



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN Y CULTURA



Programación / IES Leopoldo Alas Clarín / Curso 2022-2023

Educación Física

1º y 3º de E.S.O.



“No hay nada más teórico que una buena práctica, ni nada más práctico que una buena teoría”

Johan Galtung (Oslo 1930. Matemático, sociólogo y pacifista)



Profesores:

- María Bousoño Rodríguez
- Jesús Fernández Díaz
- Óscar García Busto

ÍNDICE:

INTRODUCCIÓN.....	3
1. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN DEL CURSO ACTUAL.....	3
2. OBJETIVOS DEL CENTRO (PGA) DEL CURSO ACTUAL.....	6
3. UNIDADES DE PROGRAMACIÓN, EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN POR CURSOS:	7
1º E.S.O.....	8
3º E.S.O.....	21
4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES QUE SE VAYAN A APLICAR.	33
5. PROGRAMAS DE REFUERZO PARA RECUPERAR LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS CUANDO SE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA EN LA MATERIA.	35
6. CONCRECIÓN DE LOS PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS DEL CENTRO.....	36
7. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y/O EXTRAESCOLARES.	38
8. METODOLOGÍA, RECURSOS DIDÁCTICOS Y MATERIALES CURRICULARES.....	40
9. INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE.....	42

INTRODUCCIÓN.

La Educación Física (EF) en el IES Leopoldo Alas “Clarín” se orienta a formar personas¹ más felices² a través del fomento de un Estilo de vida activo (EVA).

La EF tiene transferencia a la vida real, trataremos por ello de contribuir a la consecución por parte del alumnado de las Competencias Clave, a través de:

- Los Recreos activos
- Las actividades extraescolares.
- Los deberes prácticos más que teóricos.
- Y sobre todo buenas clases en buenas unidades y proyectos.

En los siguientes apartados explicaremos detalladamente el modo en el que lo vamos a intentar conforme a la normativa que dicta la nueva ley de educación (LOMLOE) que entra en vigor este curso escolar 22-23 en los cursos 1º y 3º de E.S.O. y 1º de Bachillerato.

1. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN DEL CURSO ACTUAL.

El trabajo en equipo es el punto fuerte de este Departamento, de otra manera sería imposible coordinar los espacios. Coincidimos al menos dos profesores en 16 de los 30 periodos lectivos. En caso de lluvia y las épocas de frío extremos es sin duda el mayor hándicap del Departamento de EF.

1.1. MIEMBROS DEL DEPARTAMENTO.

El departamento está formado por 3 profesores:

- María Bousoño Rodríguez,
- Jesús Fernández Díaz y
- Óscar García Busto.

1.2. NÚMERO DE UNIDADES Y MATERIAS IMPARTIDAS EN CADA NIVEL

Con objeto de tener una mejor perspectiva de la carga lectiva total incluiremos en este apartado, además de la unidades y materias de 1º, 3º E.S.O. y 1º Bachillerato (LOMLOE), las unidades de los cursos que todavía se rigen por la legislación anterior (LOMCE). Así, el total de unidades y materias correspondiente al departamento de Educación Física es el siguiente:

-EDUCACIÓN FÍSICA:

- 1º ESO (LOMLOE) > 4 GRUPOS
- 2º ESO (LOMCE) > 4 GRUPOS
- 3º ESO (LOMLOE) > 4 GRUPOS
- 4º ESO (LOMCE) > 5 GRUPOS
- 1º BACHILLERATO > 4 GRUPOS

- ESTILO DE VIDA SALUDABLE (EVA) (Optativa de 2º de Bachillerato)
- 2º BACHILLERATO > 1 GRUPO

¹ Personas, en el sentido más excelso de la palabra.

² Felicidad en el concepto OMS de Salud: estado de bienestar físico psíquico y social

1.3. REPARTO DE CARGA HORARIA EN EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA:

María Bousoño Rodríguez. Da clase a los cuatro grupos de 1º de la ESO y a los cuatro grupos de 3º ESO no bilingües. Siendo además tutora de 1º ESO C. En total, 19 horas lectivas.

Jesús Fernández Díaz. Asume por segundo año la Jefatura de Departamento e imparte clase a los siguientes grupos:

- 2º ESO A y C-D (no bilingüe).
- 4º ESO A, B, C-D (no bilingüe) y 4º E
- 1º BACH A
- Fundamentos de la EF/Estilo de Vida Activo (optativa de 2º de Bachillerato).

En total, 15 horas lectivas, a lo que hay que sumar 3 de jefatura de departamento, que suman 18 horas.

Oscar García Busto. Imparte clase a los siguientes grupos:

- 2º ESO B y C-D (bilingüe)
- 4º ESO C-D (bilingüe)
- 1º de Bachillerato B, C y D
- Fundamentos de la EF/Estilo de Vida Activo (optativa de 2º de Bachillerato).

Suman 13 horas lectivas, 2 de reducción por impartir enseñanza bilingüe en 2º y 4º ESO y 3 horas por asumir la tutoría de 2º ESO B. En total 18 horas.

***La reunión de Departamento,** queda fijada para los martes a cuarta hora, es decir de 11.35 a 12.30, pero en realidad tenemos una **reunión permanente al coincidir y compartir instalaciones en prácticamente todo nuestro horario lectivo. Además está el grupo de Whatsapp**

GUARDIAS: De recreos activos tenemos 7: Jesús 5 (todos los días) y María 2 (miércoles y jueves).

