando tareas donde los alumnos y las alumnas tengan la posibilidad de elección, además de adaptar algunas propuestas a sus posibilidades.

Participativos, fundamentalmente la enseñanza recíproca, de tal modo que en muchas actividades realizadas en pareja irán acompañadas de una hoja de observación sistemática muy sencilla, para que los alumnos y alumnas se evalúen recíprocamente. En algunas unidades didácticas, donde los alumnos y alumnas formen grupos estables se realizará una evaluación de cada uno de los componentes por parte de resto de miembros del grupo, sobre todo en aspectos actitudinales, de esta forma fomentaremos la reflexión grupal y el diálogo.

Socializadores. Siempre van a estar presentes desde la primera sesión del curso, en el establecimiento de las diez normas fundamentales del curso. Cada vez que surja un conflicto se deberá llegar a una solución dialogada...

Cognoscitivos. Conforme vayan apareciendo los juegos complejos de cooperación y cooperación-oposición, estos estilos irán adquiriendo importancia. Destacar la resolución de problemas en juegos predeportivos, conceptos tácticos de actividades deportivas más concretas.

Creativos. Al requerir organizaciones de los alumnos y alumnas de tipo informal irán apareciendo a lo largo de la segunda mitad del curso. La libre exploración en las unidades didácticas relacionadas con los juegos deportivos, la metáfora expresiva y la creatividad corporal mediante las unidades didácticas de danza, malabares y acrosport...

## **5.2.- Fomento de la lectura.**

En este apartado damos respuesta al D 327/2010 de 13 de julio, en el art.29 establece que las Programaciones Didácticas de todas las áreas incluirán actividades en las que el alumno/ a deberá leer y escribir, y expresarse de forma oral.

El departamento de Educación Física colaborará en el desarrollo de la competencia lectora del alumnado del Centro e incorpora la lectura como instrumento fundamental de aprendizaje.

**Objetivos:** Se pretende que el alumnado sea capaz de:

- Leer con distintos propósitos (informarse, aprender, participar en la vida social, disfrutar...)
- Ser capaz de comprender diferentes tipos de textos.
- Ser capaz de distinguir lo importante.
- Hacer deducciones y elaborar hipótesis.
- Relacionar el texto con conocimientos previos.
- Relacionar el texto con experiencias personales.

**¿Cómo conseguir estos objetivos?**

- Leer un texto de forma guiada, al menos, por cada unidad didáctica.
- Utilizar estrategias para guiar la lectura en el aula: Planificación, guía y cierre.
- Planificar y cerrar la lectura de forma organizada: Qué, por qué y para qué vamos a leer o hemos leído.
- Acompañar las lecturas de preguntas de evaluación de la comprensión que incidan en los diferentes niveles cognitivos: literal, inferencial e interpretativo.

**Actividades:**

- Practicar con textos de diferente tipo.
- Practicar lecturas con diferentes intenciones: búsqueda de información, aprendizaje, disfrute...
- La lectura guiada en voz alta
- Realizar lecturas de instrucciones para la aplicación de pruebas físicas y su evaluación
- Actividades manipulativas: elaboración de murales
- Exposición de trabajos
- Interpretación de gráficas

### **5.3.- Materiales y recursos.**

En el departamento se encuentran los siguientes materiales.

Fitball

Colchonetas quitamiedos

Pelotas de tenis

Pelotas de tenis (Iniciación)

Bancos suecos

Bancos normales

Colchonetas gruesas

Colchonetas (Esterillas)

Potro

Plinto

Trampolín

Hoolahop (Aros)

Balones Rugby

Raquetas de Badminton

Palas

Redes Bádminton

Red Volleyball

Picas Madera

Sticks Floorball

Balones Volleyball

Balones Futsal

Testigos Atletismo

Martillos Iniciación

Balones plástico

Balones Foam

Balones Medicinales 4 kg

Balones Medicinales 3 kg

Balones Medicinales 2 kg

Peso (Lanzamiento Atletismo)

Pesos Iniciación (Lanzamiento Atletismo)

Plato Desequilibrio

Discos Lanzamiento  
Discos Ultimate  
Conos Largos  
Torre Setas  
Asas para flexiones  
Pelotas Básquet  
Combas individuales  
Combas 4 m  
Combas 1,50 m  
Vallas iniciación  
Petos azules  
Petos blancos  
Petos rojos  
Pelotas Floorball  
Pelotas malabares  
Volantes Bádmin-ton  
Brújulas  
Soga Tira  
Silbato  
Conos bajos  
Cintas métricas  
Chalecos Defensa  
Bandas elásticas de tela  
Bandas elásticas de goma  
Elásticos de asa  
Rueda para abdominal  
Cronómetros  
Bomba de inflado  
Pulsómetros  
Vallas atletismo

## **6.- ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

### **6.1.- Consideraciones generales sobre la atención a la diversidad en el área.**

La programación concibe la heterogeneidad como una característica natural de la materia, tanto desde un punto de vista cognoscitivo como motriz. En la literatura específica existen diferentes estrategias para afrontar con éxito esta situación y atender a la diversidad natural y propia del grupo.

Delgado Noguera propone una serie de estilos que fomentan la individualización: Trabajos por grupos (interés o nivel), enseñanza modulada, programas individuales y enseñanza programada. La enseñanza modulada es inviable porque requiere la coordinación de los horarios de los profesores. La enseñanza programada, sin profesor, es muy difícil de implementar en nuestra materia por la complejidad del aprendizaje motor, un error puede estar motivado por causas psicológicas, técnicas, ... Las otras estrategias de enseñanza individualizadoras pueden utilizarse con eficacia y eficiencia en situaciones psicomotrices.

Florence y cols., plantean la aplicación de estilos inclusivos con tareas abiertas y evolutivas. Esto es, tareas motrices que se adaptan a los alumnos con una menor competencia motriz, pero que permiten modificarse e ir aumentando en complejidad para adaptarse a los diferentes niveles existentes en el grupo-clase. Este es el principal recurso metodológico utilizado en situaciones psicomotrices.

En las situaciones sociomotrices, para garantizar la participación conjunta de alumnos diversos en un mismo equipo o enfrentamiento, utilizo diferentes estrategias: modificaciones reglamentarias para evitar el monopolio del juego por unos pocos, utilización de handicaps para fomentar las distribuciones del juego entre todos, reducción del número de jugadores para aumentar la participación, modificación de la estructura competitiva de la actividad por una cooperativa ...

No obstante, existen alumnos con necesidades educativas específicas, esto es, alumnos cuyas diferencias, por definición, implican la necesidad de adaptaciones curriculares y recursos adicionales.

La atención a la diversidad implica el crecimiento de la sensibilidad hacia el otro y sus necesidades. No se debe caer en el error de tratar a los normales como “diversos” (hacer mil y una clasificaciones de diferencias), que por otro lado no es operativo; sino de tratar como “normales” (con naturalidad y sencillez) a los sujetos diversos, de tal suerte que la escuela funcione como auténticas comunidades de apoyo (“supportive community”) a todos los estudiantes [Zabalza].

Esta programación se ha realizado con un mayor carácter general. No obstante, las adaptaciones significativas constituyen otro nivel de concreción y se realiza coordinadamente con el equipo de orientación; por otro, los alumnos con discapacidades pueden no experimentar necesidades educativas específicas en determinadas situaciones; y, finalmente, la programación es un documento oficial que se entrega al principio del curso escolar y la composición de los grupos puede variar a lo largo de todo el curso.



En el caso de nuestra materia resulta necesario realizar un adecuado diagnóstico de cada uno de los alumnos atendiendo a las recomendaciones de los equipos técnicos para favorecer la integración del mismo. Proponemos como líneas directrices para la actuación dentro del aula las siguientes:

- Diversificar la información conceptual para que cada grupo de alumnos, pueda elegir los apartados más adecuados.
- Establecer diferentes niveles de ejecución y realización de tareas en las sesiones prácticas
- Establecer grupos homogéneos en la medida de lo posible
- Trabajar en pequeños grupos situando estratégicamente determinados alumnos que favorezcan el aprendizaje de otros compañeros.
- Se asumen las diferencias en el interior del grupo y se proponen ejercicios de diversa dificultad de ejecución.
- Modificar la metodología según las necesidades del grupo
- Se distinguen los ejercicios que se consideran realizables por la mayoría de alumnos.
- Se facilita la evaluación individualizada en la que se fijan las metas que el alumno ha de alcanzar a partir de criterios derivados de su propia situación inicial.

Los programas de Atención a la Diversidad comprenden:

- Programas de refuerzo de aprendizajes no adquiridos en trimestres anteriores.
- Planes específicos de alumnos repetidores.
- Programas de adaptación curricular y de refuerzo del aprendizaje.
- Programas de diversificación curricular
- Programas de enriquecimiento curricular

## **6.2.- Atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo**

### **Programas de Adaptación Curricular**

Los Programas de adaptación curricular están dirigidos al alumnado que se encuentre en la siguiente situación:

- alumnado con necesidades educativas especiales, asociado a discapacidad.
- alumnado que se incorpora tardíamente al sistema educativo.
- alumnado con dificultades graves de aprendizaje.
- alumnado con necesidades de compensación educativa.
- alumnado con altas capacidades intelectuales

Las Adaptaciones Curriculares son una serie de medidas con las que se pretenden atender a la diversidad realizando las modificaciones que se consideren oportunas en los elementos del currículo. Estas adaptaciones curriculares individualizadas (A.C.I.s) pueden ser de dos tipos:

- **Programa de Refuerzo del Aprendizaje:** reciben el nombre las adaptaciones curriculares individualizadas que no se desvían en gran medida del currículo común y no se alteran sustancialmente ni contenidos ni criterios de evaluación. Este tipo de adaptaciones van dirigidas generalmente a necesidades educativas temporales o para necesidades de acceso al currículo o cuando por diversas circunstancias solo es preciso modificar la metodología o el tipo de actividades o los procedimientos de evaluación.

A modo orientativo el departamento propone las siguientes medidas para el alumnado que precisa de adaptaciones curriculares no significativas

- Normalizar en el aula los sistemas de comunicación de los niños con necesidades educativas especiales.
- Adecuar el lenguaje al nivel de comprensión de los alumnos. Será muy importante emplear un lenguaje adaptado a las necesidades del alumnado, que favorezca su comprensión y que trabaje los diferentes canales (oral, escrito, visual, gestual).
- Seleccionar actividades que, beneficiando a todos, lo hacen especialmente con alumnos que presentan necesidades educativas especiales. Buscar actividades alternativas.
- Definir criterios para la elección de técnicas y estrategias de enseñanza que faciliten la respuesta normalizada frente a las necesidades educativas especiales.
- Priorizar métodos que favorezcan la experiencia directa, la reflexión, la expresión y la comunicación.
- Potenciar las estrategias de aprendizaje horizontal para todos los alumnos.
- Emplear estrategias que favorezcan la motivación intrínseca y amplíen los intereses de los alumnos.
- Emplear refuerzos variados y estrategias de focalización atencional: utilización de ejemplos concretos en aprendizajes más abstractos, secuenciación de las tareas en diferentes pasos, etc.
- Propiciar el autoaprendizaje: aprendizaje autónomo a través de una mayor personalización y creatividad en las tareas y actividades motrices.
- Potenciar grupos de enseñanza, mediante la creación de equipos formados por alumnos/ as de la misma o diferente clase, que agrupan a alumnado de diferentes niveles y donde unos enseñan a otros.

El trabajo a desarrollar con estos alumnos/ as NEE se llevará a cabo junto con el Departamento de Orientación que a principio de curso facilitará al profesorado las características específicas del alumnado que se encuentra en las aulas y la atención personalizada que precise.

Haremos una mención especial a los alumnos que presentan TDHA y con los que deberemos seguir las siguientes directrices:

### TDAH

- Asignarle un alumno ayudante
- Segmentar las tareas
- Utilizar el cuaderno único
- Elegir la pauta y útil de escritura más adecuado
- Suprimir enunciados
- Utilizar la pizarra de los deberes: anotar los deberes que cada día se están mandando por cada profesor
- Adaptar los exámenes
- Preguntar qué otras cosas sabes sobre el tema
- La ley del 3 a 1: 3 refuerzos positivos por 1 negativo.

Los alumnos NEE con programas de refuerzo del aprendizaje que nos encontramos en el Centro son:

1º A SYM Compensación Educativa

1º A CYM Compensación Educativa

1º A MAC Compensación Educativa

1ºB MJM NEE: Trastornos graves de conducta: Trastorno de comportamiento perturbador no especificado

1ºB CLM Dificultad específica de aprendizaje: Dislexia

1ºC AMN Dificultades del aprendizaje derivadas de trastorno por déficit de atención.

1ºC IOO NEE: Discapacidad visual: baja visión AACCCII: talento simple

1ºC POO NEE: Discapacidad visual: baja visión AACCCII: talento simple

1ºC NVR Compensación Educativa

2ºA YLC Dificultades de aprendizaje derivadas de TDAH. Dificultades de aprendizaje por capacidad intelectual límite.