En la tabla que tenemos a continuación se pueden ver los horarios completos de los miembros del Departamento con las coincidencias entre grupos:

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA 2022-23					
	MARÍA	ÓSCAR	JESÚS		
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª - 8.25	1º ESO A 1º BACH C	4º ESO C-D 4º ESO C-D Bil	3º ESO D	1º BACH C	1º BACH A 1º ESO D
2ª - 9.20	1º ESO C	3º ESO A	2º ESO A 2º ESO B	1º ESO B	3º ESO B
3ª - 10.15	2º BACH EVA 2º BACH EVA 1º ESO D	3º ESO B	4º ESO E 1º ESO C	4º ESO B 1º BACH D	4º ESO A 3º ESO C
RECR. ACTIVOS	J	J	M J	M J	J
4ª - 11.35	4º ESO E 1º BACH D	Reunión DPTO	4º ESO A 1º BACH B	2º ESO C-D 2º ESO C-D Bil	1º ESO A
5ª - 12.30	2º ESO C-D 2º ESO C-D Bil	3º ESO C	1º ESO B	4º ESO C-D 4º ESO C-D Bil	2º ESO A 2º ESO B
6ª - 13.25	1º BACH A 3º ESO D	4º ESO B			3º ESO A 1º BACH B
7ª					

2. OBJETIVOS DEL CENTRO (PGA) DEL CURSO ACTUAL.

2.1. OBJETIVOS DEL CENTRO.

Vinculados a los objetivos institucionales y organizados para adaptar dichos objetivos a la situación de nuestro centro y mejorar sus índices de logro.

- 1. Mejorar la convivencia en el centro.
- 2. Renovar y ampliar la comunicación en la comunidad escolar y la participación de las familias.
- 3. Consolidar los proyectos de centro, incrementando la integración de sus propuestas en el aula mediante fórmulas de coordinación, organización y dinamización.
- 4. Facilitar e incentivar propuestas de innovación educativa: Avanzar en el protagonismo las competencias clave y potenciar el aprendizaje basado en experiencias significativas y relevantes para el alumnado y la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autonomía, la reflexión, la participación, la responsabilidad y la capacidad crítica.
- 5. Mejorar el rendimiento académico.
- 6. Disminuir el absentismo ocasional y prevenir el abandono escolar efectivo de algunos/as alumnos
- 7. Reforzar las competencias comunicativas mediante medios telemáticos y la alfabetización digital en la comunidad educativa, tanto en los aspectos técnicos como en las normas de cortesía y las competencias de lectura, escritura e investigación (PDC: PLAN DE DIGITALIZACIÓN DEL CENTRO).
- 8. Fomentar la cultura científica en toda la comunidad educativa
- 9. Promover la mejora de la competencia comunicativa en diferentes lenguas, teniendo en cuenta las alfabetizaciones múltiples como representaciones del conocimiento en los ámbitos visual, textual, digital y tecnológico.

3. UNIDADES DE PROGRAMACIÓN, EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN POR CURSOS:

1º E.S.O

DISTRIBUCIÓN DE UNIDADES DE PROGRAMACIÓN A LO LARGO DEL CURSO ESCOLAR								
1er trimestre- OTOÑO			2º trimestre- INVIERNO			3 trimestre- PRIMAVERA		
UUP	Nº Clases	%	UUP	Nº Clases	%	UUP	Nº Clases	%
1- DESAFÍOS COOPERATIVOS	5		4- JUEGOS DE CONDICIÓN FÍSICA	5		8- CARRERAS DE ORIENTACIÓN I	4	
2- CALENTAMIENTO Y CONDICIÓN FÍSICA	8		5- ACROESCALADA	5		9- PELOTA MANO	8	
3- PASA BIEN Y NO MIRES A QUIÉN (iniciación deportes colectivos)	8		6-ATLETISMO I (CARRERAS Y LANZAMIENTOS)	7		10- FRISBEE	8	
			7- DANZAS ASTURIANAS	4				
PROPUESTA DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS / EXTRAESCOLARES								
Actividad fin trimestre: "Futbolín Humano"			Actividad fin trimestre: "Atrapa la bandera"					
			"ESCALADA EN ROCÓDROMO"			AMN: "UN DÍA EN LA PLAYA"		

EV.	1º E.S.O. EDUCACIÓN FÍSICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN																	
		1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	2.1	2.2	2.3	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2	
1ª EV.	1. DESAFÍOS COOPERATIVOS							X		X		X	X						
	2. CALENTAMIENTO Y C.F.	X	X	X	X	X	X												
	3. PASA BIEN Y NO MIRES A QUIÉN							X	X	X	X	X	X						
	Nº de veces que se trabaja cada criterio en la 1ª evaluación	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	0	0	0	0	0	
	Valor de cada crit en la 1ª EV:	6,25	6,25	6,25	6,25	6,25	6,25	12,5	6,25	12,5	6,25	12,5	12,5	0	0	0	0	0	
2ª EV.	4. JUEGOS DE C.F.	X	X	X						X	X								
	5. ACROESCALADA							X		X		X	X			X			
	6. ATLETISMO I							X		X	X								
	7 DANZAS ASTURIANAS												X	X	X	X			
	Nº de veces que se trabaja cada criterio en la 2ª evaluación	1	1	1	0	0	0	2	0	3	2	2	1	1	1	2	0	0	
	Valor de cada crit en la 2ª EV:	5,88	5,88	5,88	0,00	0,00	0,00	11,76	0,00	17,65	11,76	11,76	5,88	5,88	5,88	11,76	0,00	0,00	
3ª EV.	8. CARRERAS DE ORIENTACIÓN I																X	X	
	9. PELOTA MANO							X	X	X	X								
	10. FRISBEE							X	X	X	X								
		Nº de veces que se trabaja cada criterio en la 3ª evaluación	0	0	0	0	0	0	2	2	2	2	0	0	0	0	0	1	1
		Valor de cada crit en la 3ª EV:	0	0	0	0	0	0	20	20	20	20	0	0	0	0	0	10	10
CALIFICACIÓN FINAL	Nº de veces que se trabaja cada CRITERIO DE EVALUACIÓN en TODO EL CURSO:	2	2	2	1	1	1	6	3	7	5	4	3	1	1	2	1	1	
	Valor total de cada crit:	4,65	4,65	4,65	2,33	2,33	2,33	13,95	6,98	16,28	11,63	9,30	6,98	2,33	2,33	4,65	2,33	2,33	

TOTAL
CRITERIOS:

1ª EV.
16
% c.ev.
6,25

2ª EV.
17
% c.ev.
5,88

3ª EV.
10
% c.ev.
10

TOTAL CRITERIOS CURSO:
43
% valor cada CRIT.
2,33

1º ESO							
UUPP	CRITERIOS de EVALUACIÓN	nº	Procedimientos de evaluación	% peso Trimestre		% peso Curso	
1ª EVALUACIÓN	1- DESAFÍOS COOPERATIVOS	2,1/2,1/3,2/3,3	4	LISTA DE CONTROL (Superar 9 desafíos cooperativos)	25		9,52
	2- CALENTAMIENTO Y C.F.	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6	6	LISTA DE CONTROL Dirigir calentamiento y V. a la calma) Ficha Teórica Prueba Práctica (Pista Americana)	37,5		14,29
	3- PASA BIEN Y NO MIRES A QUIÉN	2,1/2,1/2,3/3,1/3,2/3,3	6	AUTO Y COEVALUACIÓN Juego 10 pases CIRCUITO de HABILIDAD TÉCNICA REGISTRO de PARTICIPACIÓN	37,5		14,29
					100		
		16					
2ª EVALUACIÓN	4- JUEGOS DE CONDICIÓN FÍSICA	1,1/1,2/1,3/2,3/3,1	5	LISTA DE CONTROL (Ficha Tco-práctica de Juegos) PRUEBA OBJETIVA (Preguntas Tco-prácticas) REGISTRO ANECDÓTICO (Participación)	31,25		11,90
	5- ACROESCALADA	2,1/2,3/3,2/3,3/4,3	4	TRABAJO EN GRUPO (Collage) FICHA SEGUIMIENTO Registro diario AUTO Y COEVALUACIÓN TRABAJO EN EQUIPO	25		9,52
	6-ATLETISMO I (carreras y lanzamientos)	2,1/2,3/3,1	3	ESCALA GRADUADA (Pruebas prácticas Atletismo) ELABORACIÓN DE MATERIAL AUTOCONSTRUIDO FICHA DE TRABAJO	18,75		7,14
	7- DANZAS ASTURIANAS	3,2/4,1/4,2/4,3	4	COEVALUACIÓN: PRUEBA PRÁCTICA (concurso)	25		9,52
		16		100			
3ª EVALUACIÓN	8- CARRERAS DE ORIENTACIÓN I	5,1/5,2	2	AUTOCONSTRUCCIÓN DE BALIZAS PRUEBA PRÁCTICA (colocación y búsqueda de balizas)	20		4,76
	9- PELOTA MANO	2,1/2,2/2,3/3,1	4	PRUEBA PRÁCTICA de Técnica Individual AUTO Y COEVALUACIÓN (Torneo) REGISTRO ANECDÓTICO (Participación)	40		9,52
	10- FRISBEE	2,1/2,2/2,3/3,1	4	PRUEBA PRÁCTICA de Técnica Individual AUTO Y COEVALUACIÓN JUEGO (Ultimate) REGISTRO ANECDÓTICO (Participación)	40		9,52
		10		100		100,00	

CALIFICACIÓN FINAL: Nº de CRITERIOS DE EVALUACIÓN trabajados en TODO EL CURSO:	42	Valor de cada criterio trabajado:	2,38
--	-----------	-----------------------------------	-------------

1º E.S.O.

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCRIPT. OPERAT.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/ INSTR. EV.	% CALIFIC.
1. DESAFÍOS COOPERATIVOS	<p><u>C-Resolución de problemas en situaciones motrices</u> -Toma de decisiones -Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en S cooperativa - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.</p> <p><u>D- Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</u> -Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. -Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. -Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. -Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. -Respeto a las reglas de juego como elemento de integración social. -Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en SM (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). -Asertividad y autocuidado.</p>	<p>CPSAA1</p> <p>CPSAA3</p> <p>CPSAA5</p>	<p>2-Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de P-D-E adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas AF funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en SM transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p> <p>3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p> <p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.</p>	<p>Superación de 9 desafíos cooperativos. LISTA CONTROL</p>	<p>10%</p>

1º E.S.O.