2º A ERZ NEE: Discapacidad auditiva: hipoacusia

2º A GSA ACCII: talento simple

2ºA ADR NEE: Trastorno Grave de Conducta: trastorno de comportamiento perturbador no especificado

2º B RIA Dificultad de aprendizaje por dislexia

2ºB YSHP NEE: Discapacidad intelectual leve. Trastorno de la comunicación (habla): diglosia

|         |      |  |
|---------|------|--|
| 2ºB     | OYHR | Compensación Educativa   |
| 2ºB     | SRCP | Dificultad de aprendizaje por dislexia   |
| 2ºC     | ABG  | Discapacidad intelectual leve. Discapacidad auditiva: hipoacusia. Discapacidad visual: ceguera |
| 2ºC     | RHA  | Dificultades de aprendizaje por capacidad intelectual límite                                   |
| 2ºD     | SRD  | Dificultad de aprendizaje por dislexia   |
| 2ºA     | RRP  | Compensación Educativa.  |
| 2ºB     | AMGP | Dificultades de aprendizaje derivadas de TDAH  |
| 3ºB     | ICO  | NEE: TDAH:   |
| 3ºC     | PAB  | AACCII: talento complejo   |
| 3ºD     | DLG  | AACCII: talento complejo   |
| 3ºD     | PBT  | NEE- Autismo: Síndrome de Asperger   |
| 3ºA     | PCG  | NEE: TDAH.   |
| 4º A    | ATS  | NEE: Discapacidad Intelectual leve.  |
| 4ºA     | ICM  | NEE: TDAH: Tipo combinado  |
| 4ºA     | MAAC | AACCII: Sobredotación Intelectual.   |
| 4ºA     | HGB  | AACCII: Sobredotación Intelectual.   |
| 4ºB     | IPC  | NEE- Autismo: Síndrome de Asperger   |
| 4ºB     | CBR  | AACCII: Sobredotación Intelectual.   |
| 4ºB     | MBS  | NEE: Trastornos Graves de Conducta. Trastorno de comportamiento perturbador no especificado.   |
| 4ºC     | NSBE | NEE: Discapacidad intelectual leve   |
| 4ºC     | ALM  | NEE: Discapacidad auditiva Sordera.  |
| 4ºD     | LHM  | AACCII: Sobredotación Intelectual.   |
| 4º      | SCV  | AACCII: talento complejo   |
| 1º BACH | LAVR | Discapacidad física: lesiones de origen cerebral   |
| 1º BACH | ARC  | TDAH   |

- **Significativas:** estas adaptaciones curriculares implican una alteración sustancial del currículo común y básico y, por tanto, requiere modificar contenidos y criterios de evaluación. En estos casos existe un informe completo del historial del alumno/a, un diagnóstico de los aprendizajes adquiridos hasta ese momento y una propuesta de aquellos contenidos y criterios que se deben trabajar, así como

sugerencias metodológicas para favorecer su desarrollo. Los docentes a partir de ese documento, y con el asesoramiento de orientadores y profesores de pedagogía terapéutica deberán poner en práctica la adaptación curricular correspondiente a su materia. Dichas adaptaciones curriculares tendrán como objetivo que los alumnos alcancen las capacidades generales propias de la etapa y del área de acuerdo con sus posibilidades.

En nuestra materia nos podemos encontrar con un alumnado en situación especial que puede estar exento parcial o totalmente de la parte práctica de la asignatura.

Todos los alumnos/ as que no puedan realizar parcial o totalmente la parte práctica, tendrán que asistir a las clases prácticas y a las teóricas, además de aquellas otras actividades que estén relacionadas con el área y no impliquen esfuerzos físicos, realizando todas aquellas actividades que el profesor les indique en cada trimestre. Además, deben colaborar en el desarrollo de las clases como en la utilización del material, arbitraje, recogida de notas...

Los alumnos/ as que padezcan una exención parcial o temporal deberán presentar un certificado médico en el que se haga constar el impedimento que padece, las limitaciones de movimiento y las precauciones específicas que deben observarse, así como el tiempo estimado de la duración de la dolencia.

Para la superación de la asignatura, los alumnos exentos deberán presentar trimestralmente un trabajo teórico- práctico sobre los temas del libro que se van viendo y realizar los exámenes teóricos de cada evaluación, además se tendrá en cuenta la participación en aquellas actividades físico deportivas como colaborador o auxiliar.

La estrategia para abordar este apartado es, en cada unidad didáctica, analizar las dificultades inherentes a la misma que pueden acusar sujetos sin discapacidad, especificar las acciones a adoptar con alumnos exentos, con una prescripción facultativa que le impide la realización de la misma, y analizar las dificultades específicas y posibles adaptaciones no significativas de las diferentes discapacidades (física, sensorial e intelectual).

### **6.3.- Planes específicos personalizados para el alumnado repetidor.**

Para aquellos alumnos repetidores que no hubiesen superado la asignatura en el curso pasado, se llevarán a cabo las siguientes actuaciones: Se recogerá información de cuáles fueron los motivos y dificultades que originaron el suspenso en la asignatura (a través del informe individualizado de junio, entrevista con el alumno/a, evaluación inicial, etc.), en función de estos resultados se plantearán actuaciones encaminadas a informar al alumno/a de cómo superar la asignatura en el presente curso.

1º.- Para el alumnado cuya principal dificultad haya sido la superación de los estándares específicos más teóricos, se dividirá la entrega de trabajos por unidades o temas en cada evaluación, haciendo controles por separado de cada tema, además del global de la evaluación junto con sus compañeros.

2º.- Para el alumnado repetidor en el que la no superación haya sido motivada por absentismo, se seguirán las mismas pautas de calificación que para el resto de la clase, con seguimiento a través de Séneca del control de faltas, al alcanzarse 1/3 de las horas del trimestre como falta de asistencia injustificada, se enviará carta a los tutores legales de la posibilidad de suspender la asignatura.

3º.- Para el alumnado repetidor en el que la no superación de la asignatura haya sido influida en gran parte por problemas de comportamiento, no colaboración además de la no entrega de trabajo, presentación a exámenes, realización de prácticas...se hará un seguimiento a través de la Agenda Escolar del Alumno/a, comunicando a la familia la evolución de éste mensualmente, y en caso necesario la aplicación de los partes de incidencias y corrección previstos por el centro.

## 7.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

En las diferentes unidades se consideran posibles actividades extraescolares y complementarias que permiten reforzar el aprendizaje del currículo o la formación integral. Habrá algunas que son salidas a lugares cercanos (máximo 5 min a pie) lo que permite al alumno relacionar los distintos contenidos con centros de interés de la localidad.

| Cursos   | Actividad                                | Nat.* | Lugar                                | Tiempo     | Recursos principales                       |
|----------|--|-------|--------------------------------------|------------|--|
| ESO      | “Carrera por la Inclusión”               | C     | Parque Porzuna                       | 3 horas    | A pie                                      |
| ESO-BACH | Encuentros Fútbol Americano Intercentros | C     | Centro                               | 45 min     | A pie                                      |
| ESO-BACH | Programa Mueve-T                         | A     | Instalaciones Aljarafe Mairena       | 3 horas    | Instalaciones cedidas por el Ayto.         |
| ESO      | Programa Natación                        | A     | Piscina Cubierta Mairena de Aljarafe | 1h/ sesión | Piscina                                    |
| 3º ESO   | Escalada                                 | C     | Rocódromo                            |            | Por determinar                             |
| ESO      | Práctica Remo y Piragua CAR Sevilla      | E     | CAR Sevilla                          | 1 día      | Autobús                                    |
| 2º ESO   | Carrera de Orientación                   | C     | Por determinar                       |            | Móvil, mapas, bolígrafos                   |
| ESO      | Mini Olimpiadas                          |       | Pista Atletismo                      |            | Por determinar                             |
| ESO-BACH | Iniciación a deportes marinos            | A     | Por determinar                       | 1 día      | Autobús                                    |
| ESO-BACH | Torneos Baloncesto 3x3                   | C     | Por determinar                       | 1 día      | Autobús                                    |
| ESO      | Viaje Estudios                           | E     | Por determinar                       | 2          | Autobús, Alojamiento, manutención, Equipos |

| Cursos   | Actividad                             | Nat.* | Lugar          | Tiempo  | Recursos principales |
|----------|---------------------------------------|-------|----------------|---------|----------------------|
| ESO-BACH | Gymkhana Solidaria                    | C     | Por determinar | 2 horas | Por determinar       |
| ESO-BACH | Espectáculos teatrales y/o Deportivos | C     | Por determinar |         | Por determinar       |
| ESO-BACH | Salidas bicicletas                    |       | Por determinar |         | Por determinar       |
| ESO-     | Desplazamientos. Activos              |       | Por determinar |         | Por determinar       |

\* Naturaleza: C→complementaria; E→extraescolar; A→Extraescolar y complementaria.



## **8. EVALUACIÓN**

### **8.1.- Consideraciones generales sobre la evaluación en el área.**

Según el Decreto 181/2020 y 182/ 2020, de 10 de noviembre, la evaluación debe ser continua, formativa, integradora y diferenciada según las distintas materias. También será objetiva y reconocerá la dedicación, esfuerzo y rendimiento del alumnado. Además, deberá tener en cuenta la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y el desarrollo de las competencias clave.

Una de las grandes transformaciones que implica la evaluación por competencias es que ésta ya no es por promedio, sino por indicadores y niveles de logro. La evaluación de competencias y por competencias es un proceso de retroalimentación, determinación de idoneidad y certificación de los aprendizajes del alumnado de acuerdo con las competencias clave, mediante el análisis del desempeño de las personas en tareas y problemas pertinentes. Por tanto, la evaluación debe plantearse mediante tareas y problemas lo más reales posibles que impliquen curiosidad y reto.

Los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y el logro de los objetivos de la etapa serán los criterios de evaluación y su concreción en los estándares de aprendizaje evaluables, de acuerdo con lo dispuesto en la Orden del 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

#### **La evaluación continua.**

##### **Evaluación inicial o diagnóstica.**

En el primer mes se realizará una evaluación inicial, sin perjuicio de que las unidades didácticas incorporen una evaluación inicial específica que permita la regulación del proceso de enseñanza de las mismas a corto plazo. La evaluación inicial contiene:

- Encuesta sobre los hábitos físico-deportivos personales y familiares. Historial médico que pueda afectar a la actividad física.
- Evaluación del nivel de condición física, para estimar el nivel de desarrollo motor. Realización de diferentes pruebas de condición física adaptadas a la edad.
- Observación sistemática pautas alimenticias y comportamentales tanto en las guardias de recreos como en las horas lectivas.

### **Evaluación del proceso.**

Es decir, estamos evaluando durante todo el proceso de modo ininterrumpido, detectando los progresos y dificultades que se van originando para introducir las modificaciones que desde la práctica se vayan estimando convenientes.

Los instrumentos de evaluación que se van a utilizar durante el desarrollo de las unidades didácticas van a ser: el cuaderno del alumno o alumna para evaluar los conceptos; la lista de control para evaluar los procedimientos; la escala de valoración para valorar las actitudes; y el cuaderno del docente para valorar las normas, así, por ejemplo, al principio de cada clase, incluso durante el desarrollo del calentamiento, se pasará lista y se registrarán las anotaciones correspondientes.

### **Evaluación sumativa.**

Se pretende conocer lo que se ha aprendido en cada unidad didáctica. Se recomienda que sea una consecuencia de la evaluación continua, completada, si fuera necesario, con alguna prueba específica.

Normalmente todas las unidades didácticas van a tener unas actividades culminativas, donde se pongan de manifiesto los objetivos fundamentales de las mismas. Estas actividades sirven para darle funcionalidad al aprendizaje, para motivar a los alumnos, y para completar el proceso de evaluación.

El docente terminará de completar las listas de control y las escalas de valoración. Además, se pasarán cuestionarios finales de la unidad didáctica, escalas de valoración para que los alumnos y alumnas se coevalúen o autoevalúen, y se recogerán los trabajos.

## 8.2 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables.

Los criterios de evaluación se van a constituir en las referencias para comprobar en qué grado se han adquirido los objetivos a través de los contenidos. Estos criterios, se han detallado por curso en base a lo establecido en la Orden del 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

| UNIDADES DIDÁCTICAS      |                |                       |                       |           |           |                        |                       |                    |
|--------------------------|----------------|-----------------------|-----------------------|-----------|-----------|------------------------|-----------------------|--------------------|
| I. Calentamiento general | II. C.F. Salud | III. H.M.B. Multidixt | IV. Juegos populares. | V. Fútbol | VI. Palas | VII. Aros port. Excorp | VIII. Respira c/Relaj | IX. Act. Medio Nat |

### Criterios Evaluación 1º ESO (Orden 15/01/2021)

|  |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|--|
| 1. Resolver situaciones <b>motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas</b> , de las actividades físico deportivas propuestas en condiciones adaptadas.  |   |   | • | • | • | • |   |  |
| 2. Interpretar y producir <b>acciones motrices con finalidades artístico-expresivas</b> , utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.   |   |   |   | • |   | • |   |  |
| 3. Resolver <b>situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición</b> , utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.   |   | • | • | • | • |   |   |  |
| 4. Reconocer los <b>factores que intervienen en la acción motriz</b> y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.                             | • |   |   |   |   |   | • |  |
| 5. Participar en juegos para la <b>mejora de las capacidades físicas básicas y motrices</b> de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. |   | • | • | • | • | • |   |  |
| 6. Identificar las <b>fases de la sesión</b> de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.   | • |   |   |   |   |   |   |  |

| UNIDADES DIDÁCTICAS      |               |                     |                       |              |           |                        |                       |                        |
|--------------------------|---------------|---------------------|-----------------------|--------------|-----------|------------------------|-----------------------|------------------------|
| I. Calentamiento General | II. C.F.SaLud | III. H.M.B. Multixt | IV. Juegos populares. | V. Colección | VI. Palas | VII. Aros port. Excorp | VIII. I.R. c/R. el aj | IX. Actividades Mediat |

### Criterios Evaluación 1º ESO (Orden 15/01/2021)

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de <b>inclusión social</b> facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. |   |   | • | • | • | • | • | • |
| 8. Reconocer las <b>posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno</b> , facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.                      |   |   | • | • | • | • | • | • |
| 9. Controlar las dificultades y los <b>riesgos</b> durante su participación en actividades físicas y artístico- expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de educación Física.   | • | • | • | • | • | • | • | • |
| 10. Utilizar las <b>tecnologías de la información y la comunicación</b> en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.  | • | • | • | • | • | • | • | • |
| 11. Participar en actividades físicas en el <b>medio natural y urbano</b> , como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.  |   |   |   |   |   |   |   | • |
| 12. Recopilar y practicar <b>juegos populares y tradicionales de Andalucía</b> .  |   |   | • |   |   |   |   |   |
| 13. Redactar y analizar una <b>autobiografía</b> de actividad física y deportiva.   | • |   |   |   |   |   |   |   |

|                            |                        |                         |                            |                |                 |                   |                          |
|----------------------------|------------------------|-------------------------|----------------------------|----------------|-----------------|-------------------|--------------------------|
| UD 1. Calentamiento Sesión | UD 2. Nos proponemos a | UD 3. Reciclos y juegos | UD 4. Juegos Tradicionales | UD 5. Natación | UD 6. Atletismo | UD 7. Orientación | UD 8. Expresión Corporal |
|----------------------------|------------------------|-------------------------|----------------------------|----------------|-----------------|-------------------|--------------------------|

Criterios Evaluación 2º ESO (Orden 15/01/2021)

|   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Resolver <b>situaciones motrices individuales</b> aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.  | • | • | • | • | • | • |   |
| 2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.   |   |   |   |   |   |   | • |
| 3. Resolver <b>situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición</b> utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.  |   | • |   | • |   |   |   |
| 4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. | • | • |   |   |   |   |   |
| 5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.          | • | • |   |   |   |   | • |
| 6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.  | • |   |   |   |   |   |   |

|                            |                           |                            |                            |                |                 |                   |                          |
|----------------------------|---------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------|-----------------|-------------------|--------------------------|
| UD 1. Calentamiento Sesión | UD 2. Nos ponemos a jugar | UD 3. Recicla los residuos | UD 4. Juegos Tradicionales | UD 5. Natación | UD 6. Atletismo | UD 7. Orientación | UD 8. Expresión Corporal |
|----------------------------|---------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------|-----------------|-------------------|--------------------------|

Criterios Evaluación 2º ESO (Orden 15/01/2021)

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. |   |   | • | • | • | • | • | • |
| 8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico- deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.   |   | • |   | • | • | • | • |   |
| 9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.  | • |   |   |   |   |   |   | • |
| 10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.  | • | • | • | • | • | • | • | • |
| 11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.  |   |   | • | • | • | • | • | • |
| 12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.  |   |   |   |   |   |   | • |   |

## Criterios Evaluación 3º ESO (Orden 15/01/2021)

|   | UNIDADES DIDÁCTICAS                |             |                          |                               |                 |                              |                                |               |                    |                 |
|---|------------------------------------|-------------|--------------------------|-------------------------------|-----------------|------------------------------|--------------------------------|---------------|--------------------|-----------------|
|   | UD 1. Calentamiento Espec. Combate | UD 2. P.A.S | UD 3. Met. Entrenamiento | UD 4. Ali mentación Saludable | UD 5. Badminton | UD 6. Balonmano / Baloncesto | UD 7. Atletismo / Balo n g o l | UD 8. J.J.O.O | UD 9. Coreografía. | UD 10. Escalada |
| 1. Resolver <b>con éxito</b> situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.  |                                    |             |                          |                               | •               | •                            | •                              | •             |                    | •               |
| 2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.   |                                    |             |                          |                               |                 |                              |                                |               | •                  |                 |
| 3. Resolver <b>con éxito</b> situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando <b>los fundamentos técnico-tácticos</b> y las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.   |                                    |             |                          |                               |                 | •                            | •                              | •             |                    |                 |
| 4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad físico-deportiva, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.  | •                                  |             | •                        |                               |                 |                              |                                |               |                    |                 |
| 5. Desarrollar las capacidades físicas <b>y motrices</b> de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.  | •                                  |             | •                        |                               |                 |                              |                                |               |                    |                 |
| 6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad físico-deportiva, relacionándolas con las características de las mismas.  | •                                  |             |                          |                               |                 |                              |                                |               |                    |                 |
| 7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus <b>diferencias</b> y aportaciones. |                                    |             | •                        | •                             | •               | •                            | •                              | •             | •                  | •               |

Criterios Evaluación 3º ESO (Orden 15/01/2021)

| UNIDADES DIDÁCTICAS             |           |                          |                               |                 |                              |                          |            |                    |                 |
|---------------------------------|-----------|--------------------------|-------------------------------|-----------------|------------------------------|--------------------------|------------|--------------------|-----------------|
| UD 1. Calentamiento Espec. Comb | UD 2. PAS | UD 3. Met. Entrenamiento | UD 4. Atletismo Sala de baile | UD 5. Badminton | UD 6. Balonmano / Baloncesto | UD 7. Atletismo. Running | UD 8. Judo | UD 9. Coreografía. | UD 10. Escalada |

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.  |   |   |   | • | • | • | • | • | • |
| 9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artísticoexpresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.     | • | • |   | • | • | • | • | • | • |
| 10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.  | • | • | • | • | • | • | • | • | • |
| <b>11. Participar en actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural, realizando carreras de orientación y aplicando técnicas específicas del deporte de orientación, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre</b> |   |   |   |   |   |   |   |   | • |



|  |   |  |   |   |   |  |  |  |
|--|---|--|---|---|---|--|--|--|
| U<br>D<br>1.<br>A<br>l<br>i<br>m<br>e<br>n<br>t<br>/h<br>i<br>d<br>r<br>a<br>t<br>a<br>c<br>i<br>o | U<br>D<br>2.<br>S<br>i<br>s<br>t<br>e<br>m<br>a<br>s<br>·<br>C.<br>F. | U<br>D<br>3.<br>A<br>c<br>r<br>o<br>b<br>a<br>c<br>i<br>a<br>s | U<br>D<br>4.<br>P<br>l<br>a<br>n<br>A<br>c<br>t<br>i<br>v<br>G<br>r<br>u<br>p<br>a<br>l<br>e<br>s | U<br>D<br>5.<br>V<br>o<br>l<br>e<br>y<br>b<br>a<br>l<br>l | U<br>D<br>6.<br>L<br>e<br>s<br>i<br>o<br>n<br>e<br>s.<br>P<br>r<br>o<br>t<br>o<br>c<br>o<br>l<br>o<br>s | U<br>D<br>7.<br>A<br>c<br>r<br>o<br>s<br>p<br>o<br>r<br>t<br>B<br>a<br>i<br>l<br>e |  |  |
|--|---|--|---|---|---|--|--|--|

## Criterios Evaluación 4º ESO (Orden 15/01/2021)

|   |   |   |   |   |  |   |  |  |
|---|---|---|---|---|--|---|--|--|
| 1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico- deportivas propuestas, con eficacia y precisión.   |   | • | • | • |  |   |  |  |
| 2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.   |   |   |   |   |  | • |  |  |
| 3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos.                                       |   |   | • | • |  |   |  |  |
| 4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.   | • |   |   |   |  |   |  |  |
| 5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.   | • | • |   |   |  |   |  |  |
| 6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.  |   | • |   |   |  |   |  |  |
| 7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas. |   |   | • | • |  |   |  |  |
| 8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.                                    |   |   | • | • |  |   |  |  |

UNIDADES DIDÁCTICAS

|  |   |  |  |   |  |  |  |  |
|--|---|--|--|---|--|--|--|--|
| U<br>D<br>1.<br>A<br>l<br>i<br>m<br>e<br>n<br>t<br>/<br>h<br>i<br>d<br>r<br>a<br>t<br>a<br>c<br>i<br>o | U<br>D<br>2.<br>S<br>i<br>s<br>t<br>e<br>m<br>a<br>s<br>·<br>C.<br>F. | U<br>D<br>3.<br>A<br>c<br>r<br>o<br>b<br>a<br>c<br>i<br>a<br>s | U<br>D<br>4.<br>P<br>l<br>a<br>n<br>A<br>c<br>t<br>i<br>v<br>i<br>d<br>a<br>d<br>e<br>s<br>P<br>r<br>i<br>n<br>c<br>i<br>p<br>a<br>l<br>e<br>s | U<br>D<br>5.<br>V<br>o<br>l<br>e<br>n<br>t<br>a<br>d<br>o<br>y<br>A<br>b<br>a<br>c<br>i<br>o<br>n<br>e<br>s | U<br>D<br>6.<br>L<br>e<br>s<br>i<br>o<br>n<br>e<br>s<br>P<br>r<br>o<br>t<br>o<br>c<br>o<br>l<br>o<br>s | U<br>D<br>7.<br>A<br>c<br>r<br>o<br>s<br>p<br>o<br>r<br>t<br>i<br>v<br>o<br>s<br>B<br>a<br>i<br>l<br>e |  |  |
|--|---|--|--|---|--|--|--|--|

Criterios Evaluación 4º ESO (Orden 15/01/2021)

|   |   |   |   |   |   |   |  |  |
|---|---|---|---|---|---|---|--|--|
| <p><b>9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.</b></p>   |   |   | • | • |   |   |  |  |
| <p>10. Asumir la responsabilidad de la propia <b>seguridad en la práctica de actividad física</b> teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes.</p> | • |   |   |   | • | • |  |  |
| <p>11. Demostrar actitudes personales inherentes al <b>trabajo en equipo</b>, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.</p>  |   | • | • | • | • | • |  |  |
| <p><b>12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.</b></p>                  | • | • | • | • | • | • |  |  |
| <p>13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.</p>   |   |   |   |   |   |   |  |  |

## Criterios Evaluación 1º BACHILLERATO (Orden 15/01/2021)

| UNIDADES DIDÁCTICAS                                       |  |   |   |  |   |                                       |                                       |                                  |
|---|--|---|---|--|---|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|
| U<br>D<br>1.<br>M<br>e<br>d<br>i<br>m<br>o<br>s<br>C<br>F | U<br>D<br>2.<br>P<br>l<br>a<br>n.<br>E<br>n<br>t<br>m<br>e<br>n<br>t<br>o. | U<br>D<br>3.<br>H<br>a<br>b.<br>S<br>a<br>l<br>u<br>d | U<br>D<br>4.<br>J<br>u<br>e<br>g.<br>C<br>o<br>o<br>p<br>e<br>r<br>a<br>t | U<br>D<br>5.<br>T<br>o<br>r<br>n<br>e<br>o<br>D<br>e<br>p. | U<br>D<br>6.<br>A<br>F<br>M<br>N<br>a<br>t<br>. | U<br>D<br>7.<br>B<br>a<br>i<br>l<br>e | U<br>D<br>8.<br>C<br>i<br>r<br>c<br>o | U<br>D<br>9.<br>Y<br>o<br>g<br>a |
|   |  |   | •   | •  | •   | •                                     | •                                     | •                                |
|   |  |   |   |  |   | •                                     | •                                     |                                  |
|   |  |   | •   | •  |   |                                       |                                       |                                  |
| •   | •  | •   |   |  |   |                                       |                                       |                                  |
|   | •  |   |   |  |   |                                       |                                       |                                  |
|   | •  | •   |   |  |   |                                       |                                       |                                  |
| •   | •  |   | •   | •  | •   | •                                     | •                                     | •                                |

**Criterios Evaluación 1º BACHILLERATO**  
(Orden 15/01/2021)

| UNIDADES DIDÁCTICAS  |  |   |  |  |   |                                       |                                       |                                  |
|--|--|---|--|--|---|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|
| U<br>D<br>1.<br>M<br>e<br>d<br>i<br>o<br>s<br>C<br>F   | U<br>D<br>2.<br>P<br>l<br>a<br>n.<br>E<br>n<br>t<br>o. | U<br>D<br>3.<br>H<br>a<br>b.<br>S<br>a<br>l<br>u<br>d | U<br>D<br>4.<br>J<br>u<br>e<br>g.<br>C<br>o<br>o<br>p<br>e<br>r<br>a<br>t<br>i<br>v<br>o | U<br>D<br>5.<br>T<br>o<br>r<br>n<br>e<br>o<br>D<br>e<br>p. | U<br>D<br>6.<br>A<br>F<br>M<br>N<br>a<br>t<br>. | U<br>D<br>7.<br>B<br>a<br>i<br>l<br>e | U<br>D<br>8.<br>C<br>i<br>r<br>c<br>o | U<br>D<br>9.<br>Y<br>o<br>g<br>a |
| 8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.   | •  | •   | •  | •  | •   | •                                     | •                                     | •                                |
| 9. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes. | •  | •   | •  | •  | •   | •                                     | •                                     | •                                |
| 10. Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias.  |  |   |  |  | •   |                                       |                                       |                                  |

## CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FÍSICA. RELACIÓN CON LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

La gran novedad de la L.O.M.C.E. es el establecimiento, con carácter nacional, de estándares de aprendizaje evaluables, una concreción de los criterios de evaluación nacionales. La relación de éstos de esta programación es la siguiente:

### 1º ESO

| UNIDAD DIDÁCTICA             | CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE EDUCACIÓN FÍSICA<br>(Orden 15/01/2021) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |
|------------------------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|--|--|--|
|                              | 1  |   |   |   |   | 2 |   |   |   |   | 3 |   |   |   |   | 4 |   |   |   |   | 5 |   |   |   |   | 6 |   |   |   |   | 7 |   |   |   |   | 8 |   |   |   |   | 9 |   |   |   |   | 10 |  |  |  |  |
|                              | 1  | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |    |  |  |  |  |
| UD 1. Calentamiento general  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |
| UD 2. Condición Física Salud |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |
| UD 3. HBM. Multideporte      |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |
| UD4. Juegos populares        |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |
| UD 5. Colpbol.               |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |
| UD 6. Palas.                 |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |
| UD 7. Acrosport.Expr.Corp.   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |
| UD 8. Respiración/Relajación |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |
| UD 9. Act. Medio Natural     |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |

### 2º ESO

| UNIDAD DIDÁCTICA              | CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE EDUCACIÓN FÍSICA<br>(Orden 15/01/2021) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------------------------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|                               | 1  |   |   |   |   | 2 |   |   |   |   | 3 |   |   |   |   | 4 |   |   |   |   | 5 |   |   |   |   | 6 |   |   |   |   | 7 |   |   |   |   | 8 |   |   |   |   | 9 |   |   |   |   | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                               | 1  | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| UD 1. Calentamiento/sesión EF |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| UD 2. Nos ponemos en forma    |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| UD 3. Reciclamos y jugamos.   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| UD 4. Juegos tradicionales    |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| UD 5. Natación                |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| UD 6. Atletismo               |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| UD 7. Orientación             |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| UD 8. Expresión Corporal.     |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |





### **8.3.- Criterios de calificación de la materia en la ESO y Bachillerato.**

#### **1º ESO**

Procedimientos 40%

Actitudes 40%

Conceptos 20%

#### **2º ESO**

Procedimientos 40%

Actitudes 30%

Conceptos 30%

#### **3º ESO**

Procedimientos 40%

Actitudes 30%

Conceptos 30%

#### **4º ESO**

Procedimientos 50%

Actitudes 30%

Conceptos 20%

#### **1º BACHILLERATO**

Procedimientos 60%

Actitudes 10%

Conceptos 30%

- Los procedimientos: Se medirán mediante la ejecución de pruebas de condición física y motriz, que se realizarán de forma continua durante todo el curso, mediante la ejecución de montajes coreográficos y con el registro de las habilidades deportivas individuales y colectivas en situaciones de juego.
- Las actitudes: donde se anotarán diariamente en el cuaderno del profesor las faltas de vestuario deportivo, las faltas de puntualidad, la participación e interés en la asignatura, el respeto a las normas, a los compañeros y al profesorado, el cuidado del material, la cooperación con compañeros.
- Los conceptos son: se medirán mediante exámenes, trabajos monográficos y/o proyectos, exposiciones, murales...

Los trabajos se presentarán siguiendo las instrucciones aprobadas a este respecto en el claustro de profesores celebrado el 29 de octubre de 2012.



## **8.4.- Procedimientos de recuperación de la materia pendiente en la ESO y Bachillerato.**

En el proceso de evaluación continua, cuando el progreso de una alumna o alumno no sea el adecuado, se adoptarán medidas de atención a la diversidad. Estas medidas se adoptarán en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades, y estarán dirigidas a garantizar la adquisición de los aprendizajes imprescindibles para continuar el proceso educativo.