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
<p align="center">2. PASA BIEN Y NO MIRES A QUIÉN</p>	<p>C-Resolución de problemas en situaciones motrices. - Toma de decisiones: Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en Situaciones cooperativas. -Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en SM de persecución y de interacción con un móvil. -Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en Situaciones de oposición. -Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en SM de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Habilidades Motrices Específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.</p> <p>D- Autorregulación emocional e interacción social en Situaciones motrices. -Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. -Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. -Habilidades sociales: conductas prosociales en SM colectivas. -Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. -Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en SM comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, -Asertividad y autocuidado.</p>	<p>CPSAA1</p> <p>CPSAA3</p> <p>CPSAA4</p> <p>CPSAA5</p> <p>CE2</p> <p>CE3</p> <p>CCL5</p>	<p>2-Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de P-D-E adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas AF deportivas para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético.</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en SM transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p> <p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p> <p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.</p>	<p>Juego 10 pases. Escala graduada. Autoevaluación Coevaluación.</p> <p>Circuito de Técnica individual: el pase en 4 modalidades deportivas. Lista control.</p> <p>Participación de forma activa e implicada en las diferentes sesiones, trabajando en equipo. REGISTRO ANECDÓTICO.</p>	<p align="center">10%</p> <p align="center">10%</p> <p align="center">20%</p>

1º E.S.O.

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
3. CALENTAMIENTO Y CONDICIÓN FÍSICA	<p>A- Vida Activa y Saludable.</p> <p>-Salud física: Tasa mínima de AF diaria y semanal. Adecuación del VOL y la INT de la tarea a las características personales. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento. Pautas para tratar el dolor musculatura retardado (agujetas).</p> <p>-Salud social. Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.</p> <p>-Salud mental. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las SM. La AF como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la AF derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.</p>	<p>CCL3</p> <p>STEM2</p> <p>STEM5</p> <p>CD4</p> <p>CPSAA2</p> <p>CPSAA</p>	<p>1- Adoptar un estilo de vida activo (EVA) y saludable, seleccionando e incorporando AFD, en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p>	<p>1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.</p> <p>1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de AF, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p> <p>1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de AF, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.</p> <p>1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la AF y el deporte.</p>	<p>Dirigir calentamiento y vuelta a la calma. Lista Control</p> <p>Ficha de conocimientos. Prueba objetiva.</p> <p>Trabajo de resistencia Pista americana (I) Prueba objetiva específica</p>	<p>10%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>

1º E.S.O.

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
4. ACROESCALADA	<p>C-Resolución de problemas en situaciones motrices Toma de decisiones: -Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla. - Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en Situaciones cooperativas. -integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias Motrices. - Capacidades Condicionales: desarrollo de las CFB (fuerza, flexibilidad) - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.</p> <p>B-Organización y gestión AF -Herramientas digitales para la gestión de la AF.</p>	CPSAA1	<p>2-Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de P-D-E adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas AF funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en SM transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p> <p>3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p> <p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.</p> <p>4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>	Collage 20 figuras +murciélago	10%
		CPSAA3				
		CPSAA4				
		CPSAA5				
		CE2			Registro diario. Ficha de seguimiento.	5%
		CE3				
CCL5	Trabajo en equipo diario. Rúbrica. Reparto nota. Autoevaluación. Coevaluación.	10%				
CC3						

1º E.S.O.

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
5. JUEGOS DE CONDICIÓN FÍSICA	<p>A-Vida Activa y Saludable</p> <p>-Salud física. Cuidado del cuerpo: calentamiento.</p> <p>-Salud mental. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las Situaciones Motrices. La AF como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.</p>	STEM5	<p>1- Adoptar un estilo de vida activo (EVA) y saludable, seleccionando e incorporando AFD, en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> <p>2-Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de P-D-E adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas AF funcionales, deportivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.</p> <p>1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de AF, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en SM transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p> <p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>Ficha juegos de CF. Puesta en práctica. Lista control.</p> <p>Preguntas inteligentes con Situaciones prácticas. Prueba objetiva.</p> <p>Participación de forma activa e implicada en las diferentes sesiones, trabajando en equipo. REGISTRO ANECDÓTICO.</p>	10%
	<p>C-Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>-Capacidades Condicionales: desarrollo de las Capacidades Físicas Básicas.</p>	CPSAA2				10%
	<p>D- Autorregulación emocional e interacción social en SM</p> <p>-Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices.</p> <p>-Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.</p> <p>-Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.</p> <p>-Respeto a las reglas</p> <p>-Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia.</p>	CE2 CE3 CCL5 CPSAA1 CPSAA3				10%

1º E.S.O.

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
6. ATLETISMO I (CARRERAS Y LANZAMIENTOS)	<p>C-Resolución de problemas en situaciones motrices, Toma de decisiones: -Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en Situaciones motrices individuales. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: Integración del Esquema Corporal, integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias M o deportivas -Capacidades Condicionales: desarrollo de las CFB -Habilidades Motrices Específicas asociadas a la técnica en AFD.</p> <p>D- Autorregulación emocional e interacción social en SM -Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. -Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. -Respeto a las reglas -Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia.</p>	CPSAA1	<p>2-Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de P-D-E adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas AF funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en SM transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p> <p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>Pruebas Atletismo. Escala graduada.</p> <p>Material autoconstruido</p> <p>Ficha trabajo atletismo. Prueba objetiva</p>	20%
		CPSAA4				5%
		CPSAA5				5%
		CCL5				10%

1º E.S.O

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
<p align="center">7. DANZAS ASTURIANAS</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <p>-Habilidades sociales: conductas prosociales en SM colectivas.</p> <p>-Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p> <p>E-Manifestaciones de la cultura motriz.</p> <p>-Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. Juegos y danzas propios del Principado de Asturias.</p> <p>-Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.</p>	<p>CCL5</p> <p>CPSAA1</p> <p>CPSAA3</p> <p>CC2</p> <p>CC3</p> <p>CCEC1</p> <p>CCEC2</p> <p>CCEC3</p> <p>CCEC4</p>	<p>3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias, culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>4- Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.</p>	<p>3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p> <p>4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.</p> <p>4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.</p> <p>4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>	<p>Prueba concurso. Rúbrica. Coevaluación.</p>	<p align="center">10%</p>

1º E.S.O

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
8. CARRERAS DE ORIENTACIÓN I	F-Interacción sostenible y eficiente con el entorno.	STEM5	5- Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica FD según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la AF y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	5.1 Participar en AFD en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.	Autoconstrucción 10 balizas.	5%
	-Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. -Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos. -Diseño de Actividades Físicas en el Medio Natural y urbano. - Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de AF en el medio natural asturiano.	CC4 CE1 CE3		5.2 Practicar AFD en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	Colocación y búsqueda 10 balizas en entornos estables y cambiantes próximos al IES.	25%

1º E.S.O

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
9. PELOTA MANO	<p>C-Resolución de problemas en situaciones motrices. -Toma de decisiones: Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en Situaciones motrices individuales. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: Integración del Esquema Corporal, integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias M o deportivas -Capacidades Condicionales: desarrollo de las CFB -Habilidades Motrices Específicas asociadas a la técnica en Actividades Físico-Deportivas.</p> <p>D-Autorregulación emocional e interacción social en Situaciones Motrices. -Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en SM (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenóforas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). seriedad y autocuidado</p>	<p>CPSAA1</p> <p>CPSAA4</p> <p>CPSAA5</p> <p>CE2</p> <p>CE3</p> <p>CCL5</p>	<p>2-Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de P-D-E adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas AF funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en SM transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p> <p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>Técnica Individual. Mayor número golpes 1 en un minuto.</p> <p>Torneo. Juego por equipos. Escala graduada. Autoevaluación. Coevaluación.</p> <p>Participación de forma activa e implicada en las diferentes sesiones. REGISTRO ANECDÓTICO.</p>	<p>20%</p> <p>10%</p> <p>10%</p>

1º E.S.O

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
<p align="center">10. FRISBEE</p>	<p>C-Resolución de problemas en situaciones motrices. -Toma de decisiones: Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en Situaciones motrices individuales. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: Integración del Esquema Corporal, integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias M o deportivas -Capacidades Condicionales: desarrollo de las CFB -Habilidades Motrices Específicas asociadas a la técnica en Actividades Físico-Deportivas.</p>	<p>CPSAA1 CPSAA4 CPSAA5 CE2 CE3 CCL5</p>	<p>2-Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de P-D-E adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas AF funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.</p>	<p>Técnica Individual. Pases 1 minuto sin caídas.</p> <p>Participación en situaciones lúdicas con el frisbee. Planilla Observación.</p>	<p align="center">10%</p>
	<p>D-Autorregulación emocional e interacción social en Situaciones Motrices. -Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en SM (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). sertividad y autocuidado</p>		<p>3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en SM transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p> <p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>Juego Ultimate por equipos. Rúbrica. Autoevalaución. Coevalaución.</p>	<p align="center">10%</p>

3º E.S.O.

DISTRIBUCIÓN DE UNIDADES DE PROGRAMACIÓN A LO LARGO DEL CURSO ESCOLAR								
1er trimestre- OTOÑO			2º trimestre- INVIERNO			3 trimestre- PRIMAVERA		
UUP	Nº Clases	%	UUP	Nº Clases	%	UUP	Nº Clases	%
1- DESAFÍOS COOPERATIVOS III	4		4- DEPORTES ALTERNATIVOS: KIN BALL / PINFUVOTE	6		7- NUTRICIÓN	3	
2- CONDICIÓN FÍSICA: FUERZA	7		5- COREOGRAFÍA	8		8- CARRERAS DE ORIENTACIÓN III PARQUE DE INVIERNO	5	
3- BALONCESTO	10		6-BÁDMINTON	8		9- VOLEIBOL I	12	
PROPUESTA DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS / EXTRAESCOLARES								
Actividad fin trimestre: "Futbolín Humano"			Actividad fin trimestre: "Atrapa la bandera"					
			AMN: SENDERISMO "RUTA FOCES DEL RÍO PENDÓN" FUENSANTA (NAVA)			"ESCALADA EN ROCÓDROMO"		