Proponemos como mecanismos de recuperación:

### **8.4.1.- Programas de refuerzo para la recuperación de los aprendizajes no adquiridos.**

Nos podemos encontrar con alumnos que hayan promocionado y tengan la asignatura pendiente o los alumnos que vayan suspendiendo la asignatura a lo largo del curso.

#### **Pendiente**

El profesor en cuestión elaborará un informe con los objetivos y criterios de evaluación de la materia pendiente que se trabajarán junto con los del curso superior y elaborará un programa de recuperación donde se refleje una serie de actividades las cuales tendrán que entregar debidamente cumplimentada en las fechas propuestas, en el caso contrario el alumno tendrá opción a presentar en la primera quincena de junio todas las actividades y además deberá realizar un examen final de los temas reflejados en el informe.

Los trabajos por evaluación serán presentados en las siguientes fechas:

1ª evaluación :

2ª evaluación :

3ª evaluación :

El alumno/a también podrá recuperar la asignatura pendiente aprobando las dos primeras evaluaciones del curso actual.

El programa de recuperación constara de los siguientes apartados:

1. Documento informativo para padres y alumnos/ as.

2. Programa de refuerzo

2.1. Conjunto de actividades.

2.2. Asesoramiento y atención personalizada.

2.3. Estrategias y criterios de evaluación

3. Prueba extraordinaria si el alumno no obtiene evaluación positiva en dicho programa de refuerzo. En el caso de no superar el programa de actividades ni el examen final se llevará a cabo un plan específico para superar la fase extraordinaria en septiembre, donde se valorará los distintos trabajos entregados y descritos en el plan de recuperación.

### **Alumnos que no obtengan evaluación positiva en la materia a lo largo del curso.**

El departamento establecerá actividades de refuerzo y de ampliación para cada una de las unidades didácticas, para los alumnos con dificultades de aprendizaje. El diseño de las actividades estará en función de del nivel de los alumnos y de las circunstancias concretas en las que se encuentre.

En la misma línea, si un alumno obtiene una valoración negativa en al menos dos trimestres y no realiza las tareas de refuerzo propuestas por el profesorado para superar los objetivos establecidos será propuesto para que en el tercer trimestre entregue y desarrolle todas las tareas que se le soliciten para la valoración positiva del área. Si en el tercer trimestre, el alumno no ha desarrollado las actividades correspondientes para alcanzar los objetivos, su valoración del área para ese curso escolar podrá ser considerada como negativa.

Además, en el tercer trimestre habrá una prueba de evaluación que englobará los trimestres anteriores de aquellos alumnos/ as que no hayan alcanzado los objetivos didácticos de la primera y segunda evaluación. Esta consistirá en un control teórico tipo test y de preguntas cortas que versarán sobre los contenidos vistos en el primer y segundo trimestre y unas pruebas prácticas que se determinarán en función de las más importantes que le queden pendientes.

**Los alumnos que quieran podrán presentar también un trabajo de carácter voluntario para subir nota sobre los contenidos ya trabajados en clase.**

### **Prueba extraordinaria de Septiembre.**

La obligación de realización de la prueba extraordinaria constituye un problema en las actividades sociomotrices, en la medida que las características de esta evaluación, obliga a plantear actividades psicomotrices o teóricas que no cubren todas las dimensiones de las anteriores.

Por ello, y en la medida de lo posible, se procurará que el alumno suspenso en cualquiera de las unidades didácticas de los primeros trimestres realice una recuperación de las mismas durante el curso escolar, ayudado por sus compañeros en el caso de actividades sociomotrices.

Si, finalmente, el alumno no supera en junio la asignatura, se le facilitará un informe de evaluación, donde además se incluyen las distintas actividades de recuperación.

El alumno con la materia no superada, sólo se examinará de aquellas unidades didácticas con una valoración insuficiente.

#### **8.4.2.- Procedimientos de evaluación**

Dado el carácter formativo e integrador de la evaluación, se utilizan diversos instrumentos y procedimientos de evaluación para atender a la heterogeneidad de personalidades del grupo clase.

Mecanismos e instrumentos de evaluación.

Los anteriores criterios de evaluación se van a concretar en el proceso aprendizaje en actividades de evaluación. Los instrumentos de evaluación se constituirán en los medios a utilizar para llevar a cabo la evaluación, mientras que los mecanismos de evaluación se van a referir al modo, a la forma de llevar a cabo la evaluación.

Los mecanismos que se van a utilizar van a ser de experimentación, en actividades de evaluación diseñadas con esa intención (exámenes, situaciones de aplicación...), y de observación, en actividades cotidianas de enseñanza y aprendizaje, donde el docente de forma continua irá anotando y registrando información en sus listas de control, o escalas de valoración.

En cuanto a los instrumentos de evaluación:

**Libro de texto.** Editorial Edelvives para Primero y Tercero de ESO; Editorial Anaya Physical Education para Segundo y Cuarto de ESO.

**Cuaderno de clase.** Para la realización de ejercicios escritos y apuntes de clase. Normalmente este cuaderno deberá entregarse al final de cada unidad didáctica para su revisión por parte del docente.

**Trabajos.** En la mayoría de las unidades didácticas, estos trabajos se plantearán como actividades de ampliación.

**Cuestionarios o exámenes.** Se van a diseñar desde dos puntos de vista. (1) para verificar el aprendizaje de los contenidos conceptuales de las unidades didácticas, y (2) como actividades de recuperación para los alumnos y alumnas con dificultades, en este caso, su planteamiento se hará al final de cada trimestre, en la misma sesión donde los alumnos y alumnas que no hayan tenido dificultades preparan sus trabajos.

**Lista de control:** Son frases que expresan conductas, secuencias de acciones, ante las cuales el educador señalará su ausencia o presencia, exigen solamente un sencillo juicio: sí, no, a veces. Normalmente lo utilizará el docente en un proceso de heteroevaluación mediante mecanismos de observación.

**Situaciones de aplicación.** En las que el alumno o la alumna deben realizar una tarea aplicando una serie de normas, criterios, principios. Por ejemplo: realizar un calentamiento de carácter general, arbitrar un encuentro, realizar un recorrido de orientación, plantear un juego con material autoconstruido, realizar un montaje de expresión corporal mediante un guiñol, realizar una danza...

**Tests motores.** En primero no dejan de ser una actividad más para el desarrollo y la valoración de las capacidades físicas. Los datos obtenidos en los cuatro cursos de la ESO se utilizarán y cobrarán sentido en el último curso.

**Escalas de clasificación o puntuación.** Existen escalas ordinales (0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10) y descriptivas (siempre, casi siempre, a veces, pocas veces, casi nunca, nunca). En todas las unidades didácticas el

docente utilizará una escala de valoración para evaluar las actitudes. Además, será habitual, utilizar este instrumento de evaluación mediante un proceso de coevaluación o de autoevaluación, para que los alumnos y las alumnas reflexionen acerca de los comportamientos y las conductas manifestadas y las valoren positivamente o negativamente conforme a una escala propuesta. Se trata de generar actitudes a partir de la reflexión del alumnado.

Las faltas y las normas de clase y de comportamiento, como pueden ser respeto al material, comida en clase, ropa de deporte, retraso... se anotan directamente en el cuaderno del profesor.

## **8.5.- Evaluación de la práctica docente**

La programación es concebida desde un modelo de gestión de calidad total, como un proceso cíclico, dinámico que aspira a la mejora continua. Desde esta perspectiva, es inconcebible el diseño de un proyecto que no contemple un proceso de autoevaluación que permita una regulación de la misma para una mayor eficacia y eficiencia en la consecución de los objetivos. En esta programación se contemplan con carácter general dos procedimientos para la evaluación de la propia programación como del profesor: el análisis de resultados y el diario del profesor.

### **1. ANÁLISIS DE RESULTADOS**

Comporta el análisis múltiple y la interpretación de todos los datos registrados de forma oficial sobre el alumno (datos personales, pruebas físicas, faltas de asistencia, notas ...) al objeto de poder advertir datos significativos al comparar los mismos con otros datos de naturaleza similar (registros otros alumnos, otros grupos, otros años...)

### **2. DIARIO DEL PROFESOR**

El diario del profesor es concebido como el principal instrumento para la autoevaluación de la programación. Es un instrumento de registro sistemático y anecdótico de lo acontecido en la puesta en práctica de la programación.

No es necesario realizar una encuesta sistemática para obtener una valoración de las tareas por parte del alumno; por el contrario, existen muchos indicadores en la conducta del alumno que nos permiten realizar una valoración de la misma. Por ejemplo, una tarea motriz no es motivante si los alumnos rápidamente abandonan o desvirtúan la misma, alegando haberla hecho ya.

| Item   | Criterio                             | Procedimiento  | Temp.*                      | R** |
|--|--------------------------------------|--|-----------------------------|-----|
| % sesiones o tareas realizadas con previstas     | Grado Ejecución                      | Comparar las tareas programadas con las realizadas   | Trim.                       | P   |
| % de alumnos que superan los mínimos             | Eficacia                             | Análisis de los resultados por U.D.  | Fin U.D.                    | P   |
| % alumnos activos                                | Eficacia Hábitos                     | Comparación de los alumnos que practican actividad extraescolar con el inicio del curso y con otros cursos y otras estadísticas de la población                                    | Anual                       | P D |
| Nº de incidentes y accidentes                    | Prevención y Seguridad               | Análisis del anecdotario de accidentes e incidencias en el diario del profesor   | Anual                       | D   |
| Valoración cuantificada de las tareas realizadas | ED: Adaptación psicológica al alumno | Escala de estimación de las tareas realizadas (de 1 a 5):<br>1 → Mayoría alumnos no realizan la tarea o la abandonan rápidamente.<br>5 → Todos realizan la tarea sin desvirtuarla. | Diario                      | P   |
| Nº de conductas disruptivas                      | ED: Clima aula                       | Diario del profesor para contabilizar las conductas disruptivas  | Ocasional Trim.<br>o Diario | D P |

\* Temporalización; \*\*Responsable: P → profesor; D → departamento.

Por otra parte, con carácter específico, cada unidad didáctica incorpora unos procedimientos particulares para la evaluación de aspectos puntuales de la misma.

**9.- PLANES DE REFUERZO.**

**DOCUMENTO INFORMATIVO PARA PADRES Y ALUMNOS/ AS DE LA MATERIA  
PENDIENTE DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**ACTIVIDADES DE REFUERZO PRÁCTICAS Y TEÓRICAS**

Mairena del Aljarafe, 31 de Octubre.de 2021 Estimados padres y madres:

Uno de los aspectos prioritarios para conseguir que el alumnado del centro mejore los resultados académicos es conseguir que recupere las asignaturas pendientes de cursos anteriores con las mayores garantías.

Su hijo.....del curso..... tiene que recuperar la asignatura de Educación Física de..... y para ello debe realizar las siguientes actividades que le adjuntamos.

Esperando poder contar con su colaboración, le ruego devuelva esta carta con su hijo/a convenientemente firmada.

Un saludo

EL PROFESOR/A,

Fdo.:

D/D<sup>a</sup> ....., como padre/madre/tutor legal del alumno/a ..... de ..... de E.S.O. grupo ....., he leído la información del presente escrito y me comprometo a supervisar que mi hijo/a dé prioridad a la recuperación de la asignatura pendiente de EDUCACIÓN FÍSICA.

Fdo: .....

Ronda de Cavaleri S/n 41927 – Mairena del Aljarafe (Sevilla)  
Telf: 955622961

e-mail: 41701626.edu@juntadeandalucia.es

<http://www.iescavaleri.com>

## ***Programas de refuerzo para la recuperación de los aprendizajes no adquiridos: PENDIENTE***

### **1ºESO**

#### **OBJETIVOS.**

1. Adquirir y desarrollar hábitos saludables para la calidad de vida, valorando los efectos positivos de la actividad física regular, así como la alimentación sana y equilibrada.
2. Desarrollar la condición física y motriz a través de situaciones lúdicas y cooperativas buscando la participación de toda la clase
3. Introducir hábitos y prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación. Concienciar de la relación postura y emoción.
4. Conocer y diferenciar las partes de la sesión de Educación Física. Distinguiendo las fases del calentamiento y conociendo diferentes formas lúdicas para llevarlas a cabo.
5. Aprender a interpretar y comunicar mensajes a través de la improvisación y el ritmo y realizar acciones expresivas combinando adecuadamente espacio, intensidad y tiempo.
6. Adquirir conciencia y hábitos de ejecución técnica dentro de los márgenes higiénicos en relación a deportes individuales como la Gimnasia y Acrosport
7. Vivenciar situaciones de cooperación-oposición, donde se apliquen los fundamentos técnicos-tácticos elementales en situaciones predeportivas y/o a través de deportes alternativos que favorezcan la inclusión.
8. Introducir aspectos de seguridad en la práctica relacionándolos con la salud y posibilidad de lesionarse.
9. Realizar actividades físicas en entornos cercanos como parques y la ciudad, así como en entornos naturales próximos como sierras, respetando la naturaleza y disfrutando a su vez de la misma.
10. Conocer las cualidades y características de uno mismo en las distintas situaciones de práctica, valorando y respetando las de los otros, así como el esfuerzo por mejorar las propias.
11. Participar de forma tolerante en actividades deportivas, valorando la deportividad y el juego limpio por encima de la búsqueda desmedida de la eficacia
12. Utilizar adecuadamente y con responsabilidad los medios que proponen las nuevas tecnologías, valorando su importancia y avance, pero también los riesgos de su uso inadecuado.

#### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos- tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico deportivas propuestas en condiciones adaptadas.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.
5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las

posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.

6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas

7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico- expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico- expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de educación Física.

10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.

11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.

12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.

13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.

**PARA REALIZAR ESTE TRABAJO DEBES LEER LOS TEMAS DEL LIBRO SEÑALADOS Y CONFORME LEAS ENCONTRARÁS LAS RESPUESTAS A LAS CUESTIONES.**

### **Requisitos para la presentación del trabajo**

Debe incluir: Portada, numeración, índice, respetar márgenes, y copiar los enunciados de las preguntas.

Este trabajo es imprescindible para recuperar la asignatura pendiente del curso anterior. En el caso de no haber recuperado la asignatura pendiente durante las evaluaciones del presente curso con la entrega de las actividades propuestas para cada trimestre; deberá ser presentado como última fecha en la primera quincena del mes de junio de 2022 y/ o la realización de un examen.