EV.	3º E.S.O. EDUCACIÓN FÍSICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN																		TOTAL CRITERIOS:	TOTAL CRITERIOS CURSO:
		1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	2.1	2.2	2.3	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2			
1ª EV.	1. DESAFÍOS COOPERATIVOS III							X					X						1º EV.	36	
	2. CONDICIÓN FÍSICA: FUERZA	X	X	X	x	x	x			X									14		
	3. BALONCESTO							X	X	X	X		X						% c.ev.		
																			7,14		
	Nº de veces que se trabaja cada criterio en la 1ª evaluación	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	0	2	0	0	0	0	0			
	Valor de cada crit en la 1ª EV:	7,14	7,14	7,14	7,14	7,14	7,14	14,29	7,14	14,29	7,14	0,00	14,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
2ª EV.	4. DEPORTES ALTERNATIVOS: KIN BALL / PINFUVOTE							X		X		X	X						2º EV.	2,78	
	5. COREOGRAFÍA													x	x	X			11		
	6. BÁDMINTON							X	X	X	X								% c.ev.		
																			9,09		
	Nº de veces que se trabaja cada criterio en la 2ª evaluación	0	0	0	0	0	0	2	1	2	1	1	1	1	1	1	0	0			
	Valor de cada crit en la 2ª EV:	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	18,18	9,09	18,18	9,09	9,09	9,09	9,09	9,09	9,09	0,00	0,00			
3ª EV.	7. NUTRICIÓN		X																3º EV.	9,09	
	8. CARRERAS DE ORIENTACIÓN III	X	X	X													X	X	11		
	9. VOLEIBOL I							X	X	X	X		X						% c.ev.		
																			9,09		
	Nº de veces que se trabaja cada criterio en la 3ª evaluación	1	2	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1			
	Valor de cada crit en la 3ª EV:	9,09	18,18	9,09	0,00	0,00	0,00	9,09	9,09	9,09	9,09	0,00	9,09	0,00	0,00	0,00	9,09	9,09			
CALIFICACIÓN FINAL	Nº de veces que se trabaja cada CRITERIO DE EVALUACIÓN en TODO EL CURSO:	2	3	2	1	1	1	5	3	5	3	1	4	1	1	1	1	1			
	Valor total de cada crit:	5,56	8,33	5,56	2,78	2,78	2,78	13,89	8,33	13,89	8,33	2,78	11,11	2,78	2,78	2,78	2,78	2,78			

3º ESO

	UUPP	CRITERIOS de EVALUACIÓN	nº	Procedimientos de evaluación	% peso Trimestre	% peso Curso
1ª EVALUACIÓN	1- DESAFÍOS COOPERATIVOS III	2,1/2,3	2	LISTA DE CONTROL (Superar 9 desafíos cooperativos)	14,29	5,56
	2- CONDICIÓN FÍSICA: FUERZA	1.1/1.2/1.3/1.4/1.5/1.6/2.3	7	LISTA DE CONTROL .Anuncio publicitario LISTA DE CONTROL. Entrenador circuito de Fuerza LISTA DE CONTROL Actividad estrella 6ejercicios x 1 min. REGISTRO ANECDÓTICO. Participación	50,00	19,44
	3- BALONCESTO	2.1/2.2/2.3/3.1/3.3	5	PLANILLA OBSERVACIÓN. Técnica Individual. PLANILLA OBSERVACIÓN. Juego Real AUTO y COEVALUACIÓN Trabajo en equipo	35,71	13,89
			14		100,00	
2ª EVALUACIÓN	4- DEPORTES ALTERNATIVOS (Kinball / Pinfuvote)	2.1/2.3/3.2/3.3	4	ESCALA GRADUADA. Trabajo exposición oral REGISTRO ANECDÓTICO. Participación	36,36	11,11
	5- COREOGRAFÍA	4.1/4.2/4.3	3	RÚBRICA. Coreografía Grupal LISTA CONTROL. Videoclip musical RÚBRICA. Flashmob AUTOEVALUACIÓN y COEVALUACIÓN Trabajo en grupo	27,27	8,33
	6- BÁDMINTON	2.1/2.2/2.3/3.1	4	ESCALA DE VALORACIÓN. Prueba Objetiva Técnica por parejas AUTO y COEVALUACIÓN Juego Real ESCALA GRADUADA. Arbitraje (acta partido)	36,36	11,11
			11		100	
3ª EVALUACIÓN	7- NUTRICIÓN	1,2	1	REGISTRO DIARIO de dieta durante 1 semana RÚBRICA. Exposición Oral Dieta saludable	9,09	2,78
	8- CARRERAS DE ORIENTACIÓN I	1.1/1.2/1.3/5.1/5.2	5	REGISTRO ANECDÓTICO. Participación PRUEBA PRÁCTICA. Carrera de Orientación LISTA DE CONTROL. Diseño Carrera de Orientación	45,45	13,89
	9- VOLEIBOL I	2.1/2.2/2.3/3.1/3.3	5	ESCALA DE VALORACIÓN. Prueba Objetiva Técnica AUTO y COEVALUACIÓN Juego Real ESCALA GRADUADA. Arbitraje (acta partido)	45,45	13,89
			11		100	100,00

CALIFICACIÓN FINAL: Nº de CRITERIOS DE EVALUACIÓN trabajados en TODO EL CURSO:			36	Valor de cada criterio trabajado:	2,78
--	--	--	-----------	--	-------------

3º E.S.O.						
U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCRIPT . OPERAT.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/ INSTR. EV.	% CALIFIC.
1. DESAFÍOS COOPERATIVOS	<p><u>C-Resolución de problemas en situaciones motrices</u> C.1-Toma de decisiones C 2-Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en S cooperativa C.5- Creatividad motriz): -creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.</p> <p><u>D- Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</u> D.1- Autorregulación emocional (3): 1-control de estados de ánimo y 2-estrategias de gestión del fracaso en SM. 3-Habilidades volitivas y capacidad de superación D.2- Habilidades sociales (1): estrategias de negociación y mediación en contextos motrices D.4- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en SM: 1-comportamientos violentos, 2-discriminación por cuestiones de 1-género, 2-competencia motriz, actitudes 3-xenófobas, 4-racistas, 5-LGTBI fóbicas o 6-sexistas. 3-Asertividad y autocuidado</p>	CCL5	<p>2-Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de P-D-E adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas AF funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, -socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.</p>	<p>Superación de 9 desafíos cooperativos. LISTA CONTROL.</p>	10%
		CPSAA1				
		CPSAA3				
		CC3				

3º E.S.O.