Los trabajos por evaluación serán presentados en las siguientes fechas:

1ª evaluación :

2ª evaluación :

3ª evaluación :



***Programas de refuerzo para la recuperación de los aprendizajes no adquiridos:***

**PENDIENTE 2ºESO**

**OBJETIVOS**

1. Incorporar hábitos saludables para la calidad de vida en el día a día, criticando y tomando conciencia de las prácticas físicas con efectos negativos para la salud (tabaquismo, sedentario, consumo de drogas y alcohol). Valorar efectos positivos del descanso y de una alimentación sana y equilibrada.
2. Desarrollar la condición física y motriz, haciendo hincapié en los efectos saludables que se obtienen de las mismas, métodos de valoración y factores indicadores de la intensidad del esfuerzo.
3. Desarrollar técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4. Conocer y diferenciar las partes de la sesión de Educación Física, aplicando de forma autónoma actividades y juegos para el calentamiento general y específico.
5. Aprender a interpretar y comunicar mensajes a través del gesto, la postura y el ritmo y realizar acciones expresivas aceptando las diferencias individuales y respetando la expresión de las demás personas.
6. Realizar montajes grupales sobre bailes tradicionales de Andalucía, empleando las técnicas expresivas y comunicativas del cuerpo.
7. Vivenciar situaciones de cooperación-oposición, donde se apliquen los fundamentos técnicos-tácticos básicos. Descubrir así mismo el patrimonio cultural lúdico a través de los juegos tradicionales, populares y expresiones atléticas.
8. Identificar los factores de la actividad física que implican riesgos para la salud y desarrollo de posibles lesiones
9. Realizar actividades físicas en entornos urbanos, así como en entornos naturales próximos como sierras, respetando la naturaleza y disfrutando a su vez de la misma. Así mismo valorar los efectos positivos sobre el medio ambiente y las personas de los desplazamientos activos
10. Aceptar las cualidades y características de uno mismo en las distintas situaciones de práctica, valorando y respetando las de los otros, así como el esfuerzo por mejorar las propias.
11. Participar de forma tolerante en actividades deportivas, valorando la deportividad y el juego limpio por encima de la búsqueda desmedida de la eficacia
12. Utilizar adecuadamente y con responsabilidad los medios que proponen las nuevas tecnologías, valorando su importancia y avance, pero también los riesgos de su uso inadecuado.

## **CRITERIOS EVALUACION**

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico- deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.
11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.
12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.

PARA REALIZAR ESTE TRABAJO DEBES LEER LOS TEMAS DEL LIBRO SEÑALADOS Y CONFORME LEAS ENCONTRARÁS LAS RESPUESTAS A LAS CUESTIONES.

### **Requisitos para la presentación del trabajo**

Debe incluir: Portada, numeración, índice, respetar márgenes (izquierdo, derecho, arriba y abajo), y copiar los enunciados de las preguntas.

Este trabajo es imprescindible para recuperar la asignatura pendiente del curso anterior. En el caso de no haber recuperado la asignatura pendiente durante las evaluaciones del presente curso con la entrega de las actividades propuestas para cada trimestre; deberá ser presentado como última fecha en la primera quincena del mes de junio de 2022 y/ o la realización de un examen.

Los trabajos por evaluación serán presentados en las siguientes fechas:

1ª evaluación :

2ª evaluación :

3ª evaluación :

## ***Programas de refuerzo para la recuperación de los aprendizajes no adquiridos:***

### **PENDIENTE 3ºESO**

#### **OBJETIVOS**

1. Adquirir y desarrollar hábitos saludables para la calidad de vida, valorando los efectos positivos de la actividad física regular, así como la alimentación sana y equilibrada.
2. Desarrollar la condición física y motriz, haciendo hincapié en los efectos saludables que se obtienen de las mismas
3. Desarrollar hábitos y prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación. Todo ello para ayudar a aliviar tensiones de la vida cotidiana.
4. Conocer y diferenciar las partes de la sesión de Educación Física, desarrollando de forma autónoma el calentamiento.
5. Aprender a interpretar y comunicar mensajes a través de la improvisación y el ritmo y realizar acciones expresivas con el cuerpo como forma de realización personal
6. Realizar montajes grupales sobre una temática, empleando las técnicas expresivas y comunicativas del cuerpo.
7. Vivenciar situaciones de cooperación-oposición, donde se apliquen los fundamentos técnicos-tácticos básicos
8. Reconocer situaciones prácticas donde exista poca seguridad, previniendo riesgos para la salud y posibles lesiones
9. Realizar actividades físicas en entornos cercanos como parques y la ciudad, así como en entornos naturales próximos como sierras, respetando la naturaleza y disfrutando a su vez de la misma
10. Aceptar las cualidades y características de uno mismo en las distintas situaciones de práctica, valorando y respetando las de los otros, así como el esfuerzo por mejorar las propias.
11. Participar de forma tolerante en actividades deportivas, valorando la deportividad y el juego limpio por encima de la búsqueda desmedida de la eficacia
12. Utilizar adecuadamente y con responsabilidad los medios que proponen las nuevas tecnologías, valorando su importancia y avance, pero también los riesgos de su uso inadecuado.

#### **CRITERIOS EVALUACIÓN**

1. Resolver con éxito situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando los fundamentos técnico-tácticos y las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad físico- deportiva, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.
5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad físico-deportiva,

relacionándolas con las características de las mismas.

7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico- deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus diferencias y aportaciones.

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artísticoexpresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

11. Participar en actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural, realizando carreras de orientación y aplicando técnicas específicas del deporte de orientación, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre

PARA REALIZAR ESTE TRABAJO DEBES LEER LOS TEMAS DEL LIBRO SEÑALADOS Y CONFORME LEAS ENCONTRARÁS LAS RESPUESTAS A LAS CUESTIONES.

### **Requisitos para la presentación del trabajo**

Debe incluir: Portada, numeración, índice, respetar márgenes (izquierdo, derecho, arriba y abajo), y copiar los enunciados de las preguntas.

Este trabajo es imprescindible para recuperar la asignatura pendiente del curso anterior. En el caso de no haber recuperado la asignatura pendiente durante las evaluaciones del presente curso con la entrega de las actividades propuestas para cada trimestre; deberá ser presentado como última fecha en la primera quincena del mes de junio de 2022 y/ o la realización de un examen.

Los trabajos por evaluación serán presentados en las siguientes fechas:

1ª evaluación :

2ª evaluación :

3ª evaluación :

***Programas de refuerzo para la recuperación de los aprendizajes no adquiridos: PENDIENTE***  
**4ºESO**

**OBJETIVOS**

1. Optimizar hábitos saludables para la calidad de vida, valorando los efectos positivos de la actividad física regular, autónoma y sistemática, así como la alimentación sana y equilibrada. Concienciar de conductas perniciosas como el tabaquismo, consumo de drogas, alcohol y sedentarismo.
2. Desarrollar la condición física y motriz, haciendo hincapié en los sistemas de entrenamiento y mejora de la misma.
3. Integrar como hábito saludable el desarrollo de la tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
4. Conocer y diferenciar las partes de la sesión de Educación Física, desarrollando de forma autónoma el calentamiento, activación y vuelta a la calma, atendiendo a la dificultad e intensidad de la parte principal de la sesión de Educación Física.
5. Crear y realizar composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal.
6. Crear y llevar a cabo montajes artístico-expresivos grupales que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas, diseñando y realizando montajes artístico expresivos como, por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc.
7. Optimizar la percepción y toma decisional en situaciones de cooperación-oposición, donde se apliquen los fundamentos técnicos-tácticos básicos, adoptando y modificando la conducta motriz en función del adversario- compañero y contexto de juego.
8. Conocer los protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana.
9. Realizar actividades físicas en entornos naturales, sensibilizándose en el uso de materiales reciclados y adoptando actitudes críticas sobre la utilización y aprovechamiento del medio natural. Así mismo conocer factores de seguridad principales en la realización de actividades en entornos cambiantes.
10. Aceptar las cualidades y características de uno mismo en las distintas situaciones de práctica, valorando y respetando las de los otros, así como el esfuerzo por mejorar las propias.
11. Participar de forma tolerante en actividades deportivas adoptando una actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como de espectador o espectadora.
12. Utilizar adecuadamente y con responsabilidad los medios que proponen las nuevas tecnologías, valorando su importancia y avance, pero también los riesgos de su uso inadecuado.

## **CRITERIOS EVALUACIÓN**

1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico- tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.
2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos.
4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.
5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.
6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.
7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas.
8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.
9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.
10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes.
11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.
12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.
13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.

PARA REALIZAR ESTE TRABAJO DEBES LEER LOS TEMAS DEL LIBRO SEÑALADOS Y CONFORME LEAS ENCONTRARÁS LAS RESPUESTAS A LAS CUESTIONES.

### **Requisitos para la presentación del trabajo**

Debe incluir: Portada, numeración, índice, respetar márgenes (izquierdo, derecho, arriba y abajo), y copiar los enunciados de las preguntas.

Este trabajo es imprescindible para recuperar la asignatura pendiente del curso anterior. En el caso de no haber recuperado la asignatura pendiente durante las evaluaciones del presente curso con la entrega de las actividades propuestas para cada trimestre; deberá ser presentado como última fecha en la primera quincena del mes de junio de 2022 y/ o la realización de un examen.

Los trabajos por evaluación serán presentados en las siguientes fechas:

1ª evaluación :

2ª evaluación :

3ª evaluación :



*Programas de refuerzo para la recuperación de los aprendizajes no adquiridos:*

**PENDIENTE 1º Bachillerato**

**OBJETIVOS**

1. Valorar la actividad física regular y sistemática como medio de enriquecimiento personal en todos los ámbitos de la vida, emergiendo como un contexto de autosuperación personal.
2. Diseñar e implementar de forma autónoma un programa de actividad física personal en función de las características propias y nivel condicional- motriz de partida.
3. Perfeccionar habilidades motrices específicas de los distintos deportes atendiendo al ciclo de percepción-acción como elemento fundamental a evaluar.
4. Diseñar, planificar y llevar a cabo montajes artístico- expresivos grupales, concienciándose de la importancia del trabajo colectivo y la comunicación en las situaciones de equipo. Erigiéndose como forma de ocio activo alternativa.
5. Desarrollar y estimular la creatividad en la búsqueda de soluciones en los deportes de oposición y cooperación- oposición atendiendo al contexto de juego.
6. Controlar los riesgos de lesión asociados al uso de equipamiento e instalaciones y aplicar hábitos de prevención de los mismos.
7. Integrar y aplicar de forma autónoma técnicas de respiración, relajación para su uso en situaciones estresantes del día a día.
8. Planificar y llevar a cabo actividades en entornos naturales de Andalucía, adoptando actitud crítica en el uso humano que se le da al medio natural
9. Adoptar actitud crítica ante las desigualdades entre individuos impuestas por una sociedad con un carácter desvirtuado de la competición. Valorando aquellos entornos inclusivos y de aprendizaje cooperativo donde el colectivo trabaja para un bien común.
10. Utilizar adecuadamente y con responsabilidad los medios que proponen las nuevas tecnologías, aplicando entornos colaborativos de aprendizaje, así como de uso correcto y seguro.

## **CRITERIOS EVALUACIÓN**

1. Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior.
2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.
3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.
4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones.
5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.
6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.
7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.
8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.
9. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.
10. Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias.

## **Entrega de trabajos.**

### **1º trimestre**

- Elaboración de un calentamiento, especificando las diferentes partes en las que se divide el calentamiento y desarrollando los ejercicios de cada parte.
- Planificación de un mes de entrenamiento físico de la resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad, desarrollando día a día el trabajo a realizar.
- Planificación de una sesión de cada capacidad física básica (en total serían 4 sesiones) de 60 minutos de duración.

### **2º trimestre**

- Realización de un trabajo, siguiendo el guión facilitado, sobre: “El deporte espectáculo”.

### **3º trimestre**

- Elaboración de un trabajo escrito donde queden reflejados diferentes figuras de Acrosport (mínima 5 figuras) y diferentes desplazamientos por el espacio que enlacen dichas figuras.

## **Exámenes teóricos**

### **1º trimestre**

- Apuntes de clase de Condición Física- Salud.
- La base y los principios del entrenamiento
- Las cualidades físicas
- La planificación del entrenamiento

### **2º trimestre**

- Teoría sobre técnica, táctica y reglamento de los Deportes Cooperativos.

### **3º trimestre**

- La danza

**PRUEBA EXTRAORDINARIA SI EL ALUMNO NO OBTIENE EVALUACIÓN  
POSITIVA EN DICHO PROGRAMA DE REFUERZO 1ºESO**

Alumno/a: \_\_\_\_\_ curso: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

A continuación, se señalan con los criterios de evaluación no superados durante el presente curso, relacionados con los temas del libro.

|   |
|---|
| <p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.</p> <p>6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas</p> |
| Examen de los temas del libro:  |

|   |
|---|
| <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.</p> <p>12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.</p> |
| Examen de los temas del libro:  |

|   |
|---|
| <p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.</p> <p>11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.</p> |
| Examen de los temas del libro:  |

**PRUEBA EXTRAORDINARIA SI EL ALUMNO NO OBTIENE EVALUACIÓN  
POSITIVA EN DICHO PROGRAMA DE REFUERZO 2ºESO**

Alumno/a: \_\_\_\_\_ curso: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

A continuación se señalan con los criterios de evaluación no superados durante el presente curso, relacionados con los temas del libro.

|  |
|--|
| <p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.</p> <p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.</p> |
| Examen de los temas del libro:   |

|   |
|---|
| <p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.</p> |
| Examen de los temas del libro:  |

|   |
|---|
| <p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.</p> |
| Examen de los temas del libro:  |

**PRUEBA EXTRAORDINARIA SI EL ALUMNO NO OBTIENE EVALUACIÓN  
POSITIVA EN DICHO PROGRAMA DE REFUERZO 3ºESO**

Alumno/a: \_\_\_\_\_ curso: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

A continuación, se señalan con los criterios de evaluación no superados durante el presente curso, relacionados con los temas del libro.

|   |
|---|
| <p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad físico- deportiva, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.</p> <p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad físico-deportiva, relacionándolas con las características de las mismas.</p> |
| Examen de los temas del libro:  |

|   |
|---|
| <p>3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando los fundamentos técnico-tácticos y las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico- deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus diferencias y aportaciones.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno</p> |
| Examen de los temas del libro:  |

|   |
|---|
| <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico- deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus diferencias y aportaciones.</p> <p>11. Participar en actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural, realizando carreras de orientación y aplicando técnicas específicas del deporte de orientación, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre</p> |
|---|

Examen de los temas del libro:

**PRUEBA EXTRAORDINARIA SI EL ALUMNO NO OBTIENE EVALUACIÓN  
POSITIVA EN DICHO PROGRAMA DE REFUERZO 4ºESO**

Alumno/a: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

A continuación se señalan con los criterios de evaluación no superados durante el presente curso, relacionados con los temas del libro.

|   |
|---|
| <p>4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.</p> <p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.</p> <p>6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.</p> |
| Examen de los temas del libro:  |

|   |
|---|
| <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos.</p> <p>7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas.</p> <p>8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.</p> |
| Examen de los temas del libro:  |

|   |
|---|
| <p>2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva</p> <p>11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.</p> |
| Examen de los temas del libro:  |



**PRUEBA EXTRAORDINARIA SI EL ALUMNO NO OBTIENE EVALUACIÓN POSITIVA EN DICHO PROGRAMA DE REFUERZO 1º BACHILLERATO**

Alumno/

a: \_\_\_\_\_ curso: \_\_\_\_\_ Fecha: \_

A continuación se señalan con una cruz los criterios de evaluación no superados durante el presente curso, relacionados con los apuntes.

|  |  |
|--|--|
|  | <p>4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones.</p> <p>5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.</p> <p>6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.</p> |
|  | Fotocopias Condición Física – Salud  |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>1. Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior.</p> <p>3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p> |
|  | Trabajo siguiendo el guión de clase sobre el tema elegido (20 folios)  |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.</p> <p>10. Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias.</p> |
|  | Examen de las fotocopias de Acrosport  |

## PLAN PERSONALIZADO ALUMNADO QUE NO PROMOCIONA DE CURSO

Nombre del alumno/a : \_\_\_\_\_ curso: 1º ESO\_

Para aquellos alumnos repetidores que no hubiesen superado la asignatura en el curso pasado, se llevarán a cabo las siguientes actuaciones: Se recogerá información de cuáles fueron los motivos y dificultades que originaron el suspenso en la asignatura (a través del informe individualizado de junio, entrevista con el alumno/a, evaluación inicial, etc.), en función de estos resultados se plantearán actuaciones encaminadas a informar al alumno/a de cómo superar la asignatura en el presente curso.