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
2. CONDICIÓN FÍSICA: FUERZA	<p>A- Vida Activa y Saludable</p> <p>-Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.</p> <p>-Autorregulación y planificación del entrenamiento. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares.</p> <p>-Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).</p> <p>-Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.</p>	CCL3	<p>1- Adoptar un estilo de vida activo (EVA) y saludable, seleccionando e incorporando AFD, en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p>	<p>1.1-Planificar y autorregular la práctica de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.</p>	Anuncio publicitario. LISTA CONTROL.	10%
	<p>C-Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>C.3- Capacidades condicionales: -Desarrollo de las CFB. -Planificación para el desarrollo de las CFB: fuerza y resistencia. -Sistemas de entrenamiento.</p>	STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4 CE2		<p>1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, educación postural e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica AF, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p> <p>1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.</p> <p>1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p> <p>1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la AF y el deporte.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía</p>	<p>1.2-Planificar y autorregular la práctica de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.</p> <p>1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica AF, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p> <p>1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.</p> <p>1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p> <p>1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la AF y el deporte.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía</p>	<p>Entrenador personal de circuito de fuerza de 6 ejercicios diferentes. LISTA CONTROL.</p> <p>Actividad estrella 1 min de duración 6 ejercicios diferentes. LISTA CONTROL</p> <p>Participación de forma activa e implicada en las diferentes sesiones de circuitos de fuerza dirigidos. REGISTRO ANECDÓTICO.</p>

3º E.S.O.

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
3. BALONCESTO	C-Resolución de problemas en situaciones motrices. – Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en AFD: profundización, identificación y corrección de errores comunes.	CE2 CE3 CC3 CCL 5 CPS AA1 CPS AA3	2-Adaptar , con progresiva autonomía en su ejecución, las 1-capacidades físicas, 2-perceptivo-motrices y coordinativas, así como las 3-habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de P-D-E adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas AF 1-funcionales, 2-deportivas, 3-expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. 2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de P, D y E en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	Círculo de técnica individual. PLANILLA OBSERVACIÓN.	20%
	D- Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. -Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en SM. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: dopaje y otras trampas en el deporte profesional. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en SM: comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de 1-género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas. Asertividad y autocuidado.	CPS AA5	3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de SM transferibles a su espacio vivencial con autonomía. 3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros. 3.3, Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.	Juego real. Torneo. PLANILLA OBSERVACIÓN.	10%
						Trabajo de equipo. RÚBRICA REPARTO NOTAS AUTOEVALUACIÓN. COEVALUACIÓN.

3º E.S.O.

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
4. DEPORTES ALTERNATIVOS: KIN BALL / PINFUVOTE	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>-Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en Situaciones cooperativas.</p> <p>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en AFD: profundización, identificación y corrección de errores comunes.</p> <p>- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.</p> <p>D- Autorregulación emocional e interacción social en SM.</p> <p>-Autorregulación emocional.</p> <p>-Habilidades sociales.</p> <p>-Respeto a las reglas</p> <p>-Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia.</p>	<p>CPSAA4</p> <p>CPSAA5</p> <p>CE3</p> <p>CCL5</p> <p>CPSAA1</p> <p>CPSAA3</p> <p>CPSAA5</p> <p>CC3</p>	<p>2-Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de P-D-E adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas AF funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de SM transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p> <p>3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p> <p>3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.</p>	<p>Trabajo: exposición oral/Escucha activa.</p> <p>ESCALA GRADUADA</p> <p>Participación de forma activa e implicada en las diferentes sesiones de deportes alternativos.</p> <p>REGISTRO ANECDÓTICO.</p>	<p>10%</p> <p>10%</p>

3º E.S.O.

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
5. COREOGRAFÍA	D- Autorregulación emocional e interacción social en SM. -Autorregulación emocional. -Habilidades sociales. -Respeto a las reglas -Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia.	CCL5	3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. 4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo. 4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	Coreografía grupal. Rúbrica.	20%
		CPSAA1			Videoclip musical. Lista control.	10%
		CPSAA3			Flashmob 8M. Rúbrica.	10%
	CPSAA5	Trabajo de equipo. Rúbrica. REPARTO NOTA AUTOEVALUACIÓN. COEVALUACIÓN			10%	
	CC2	E-Manifestaciones de la cultura motriz. -Práctica de Actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.			CC3	
	CCEC1					
	CCEC2					
CCEC3						
CCEC4	4- Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.					

3º E.S.O.