- 1º.- Para el alumnado cuya principal dificultad haya sido la superación del apartado de conceptos, se dividirá la entrega de trabajos por unidades o temas en cada evaluación, haciendo controles por separado de cada tema, además del global de la evaluación junto con sus compañeros.
- 2º.- Para el alumnado repetidor en el que la no superación haya sido motivada por absentismo, se seguirán las mismas pautas de calificación que para el resto de la clase, con seguimiento a través de Séneca del control de faltas, al alcanzarse 1/3 de las horas del trimestre como falta de asistencia injustificada, se enviará carta a los tutores legales de la posibilidad de suspender la asignatura.
- 3º.- Para el alumnado repetidor en el que la no superación de la asignatura haya sido influida en gran parte por problemas de comportamiento, no colaboración además de la no entrega de trabajo, presentación a exámenes, realización de prácticas...se hará un seguimiento a través de la Agenda Escolar del Alumno/a, comunicando a la familia la evolución de éste mensualmente, y en caso necesario la aplicación de los partes de incidencias y corrección previstos por el centro.

### **LA SUPERACIÓN DE LA ASIGNATURA ESTARÁ CONDICIONADA A LOGRAR LAS SIGUIENTES METAS**

1. Ha recopilado actividades, juegos, estiramientos y ejercicios de movilidad articular apropiados para el calentamiento y realizados en clase
2. Identifica hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida cotidiana
3. Ha incrementado las cualidades físicas relacionadas con la salud, trabajadas durante el curso respecto a su nivel inicial
4. Ejecuta satisfactoriamente los aspectos técnicos fundamentales de un deporte individual, aceptando el nivel alcanzado
5. Realiza la acción motriz oportuna en función de la fase de juego que se desarrolle, ataque o defensa, en el juego o deporte colectivo que se ha propuesto.
6. Elabora un mensaje de forma colectiva, mediante técnicas como el mimo, el gesto, la dramatización o la danza y comunicarlo al resto de grupos.
7. Sigue las indicaciones de señales de rastreo en un recorrido por el centro o sus inmediaciones.
8. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
9. Ha entregado los trabajos escritos de cada evaluación.
10. Reconoce las respuestas correctas en exámenes escritos de los temas tratados.
11. Ha participado positiva y activamente en las actividades realizadas en grupo.

## **OTRAS POSIBLES ACTUACIONES:**

### **Adecuación de la programación didáctica:**

**Actividades y tareas de aprendizaje** (diseñar actividades y tareas con diferentes grados de realización, posibilidades de ejecución, diversas para un mismo contenido)

**Organización flexible del tiempo:** Permitir que las actividades y tareas se realicen al ritmo del alumno/a, aumentar el tiempo para realizar la misma actividad o tarea)

**Metodología:** (Diversidad metodológica: aprendizaje experiencial, aprendizaje basado en proyectos, trabajo cooperativo en grupo).

**Procedimiento e instrumentos de evaluación** (Uso de métodos de evaluación alternativos: observación diaria, registros, portafolios), adaptaciones en el formato de evaluación (presentación preguntas secuenciadas y separadas, selección aspectos relevantes y esenciales, sustitución pruebas escritas por oral, lectura de preguntas, supervisión durante el examen), adaptaciones de tiempo...)

## **PLAN PERSONALIZADO ALUMNADO QUE NO PROMOCIONA DE CURSO**

Nombre del alumno/a : \_\_\_\_\_ curso: 2º ESO\_\_

Para aquellos alumnos repetidores que no hubiesen superado la asignatura en el curso pasado, se llevarán a cabo las siguientes actuaciones: Se recogerá información de cuáles fueron los motivos y dificultades que originaron el suspenso en la asignatura (a través del informe individualizado de junio, entrevista con el alumno/a, evaluación inicial, etc.), en función de estos resultados se plantearán actuaciones encaminadas a informar al alumno/a de cómo superar la asignatura en el presente curso.

- 1º.- Para el alumnado cuya principal dificultad haya sido la superación del apartado de conceptos, se dividirá la entrega de trabajos por unidades o temas en cada evaluación, haciendo controles por separado de cada tema, además del global de la evaluación junto con sus compañeros.
- 2º.- Para el alumnado repetidor en el que la no superación haya sido motivada por absentismo, se seguirán las mismas pautas de calificación que para el resto de la clase, con seguimiento a través de Séneca del control de faltas, al alcanzarse 1/3 de las horas del trimestre como falta de asistencia injustificada, se enviará carta a los tutores legales de la posibilidad de suspender la asignatura.
- 3º.- Para el alumnado repetidor en el que la no superación de la asignatura haya sido influida en gran parte por problemas de comportamiento, no colaboración además de la no entrega de trabajo, presentación a exámenes, realización de prácticas....se hará un seguimiento a través de la Agenda Escolar del Alumno/a, comunicando a la familia la evolución de éste mensualmente, y en caso necesario la aplicación de los partes de incidencias y corrección previstos por el centro

### **LA SUPERACIÓN DE LA ASIGNATURA ESTARÁ CONDICIONADA A LOGRAR LAS SIGUIENTES METAS**

1. Ha incrementado sus capacidades de resistencia aeróbica y flexibilidad respecto a su nivel inicial.
2. Reconoce a través de la práctica las actividades físicas que se desarrollan en una franja de la frecuencia cardiaca beneficiosa para la salud.
3. Crea y pone en práctica una secuencia armónica de movimientos corporales a partir de un ritmo escogido.
4. Realiza de forma autónoma un recorrido de sendero cumpliendo normas de seguridad básicas como llevar una indumentaria adecuada, seguir el sendero y contar con todo el material necesario para completar el recorrido.
5. Respeta el medio ambiente usando recipientes donde depositar los residuos producidos durante la marcha, o cómo evolucionar por terrenos sin perjudicar la flora y la fauna del entorno.
6. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
7. Muestra autocontrol en la aplicación de la fuerza y en la relación con el adversario, ante situaciones de contacto físico en juegos y actividades de lucha.
8. Manifiesta actitudes de cooperación, tolerancia y deportividad tanto cuando se adopta el papel de participante como el de espectador en la práctica de un deporte colectivo.

## **OTRAS POSIBLES ACTUACIONES:**

### **Adecuación de la programación didáctica:**

**Actividades y tareas de aprendizaje** (diseñar actividades y tareas con diferentes grados de realización, posibilidades de ejecución, diversas para un mismo contenido)

**Organización flexible del tiempo:** Permitir que las actividades y tareas se realicen al ritmo del alumno/a, aumentar el tiempo para realizar la misma actividad o tarea)

**Metodología:** (Diversidad metodológica: aprendizaje experiencial, aprendizaje basado en proyectos, trabajo cooperativo en grupo).

**Procedimiento e instrumentos de evaluación** (Uso de métodos de evaluación alternativos: observación diaria, registros, portafolios), adaptaciones en el formato de evaluación (presentación preguntas secuenciadas y separadas, selección aspectos relevantes y esenciales, sustitución pruebas escritas por oral, lectura de preguntas, supervisión durante el examen), adaptaciones de tiempo...)

## PLAN PERSONALIZADO ALUMNADO QUE NO PROMOCIONA DE CURSO

Nombre del alumno/ a : \_\_\_\_\_ curso: 3º ESO\_

Para aquellos alumnos repetidores que no hubiesen superado la asignatura en el curso pasado, se llevarán a cabo las siguientes actuaciones: Se recogerá información de cuáles fueron los motivos y dificultades que originaron el suspenso en la asignatura (a través del informe individualizado de junio, entrevista con el alumno/a, evaluación inicial, etc.), en función de estos resultados se plantearán actuaciones encaminadas a informar al alumno/a de cómo superar la asignatura en el presente curso.

- 1º.- Para el alumnado cuya principal dificultad haya sido la superación del apartado de conceptos, se dividirá la entrega de trabajos por unidades o temas en cada evaluación, haciendo controles por separado de cada tema, además del global de la evaluación junto con sus compañeros.
- 2º.- Para el alumnado repetidor en el que la no superación haya sido motivada por absentismo, se seguirán las mismas pautas de calificación que para el resto de la clase, con seguimiento a través de Séneca del control de faltas, al alcanzarse 1/3 de las horas del trimestre como falta de asistencia injustificada, se enviará carta a los tutores legales de la posibilidad de suspender la asignatura.
- 3º.- Para el alumnado repetidor en el que la no superación de la asignatura haya sido influida en gran parte por problemas de comportamiento, no colaboración además de la no entrega de trabajo, presentación a exámenes, realización de prácticas....se hará un seguimiento a través de la Agenda Escolar del Alumno/a, comunicando a la familia la evolución de éste mensualmente, y en caso necesario la aplicación de los partes de incidencias y corrección previstos por el centro.

### **LA SUPERACIÓN DE LA ASIGNATURA ESTARÁ CONDICIONADA A LOGRAR LAS SIGUIENTES METAS**

1. Relaciona las actividades físicas con los efectos que producen en los diferentes aparatos y sistemas del cuerpo humano, especialmente con aquellos que son relevantes para la salud.
2. Ha incrementado los niveles de resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia a partir del nivel inicial, participando en la selección de actividades y ejercicios en función de los métodos de entrenamiento propios de cada capacidad.
3. Realiza ejercicios de acondicionamiento físico atendiendo a criterios de higiene postural como estrategia para la prevención de lesiones.
4. Conoce la importancia que tiene para la salud una alimentación equilibrada a partir del cálculo de la ingesta y el gasto calórico, en base a las raciones diarias de cada grupo de alimentos y de las actividades diarias realizadas.
5. Resuelve situaciones de juego reducido de varios deportes colectivos aplicando los conocimientos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos.
6. Realiza figuras de Acrosport o bailes por parejas o en grupo, indistintamente y con cualquier miembro del mismo, mostrando respeto y desinhibición.
7. Completa una actividad de orientación, preferentemente en el medio natural, con la ayuda de un mapa y respetando las normas de seguridad.
8. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

## **OTRAS POSIBLES ACTUACIONES:**

### **Adecuación de la programación didáctica:**

**Actividades y tareas de aprendizaje** (diseñar actividades y tareas con diferentes grados de realización, posibilidades de ejecución, diversas para un mismo contenido)

**Organización flexible del tiempo:** Permitir que las actividades y tareas se realicen al ritmo del alumno/a, aumentar el tiempo para realizar la misma actividad o tarea)

**Metodología:** (Diversidad metodológica: aprendizaje experiencial, aprendizaje basado en proyectos, trabajo cooperativo en grupo).

**Procedimiento e instrumentos de evaluación** (Uso de métodos de evaluación alternativos: observación diaria, registros, portafolios), adaptaciones en el formato de evaluación (presentación preguntas secuenciadas y separadas, selección aspectos relevantes y esenciales, sustitución pruebas escritas por oral, lectura de preguntas, supervisión durante el examen), adaptaciones de tiempo...)

## PLAN PERSONALIZADO ALUMNADO QUE NO PROMOCIONA DE CURSO

Nombre del alumno/ a : \_\_\_\_\_ curso: 4º ESO\_

Para aquellos alumnos repetidores que no hubiesen superado la asignatura en el curso pasado, se llevarán a cabo las siguientes actuaciones: Se recogerá información de cuáles fueron los motivos y dificultades que originaron el suspenso en la asignatura (a través del informe individualizado de junio, entrevista con el alumno/a, evaluación inicial, etc.), en función de estos resultados se plantearán actuaciones encaminadas a informar al alumno/a de cómo superar la asignatura en el presente curso.

- 1º.- Para el alumnado cuya principal dificultad haya sido la superación del apartado de conceptos, se dividirá la entrega de trabajos por unidades o temas en cada evaluación, haciendo controles por separado de cada tema, además del global de la evaluación junto con sus compañeros.
- 2º.- Para el alumnado repetidor en el que la no superación haya sido motivada por absentismo, se seguirán las mismas pautas de calificación que para el resto de la clase, con seguimiento a través de Séneca del control de faltas, al alcanzarse 1/3 de las horas del trimestre como falta de asistencia injustificada, se enviará carta a los tutores legales de la posibilidad de suspender la asignatura.
- 3º.- Para el alumnado repetidor en el que la no superación de la asignatura haya sido influida en gran parte por problemas de comportamiento, no colaboración además de la no entrega de trabajo, presentación a exámenes, realización de prácticas....se hará un seguimiento a través de la Agenda Escolar del Alumno/a, comunicando a la familia la evolución de éste mensualmente, y en caso necesario la aplicación de los partes de incidencias y corrección previstos por el centro.

### **LA SUPERACIÓN DE LA ASIGNATURA ESTARÁ CONDICIONADA A LOGRAR LAS SIGUIENTES METAS**

1. Planifica y pone en práctica calentamientos autónomos respetando pautas básicas para su elaboración y atendiendo a las características de la actividad física que se realizará.
2. Conoce los efectos beneficiosos y de prevención que el trabajo regular de resistencia aeróbica, de flexibilidad y de fuerza resistencia suponen para el estado de salud.
3. Diseña y llevar a cabo un plan de trabajo de resistencia, buscando beneficios para la salud, incrementando el propio nivel inicial, a partir del conocimiento de sistemas y métodos de entrenamiento.
4. Resuelve supuestos prácticos sobre las lesiones que se pueden producir en la vida cotidiana, en la práctica de actividad física y en el deporte, aplicando unas primeras atenciones.
5. Manifiesta una actitud crítica ante las prácticas y valoraciones que se hacen del deporte y del cuerpo a través de los diferentes medios de comunicación.
6. Participa en la organización y puesta en práctica de torneos en los que se practicarán deportes y actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.
7. Participa de forma desinhibida y constructiva en la creación y realización de actividades expresivas colectivas con soporte musical (Acrosport , bailes, coreografías) .
8. Utiliza los tipos de respiración y las técnicas y métodos de relajación como medio para la reducción de desequilibrios y el alivio de tensiones producidas en la vida cotidiana.
9. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
10. Comunica y comparte información e ideas en los deportes y en entornos apropiados



## **OTRAS POSIBLES ACTUACIONES:**

### **Adecuación de la programación didáctica:**

**Actividades y tareas de aprendizaje** (diseñar actividades y tareas con diferentes grados de realización, posibilidades de ejecución, diversas para un mismo contenido)

**Organización flexible del tiempo:** Permitir que las actividades y tareas se realicen al ritmo del alumno/a, aumentar el tiempo para realizar la misma actividad o tarea)

**Metodología:** (Diversidad metodológica: aprendizaje experiencial, aprendizaje basado en proyectos, trabajo cooperativo en grupo).

**Procedimiento e instrumentos de evaluación** (Uso de métodos de evaluación alternativos: observación diaria, registros, portafolios), adaptaciones en el formato de evaluación (presentación preguntas secuenciadas y separadas, selección aspectos relevantes y esenciales, sustitución pruebas escritas por oral, lectura de preguntas, supervisión

## **PLAN PERSONALIZADO ALUMNADO QUE NO PROMOCIONA DE CURSO**

Nombre del alumno/a : \_\_\_\_\_ curso: 1º BACHILLERATO\_

Para aquellos alumnos repetidores que no hubiesen superado la asignatura en el curso pasado, se llevarán a cabo las siguientes actuaciones: Se recogerá información de cuáles fueron los motivos y dificultades que originaron el suspenso en la asignatura (a través del informe individualizado de junio, entrevista con el alumno/a, evaluación inicial, etc.), en función de estos resultados se plantearán actuaciones encaminadas a informar al alumno/a de cómo superar la asignatura en el presente curso.

- 1º.- Para el alumnado cuya principal dificultad haya sido la superación del apartado de conceptos, se dividirá la entrega de trabajos por unidades o temas en cada evaluación, haciendo controles por separado de cada tema, además del global de la evaluación junto con sus compañeros.
- 2º.- Para el alumnado repetidor en el que la no superación haya sido motivada por absentismo, se seguirán las mismas pautas de calificación que para el resto de la clase, con seguimiento a través de Séneca del control de faltas, al alcanzarse 1/3 de las horas del trimestre como falta de asistencia injustificada, se enviará carta a los tutores legales de la posibilidad de suspender la asignatura.
- 3º.- Para el alumnado repetidor en el que la no superación de la asignatura haya sido influida en gran parte por problemas de comportamiento, no colaboración además de la no entrega de trabajo, presentación a exámenes, realización de prácticas...se hará un seguimiento a través de la Agenda Escolar del Alumno/a, comunicando a la familia la evolución de éste mensualmente, y en caso necesario la aplicación de los partes de incidencias y corrección previstos por el centro.

### **LA SUPERACIÓN DE LA ASIGNATURA ESTARÁ CONDICIONADA A LOGRAR LAS SIGUIENTES METAS**

1. Diseña y organiza actividades de carácter físico-recreativas para el empleo del tiempo libre, adaptadas a la heterogeneidad de un grupo de clase y utilizando los recursos disponibles en el centro y en el entorno próximo.
2. Muestra en situaciones de práctica que se es capaz de convivir con los mismos valores que exige la convivencia democrática en un contexto social cotidiano, es decir, participando con libertad, responsabilidad, solidaridad, respeto, honestidad, justicia, etc.
3. Demuestra que ha adquirido un cierto grado de ética y cultura deportiva, sometiendo a reflexión crítica los comportamientos y actitudes derivados de las actuaciones propias y ajenas desde las funciones de participante, consumidor y espectador del deporte.
4. Ha investigado en el contexto familiar y social sobre las danzas y juegos tradicionales realizados por diferentes generaciones y los aspectos socioculturales asociados a ellos.
5. Muestra comprensión sobre las bases de una actividad física respetuosa con el medio y colabora a su sostenibilidad.
6. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.
7. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión

## **OTRAS POSIBLES ACTUACIONES:**

### **Adecuación de la programación didáctica:**

**Actividades y tareas de aprendizaje** (diseñar actividades y tareas con diferentes grados de realización, posibilidades de ejecución, diversas para un mismo contenido)

**Organización flexible del tiempo:** Permitir que las actividades y tareas se realicen al ritmo del alumno/a, aumentar el tiempo para realizar la misma actividad o tarea)

**Metodología:** (Diversidad metodológica: aprendizaje experiencial, aprendizaje basado en proyectos, trabajo cooperativo en grupo).

**Procedimiento e instrumentos de evaluación** (Uso de métodos de evaluación alternativos: observación diaria, registros, portafolios), adaptaciones en el formato de evaluación (presentación preguntas secuenciadas y separadas, selección aspectos relevantes y esenciales, sustitución pruebas escritas por oral, lectura de preguntas, supervisión durante el examen), adaptaciones de tiempo...

## **10.- ANEXOS.**

Anexo 1.- Adaptación de la programación didáctica de Educación Física de la ESO ante un hipotético caso de docencia no presencial por confinamiento.

Anexo 2.- Adaptación de la programación didáctica de Educación Física correspondiente a Bachillerato ante un hipotético caso de docencia no presencial por confinamiento.

Anexo 3.- Información Programa de Extraescolares y Complementarias.

## **Anexo 1.- Adaptación de la programación didáctica de Educación Física de la ESO ante un hipotético caso de docencia no presencial por confinamiento.**

### **11.1- MARCO NORMATIVO**

Esta adaptación de la Programación Didáctica ante un hipotético caso de confinamiento está elaborada de acuerdo al marco normativo que regula las enseñanzas correspondientes a la ESO y que se ha detallado en el punto 1 de esta Programación Didáctica. A esa normativa, añadimos la siguiente:

- Instrucción 10/2020, de 15 de junio, de la dirección general de ordenación y evaluación educativa relativa a las medidas educativas a adoptar en el inicio del curso 2020/2021 en los centros docentes andaluces que imparten enseñanzas de régimen general.

### **11.2- METODOLOGÍA Y PLATAFORMA TELEMÁTICA A UTILIZAR**

Ante un hipotético caso de docencia no presencial durante el curso 2021/2022 debido a un nuevo confinamiento, el profesorado que imparte Educación Física en ESO optará por Moodle como plataforma telemática a utilizar.

En esta plataforma, llevaríamos a cabo las siguientes actuaciones metodológicas:

- Tareas de carácter diario o semanal.
- Envío de materiales teóricos o teórico-prácticos (es decir, el uso de documentos teóricos-prácticos que recojan los contenidos principales del temario de la asignatura).
- Comunicaciones periódicas con el alumnado a través de la plataforma o bien de correos electrónicos.
- Planificación y realización de vídeos o audios.
- Comunicación “sincrónica” (es decir, “en directo”, a través del “chat” o la realización de videoconferencias) y asincrónica (por medio de correos electrónicos, vídeos o audios, planteamiento de “preguntas”, “foros”).
- Sustitución de pruebas escritas presenciales por pruebas telemáticas (formularios o cuestionarios, tareas, entrevistas personales o en pequeños grupos, trabajos o informes de investigación).
- Utilización del “calendario” para la planificación del proceso de enseñanza-aprendizaje en el contexto de un nuevo confinamiento.

En cuanto a la metodología, la forma de trabajo propuesta va en el sentido de las “recomendaciones metodológicas” contenidas en el Decreto 181/2020, de 20 de noviembre, relativo a la ordenación y currículo de la ESO en Andalucía. En particular, “Los métodos deben partir de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo en el alumnado, ajustándose al nivel competencial inicial de éste y teniendo en cuenta la atención a la diversidad y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo”, “favorecer la implicación del alumnado en su propio aprendizaje, estimular la superación individual, el desarrollo de todas sus potencialidades, fomentar su autoconcepto y su autoconfianza, y los procesos de aprendizaje autónomo”, “se favorecerá el descubrimiento, la investigación, el espíritu emprendedor y la iniciativa personal” y en lo relativo a la utilización habitual de las “tecnologías de la información y de la comunicación para el aprendizaje y el conocimiento (...) como herramientas integradas para el desarrollo del currículo”.

### 11.3- ADAPTACIÓN DE OBJETIVOS

Respecto de los objetivos de la materia, en caso de confinamiento no variarán (no será “eliminado” ninguno en particular) aunque sí se priorizarán algunos sobre otros.

Respecto de las “capacidades” y “objetivos” generales correspondientes a Educación Secundaria Obligatoria en su conjunto (establecidos por el Decreto 181/2020), en caso de confinamiento el Departamento de Educación Física priorizará los siguientes:

- 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
- Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación
- 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 (inciso).

Respecto a los objetivos específicos de área en caso de confinamiento se **priorizarán** los siguientes:

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

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

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

6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artística, expresiva y comunicativa de carácter individual y grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.

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

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

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

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

#### **11.4- ADAPTACIÓN DE CONTENIDOS**

Respecto de los contenidos de la materia, en caso de confinamiento no variarán (no será “eliminado” ninguno en particular) aunque sí se priorizarán algunos bloques de contenido sobre otros.

En caso de confinamiento, daremos prioridad a los bloques de SALUD Y CALIDAD DE VIDA y CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ, aunque trabajaremos también los de Expresión Corporal y contenidos teóricos de Juegos y Deportes y Actividades Físico Deportivas en el Medio Natural). En este sentido, subrayamos que no se eliminarán contenidos, sino que se priorizarán, durante el período que dure el confinamiento, los bloques de contenidos antes mencionados.

#### **11.5- INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**

Durante un posible confinamiento, los instrumentos de evaluación que utilizaremos serán los ofrecidos por la plataforma Moodle:

- las tareas (de repaso, ampliación y refuerzo) enviadas a través de Moodle
- los cuestionarios;
- envío de audios o vídeos del alumnado;
- participación del alumnado en los “hilos”, “foros” o “debates” que se abran a partir de una pregunta;
- entrevistas personales o en pequeños grupos con el alumnado.

#### **11.6- ADAPTACIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

Ante un posible confinamiento debido a la pandemia de COVID-19, el Departamento de Educación Física seguirá las instrucciones que se nos indiquen desde Jefatura de Estudios respecto de los criterios de calificación (según qué evaluaciones o períodos lectivos se vean afectados por dicho confinamiento).

Por otro lado, estaremos atentos a la información que nos puedan ofrecer el profesorado tutor, el responsable TIC del centro y el Departamento de Orientación en lo relativo a posibles inconvenientes técnicos o de otra índole que puedan dificultar a determinados estudiantes el acceso a las clases telemáticas.

#### **11.7- EVALUACIÓN ORDINARIA**

El cálculo que seguiremos para la evaluación ordinaria dependerá del período lectivo que afecte un posible confinamiento (es decir, fecha de inicio y finalización del mismo y las evaluaciones comprometidas en tal caso). En este sentido, suponemos que ante esta eventualidad se decidirán planes de continuidad o de recuperación (con los porcentajes respectivos en cuanto a las calificaciones) semejantes a los llevados a cabo en el confinamiento que afectó al curso 2019 / 2020. Ante este hipotético escenario, este punto del ANEXO será revisado por los miembros del Departamento de Educación Física a partir de las instrucciones que oportunamente nos comunique la Jefatura de Estudios.

#### **11.11- EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA**

El alumnado que no supere la materia en la convocatoria ordinaria, podrá presentarse (tal como la normativa vigente establece) a una convocatoria extraordinaria en el mes de septiembre. La calificación final será la que se obtenga en el examen extraordinario, una prueba que se ajustará a los objetivos y contenidos especificados en el Informe que el profesorado de Educación Física le entregue al alumnado en el mes de junio de 2022.

En esa nota, y siempre que en dicho Informe se haga mención explícita, también se tendrán en cuenta las tareas que el alumnado haya realizado durante el verano y que deberá presentar en tiempo y forma el día del examen extraordinario. Esa prueba será presencial (un examen escrito) o telemática, según la situación sanitaria del mes de septiembre de 2022 y de acuerdo a las instrucciones que oportunamente recibamos de Jefatura de Estudios.

## **Anexo 2.- Adaptación de la programación didáctica de Educación Física correspondiente a Bachillerato ante un hipotético caso de docencia no presencial por confinamiento.**

### **11.1- MARCO NORMATIVO**

Esta adaptación de la Programación Didáctica ante un hipotético caso de confinamiento está elaborada de acuerdo al marco normativo que regula las enseñanzas correspondientes al bachillerato y que se ha detallado en el punto 1 de esta Programación Didáctica. A esa normativa, añadimos la siguiente:

- Instrucción 10/2020, de 15 de junio, de la dirección general de ordenación y evaluación educativa relativa a las medidas educativas a adoptar en el inicio del curso 2021/2022 en los centros docentes andaluces que imparten enseñanzas de régimen general.

### **11.2- METODOLOGÍA Y PLATAFORMA TELEMÁTICA A UTILIZAR**

Ante un hipotético caso de docencia no presencial durante el curso 2021/2022 debido a un nuevo confinamiento, el profesorado que imparte Educación Física en ESO optará por Moodle como plataforma telemática a utilizar.

En esta plataforma, llevaríamos a cabo las siguientes actuaciones metodológicas:

- Tareas de carácter diario o semanal.
- Envío de materiales teóricos o teórico-prácticos (es decir, el uso de documentos teóricos-prácticos que recojan los contenidos principales del temario de la asignatura).
- Comunicaciones periódicas con el alumnado a través de la plataforma o bien de correos electrónicos.
- Planificación y realización de vídeos o audios.
- Comunicación “sincrónica” (es decir, “en directo”, a través del “chat” o la realización de videoconferencias) y asincrónica (por medio de correos electrónicos, vídeos o audios, planteamiento de “preguntas”, “foros”).
- Sustitución de pruebas escritas presenciales por pruebas telemáticas (formularios o cuestionarios, tareas, entrevistas personales o en pequeños grupos, trabajos o informes de investigación).
- Utilización del “calendario” para la planificación del proceso de enseñanza-aprendizaje en el contexto de un nuevo confinamiento.



En cuanto a la metodología, la forma de trabajo propuesta va en el sentido de las “recomendaciones metodológicas” contenidas en el Decreto 182/2020, de 20 noviembre, relativo a la ordenación y currículo del Bachillerato en Andalucía. En particular “Los métodos deben partir de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo en el alumnado, ajustándose al nivel competencial inicial de este y teniendo en cuenta la atención a la diversidad y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo”, respecto de “favorecer la implicación del alumnado en su propio aprendizaje, estimular la superación individual, el desarrollo de todas sus potencialidades, fomentar su autoconcepto y su autoconfianza, y los procesos de aprendizaje autónomo”, “se favorecerá el descubrimiento, la investigación, el espíritu emprendedor y la iniciativa personal” y en lo relativo a la utilización habitual de las “tecnologías de la información y de la comunicación para el aprendizaje y el conocimiento (...) como herramientas integradas para el desarrollo del currículo”.

### **11.3- ADAPTACIÓN DE OBJETIVOS**

Respecto de los objetivos de la materia correspondientes a Bachillerato, en caso de confinamiento no variarán (no será “eliminado” ninguno en particular) aunque se priorizarán los siguientes:

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

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

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

6. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.

7. Utilizar de forma autónoma y regular, hábitos saludables de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.

8. Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.

9. Respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva.

10. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente la autoría de las informaciones y archivos compartidos.

## **11.4- ADAPTACIÓN DE CONTENIDOS**

Respecto de los contenidos de la materia, en caso de confinamiento no variarán (no será “eliminado” ninguno en particular) aunque sí se priorizarán algunos bloques de contenido sobre otros.

En caso de confinamiento, daremos prioridad a los bloques de SALUD Y CALIDAD DE VIDA y CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ, aunque trabajaremos también los de Expresión Corporal y contenidos teóricos de Juegos y Deportes y Actividades Físico Deportivas en el Medio Natural). En este sentido, subrayamos que no se eliminarán contenidos, sino que se priorizarán, durante el período que dure el confinamiento, los bloques de contenidos antes mencionados.

## **11.5- INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**

Durante un posible confinamiento, los instrumentos de evaluación que utilizaremos serán los ofrecidos por la plataforma Moodle:

- las tareas (de repaso, ampliación y refuerzo) enviadas a través de Moodle
- los cuestionarios;
- envío de audios o vídeos del alumnado;
- participación del alumnado en los “hilos”, “foros” o “debates” que se abran a partir de una pregunta;
- entrevistas personales o en pequeños grupos con el alumnado.

## **11.6- ADAPTACIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

Ante un posible confinamiento debido a la pandemia de COVID-19, el Departamento de Educación Física seguirá las instrucciones que se nos indiquen desde Jefatura de Estudios respecto de los criterios de calificación (según qué evaluaciones o períodos lectivos se vean afectados por dicho confinamiento).

Por otro lado, estaremos atentos a la información que nos puedan ofrecer el profesorado tutor, el responsable TIC del centro y el Departamento de Orientación en lo relativo a posibles inconvenientes técnicos o de otra índole que puedan dificultar a determinados estudiantes el acceso a las clases telemáticas.

## **11.7- EVALUACIÓN ORDINARIA**

El cálculo que seguiremos para la evaluación ordinaria dependerá del período lectivo que afecte un posible confinamiento (es decir, fecha de inicio y finalización del mismo y las evaluaciones comprometidas en tal caso). En este sentido, suponemos que ante esta eventualidad se decidirán planes de continuidad o de recuperación (con los porcentajes respectivos en cuanto a las calificaciones) semejantes a los llevados a cabo en el confinamiento que afectó al curso 2019 / 2020. Ante este hipotético escenario, este punto del ANEXO será revisado por los miembros del Departamento de Educación Física a partir de las instrucciones que oportunamente nos comunique la Jefatura de Estudios.

## **11.11- EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA**

El alumnado que no supere la materia en la convocatoria ordinaria, podrá presentarse (tal como la normativa vigente establece) a una convocatoria extraordinaria en el mes de septiembre. La calificación final será la que se obtenga en el examen extraordinario, una prueba que se ajustará a los objetivos y

contenidos especificados en el Informe que el profesorado de Educación Física le entregue al alumnado en el mes de junio de 2022.

En esa nota, y siempre que en dicho Informe se haga mención explícita, también se tendrán en cuenta las tareas que el alumnado haya realizado durante el verano y que deberá presentar en tiempo y forma el día del examen extraordinario. Esa prueba será presencial (un examen escrito) o telemática, según la situación sanitaria del mes de septiembre de 2022 y de acuerdo a las instrucciones que oportunamente recibamos de Jefatura de Estudios.

### **Anexo 3.- Información Programa de Extraescolares y Complementarias.**

Información complementaria en relación a los programas Natación, Aquafitness y. Mueve-T en coordinación con el Ayto. De Mairena del Aljarafe.

**PROGRAMA NATACIÓN.** El objetivo general del programa no es evidentemente, la idea de formar nadadores, sino personas que disfrutan, viven y experimentan con el agua y de forma general con la actividad física.

**El objetivo fundamental es la mejora de las cualidades físicas:** es ofrecer las actividades acuáticas con una finalidad utilitaria, educativa, recreativa y de salud; aprendiendo las habilidades motrices básicas y específicas (estilos de natación) para desenvolverse en el medio acuático; fomentando actitudes favorables hacia la práctica de actividades acuáticas por sus efectos positivos hacia la salud y del ocio, la mejora del bienestar físico a través del desarrollo de la condición física, mejora psíquica y social;

**PROGRAMA AQUAFITNESS** cuya finalidad sea la práctica del Aquagym (gimnasia en el agua) y Aquaerobic (aerobic en el agua). El objetivo general del programa AQUAFITNESS es ofrecer las actividades acuáticas como un medio idóneo para el desarrollo de la condición física (resistencia, fuerza y flexibilidad) favoreciéndose el bienestar físico, psíquico y social.

#### **PROGRAMA MUEVE-T (ACTIVIDAD INCLUIDA EN EL PROYECTO DE CENTRO)**

Mueve-T se trata de un proyecto de trabajo del departamento de Educación Física del I.E.S. Cavaleri, en el cuál los alumnos de 3º, 4º de la ESO y 1º BACHILLERATO salen del centro para realizar actividades deportivas diferentes a las realizadas en clase. En este caso iremos al gimnasio municipal situado en el centro acuático.

#### **Los objetivos de este proyecto son:**

- Iniciación en las técnicas de Socorrismo en el agua.
- Conocer y practicar diferentes actividades deportivas en su localidad.
- Fomentar hábitos de práctica física para mejorar su salud y su calidad de vida.
- Afianzar los hábitos de cuidado y salud corporal e incorporar la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social.
- Conocer un centro deportivo a su alcance para ser un posible usuario de la instalación.

Cada grupo practicará 6 actividades dirigidas: 5 sesiones de SOCORRISMO EN PISCINA, 1 de Spining, 1 de FitCombat, 1 de Body-tonic, 1 de Zumba y 1 de Acuagym.

La temporalización será la siguiente: Comenzando a mediados de Marzo y finalizando a principios de Junio de 2022.

#### **1º PROGRAMA DE NATACIÓN (ACTIVIDAD INCLUIDA EN EL PROYECTO DE CENTRO)**

##### **OBJETIVO GENERAL:**

Realizar actividades acuáticas que permitan disfrutar y experimentar con el agua y de forma general con la actividad física

**El objetivo fundamental es la mejora de las cualidades físicas,** ofrecer las actividades acuáticas con una finalidad utilitaria, educativa, recreativa y de salud; aprendiendo las habilidades motrices básicas y específicas (estilos de natación) para desenvolverse en el medio acuático; fomentando actitudes favorables hacia la práctica de actividades acuáticas por sus efectos positivos hacia la salud y del ocio, la mejora del bienestar físico a través del desarrollo de la condición física, mejora psíquica y social.

Cada curso de 1º de ESO dedicará 1 sesión a la semana en la hora de Educación Física, 10 sesiones comenzando en el Primer trimestre del curso y finalizando en Diciembre de 2021 o Enero de 2022.

**HORARIO PISCINA PRIMER TRIMESTRE: 10 SESIONES EN PISCINA POR GRUPO, 2 CALLES CON DOS MONITORES (2 GRUPOS DE 1º DE ESO)**

| Tramo Horario | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---------------|-------|--------|-----------|--------|---------|
| 8,15- 9,15    | 1ºB   |        |           |        |         |
| 9,15- 10,15   | 1ºA   |        |           |        |         |
| 10,15- 11,15  |       |        | 1ºB       |        |         |
| 11,45- 12,45  |       |        |           |        |         |
| 12,45- 13,45  |       |        | 1ºA       |        |         |
| 13,45- 14,45  |       |        |           |        |         |

**HORARIO PISCINA SEGUNDO TRIMESTRE: 8 SESIONES EN PISCINA POR GRUPO, 2 CALLES CON DOS MONITORES (4 GRUPOS DE 2º DE ESO) Y PROGRAMA MUEVE-T DE BACHILLERATO**

- Cada curso de 2º de ESO dedicará 1 sesión a la semana en la hora de Educación Física, 8 sesiones comenzando en el Segundo trimestre del curso y finalizando en Abril de 2022.
- Cada grupo de 1º de BACHILLERATO (tres grupos) practicará 5 actividades dirigidas: 2 de Spining, 2 de FitCombat, 2 de Body-tonic, 2 de Zumba y 2 Acuagym.

| Tramo Horario | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---------------|-------|--------|-----------|--------|---------|
| 8,15- 9,15    |       |        |           |        |         |
| 9,15- 10,15   |       |        |           |        |         |
| 10,15- 11,15  |       |        | 2ºB       |        | 2ºA     |
| 11,45- 12,45  |       |        | 2ºD       |        | 2ºB     |
| 12,45- 13,45  | 2ºA   |        | 2ºC       |        |         |
| 13,45- 14,45  |       |        |           | 2ºC    | 2ºD     |

**2º PROGRAMA MUEVE-T (ACTIVIDAD INCLUIDA EN EL PROYECTO DE CENTRO)**

Mueve-T se trata de un proyecto de trabajo del departamento de Educación Física del I.E.S. Cavaleri, en el cuál los alumnos de segundo ciclo de la ESO salen del centro para realizar actividades deportivas diferentes a las realizadas en clase. En este caso iremos al gimnasio municipal situado en el centro acuático.

**Los objetivos de este proyecto son:**

- Iniciación en las técnicas de Socorrismo en el agua.
- Conocer y practicar diferentes actividades deportivas en su localidad.
- Fomentar hábitos de práctica física para mejorar su salud y su calidad de vida.
- Afianzar los hábitos de cuidado y salud corporal e incorporar la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social.
- Conocer un centro deportivo a su alcance para ser un posible usuario de la instalación.

Cada grupo de 3º de ESO practicará 6 tipos de actividades dirigidas: 5 sesiones de Socorrismo en Piscina, 2 de Spining, 2 de FitCombat, 2 de Body-tonic, 2 de Zumba y 2 Acuagym.

Cada grupo de 4º de ESO practicará 6 tipos actividades dirigidas: 5 sesiones de Socorrismo en Piscina, 1 de Spining, 1 de FitCombat, 1 de Body-tonic, 1 de Zumba y 1 de Acuagym .

La temporalización será la siguiente: Comenzando a mediados de Marzo y finalizando a principios de Junio de 2022

**HORARIO PROGRAMA MUEVETE (EN 3º Y 4º DE ESO) :**

| Tramo Horario | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---------------|-------|--------|-----------|--------|---------|
| 8,15- 9,15    |       |        |           |        |         |
| 9,15- 10,15   |       |        |           |        |         |
| 10,15- 11,15  |       |        |           |        |         |
| 11,45- 12,45  |       |        |           |        |         |
| 12,45- 13,45  |       |        |           |        |         |
| 13,45- 14,45  |       |        |           |        |         |

## **OCUPACIÓN EFECTIVA DE LA PISCINA:**

**NATAACION:** 1º TRIMESTRE 1º de ESO (4 grupos): 40 sesiones de 30 minutos repartidas entre los 4 grupos equivalentes a 20 horas de uso real de piscina.

### **PROGRAMA MUEVE-T:**

- Con 3º de ESO (4 grupos): 10 sesiones de 30 minutos de Acuagym repartidas entre los 5 grupos ( 2 por grupo de 30 minutos), equivalentes a 5 horas de piscina de Acuagym en total. El resto de las sesiones serán en las salas de Spining, Body-Tonic, Salón de usos múltiples o pabellón.

4  
- Con 4º de ESO (4 grupos): 4 sesiones de 30 minutos de Acuagym repartidas entre los 4 grupos ( 1 por grupo de 30 minutos), equivalentes a 2 horas de Acuagym en total.

**5 sesiones de socorrismo** de 30 minutos de duración por cada grupo, total de horas de uso de la piscina entre los ocho grupos para Socorrismo 20 horas de uso.

El resto de las sesiones serán en las salas de Spining, Body-Tonic , Salón de usos múltiples o pabellón.

- Con 1º de BACHILLERATO (3 grupos): 4 sesiones de 30 minutos de Acuagym repartidas entre los 2 grupos (2 por grupo de 30 minutos), equivalentes a 2 horas de piscina de Acuagym en total. El resto de las sesiones serán en las salas de Spining, Body-Tonic, Salón de usos múltiples o pabellón.

| Tramo Horario | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---------------|-------|--------|-----------|--------|---------|
| 8,15- 9,15    |       |        |           |        |         |
| 9,15- 10,15   |       |        |           |        |         |
| 10,15- 11,15  |       |        |           |        |         |
| 11,45- 12,45  |       |        |           |        |         |
| 12,45- 13,45  |       |        |           |        |         |
| 13,45- 14,45  |       |        |           |        |         |