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
6. BÁDMINTON	C-Resolución de problemas en situaciones motrices.	CCL5	<p>2-Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de P-D-E adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas AF deportivas para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de P,D y E en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p> <p>3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de Actv. motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros.</p>	<p>Peloteo por parejas.1 minuto sin que caiga. Trabajo de técnica: 5 saques largos. 5 saques cortos. Prueba objetiva específica.</p> <p>Juego real. Torneo. Ejecución diferentes golpes. AUTOEVALUACIÓN</p> <p>COEVALUACIÓN. PLANILLA OBSERVACIÓN.</p> <p>Arbitraje. Conocimiento reglamento. ACTA PARTIDO. Escala graduada.</p>	10%
	-Toma de decisiones:	CPSAA1				10%
	-Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en Situaciones motrices Individuales.	CPSAA3				10%
	-Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil.	CPSAA5				10%
	-Toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.	CE3				10%
-Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en AFD: profundización, identificación y corrección de errores comunes.						
D- Respeto a las reglas						

3º E.S.O

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
<p align="center">7. NUTRICIÓN</p>	<p>A-Vida Activa y Saludable.</p> <p>-Salud física: Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares).</p> <p>-Salud social: 1-Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.</p> <p>-Salud mental: Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.</p>	<p>CCL3</p> <p>STEM2</p> <p>STEM5</p> <p>CPSAA2</p>	<p>1- Adoptar un estilo de vida activo (EVA) y saludable, seleccionando e incorporando AFD, en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p>	<p>1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de alimentación saludable.</p>	<p>Dieta semanal. Registro diario de la dieta durante 1 semana. Incluir todas las ingestas.</p> <p>Dieta saludable. Exposición Oral con gancho /Escucha activa. Rúbrica.</p>	<p align="center">10%</p> <p align="center">10%</p>

3º E.S.O

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.	
8. CARRERAS DE ORIENTACIÓN III	F-Interacción sostenible y eficiente con el entorno	CCL3	1- Adoptar un estilo de vida activo (EVA) y saludable, seleccionando e incorporando AFD, en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	1.1-Planificar y autorregular la práctica de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal. 1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. 1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica AF, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	Participación de forma activa e implicada en las diferentes sesiones de deportes alternativos. REGISTRO ANECDÓTICO.	10%	
	-Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.	STEM2					
	-Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad.	STEM5					
			CD4	5- Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica FD según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la AF y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	5.1 Participar en AFD en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	Carrera orientación por zonas verdes alrededores IES.	20%
	-Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos.	CPSAA2					
			CPSAA4	5.2 Diseñar y organizar AFD en el MN y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	5.2 Diseñar y organizar AFD en el MN y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	Diseño Carrera orientación para compañeros. Lista Control.	10%
	-Diseño de AF en el MN y urbano. - Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de AF en el medio natural del Principado de Asturias.	CC4					
	CE1						
		CE3					

3º E.S.O

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
9. VOLEIBOL I	<p>C-Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>– Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.</p> <p>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en AFD: profundización, identificación y corrección de errores comunes.</p>	<p>CE2</p> <p>CE3</p> <p>CC3</p> <p>CCL5</p> <p>CPSAA1</p> <p>CPSAA3</p> <p>CPSAA5</p>	<p>2-Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las 1-capacidades físicas, 2-perceptivo-motrices y coordinativas, así como las 3-habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de P-D-E adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas AF 1-funcionales, 2-deportivas, 3-expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de P, D y E en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de SM transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p> <p>3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros.</p> <p>3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.</p>	<p>Prueba objetiva de técnica. 5 destrezas técnicas. Escala de valoración.</p> <p>Juego real. Torneo. Ejecución diferentes golpes. AUTOEVALUACIÓN</p> <p>· COEVALUACIÓN. PLANILLA OBSERVACIÓN.</p> <p>Arbitraje. Conocimiento reglamento. ACTA PARTIDO. Escala graduada.</p>	<p>20%</p> <p>10%</p> <p>10%</p>

4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES QUE SE VAYAN A APLICAR.

Este curso escolar disponemos de apoyo de un fisioterapeuta en grupos de 1º ESO

ACI: La EF fue inventada por el sueco Ling en el siglo XIX como rehabilitación. Cuando un alumno-a no puede hacer los ejercicios prácticos del día y lo justifica, le proponemos una actividad alternativa: malabares, estiramientos etc. Este curso inauguramos una Zona de Recuperación (donde las colchonetas)

EXENTOS EN EF: Este año tenemos un alumno exento de la asignatura de EF por su condición de deportista de alto rendimiento. Nos parece que esos alumnos se pierden experiencias motrices y sociales en algo en lo que son buenos, así como la posibilidad de aportar en clase lo que sin duda les haría crecer como personas. Pero es la ley y están en su derecho.

3.3. Los programas de refuerzo para recuperar los aprendizajes no adquiridos cuando se promoció con evaluación negativa en la asignatura.

En este apartado incluimos:

5.1.1. Recuperaciones puntuales de aprendizajes no adquiridos previas a la Evaluación Ordinaria de Junio.

5.1.2. Evaluación del alumnado al que no se puede aplicar la evaluación continua

5.1.3. Alumnado lesionado

5.1.4. Alumnado con permanencia de un año más en el curso

Se basan en el principio rectificar es de sabios (y sabias)

3.3.1. Recuperaciones puntuales de aprendizajes no adquiridos previas a la Evaluación Ordinaria de Junio.

Los días previos a la Evaluación Ordinaria de Junio se dará la posibilidad a los alumnos/as que los necesiten, de realizar pruebas prácticas de recuperación. También, a través de Teams o correo electrónico, tendrán la posibilidad de entregar trabajos o tareas pendientes que le permitan superar la asignatura, se propondrá para ello una fecha límite de entrega lo más ajustada posible a la fecha oficial de la Evaluación de Junio.

3.3.2. Evaluación del alumnado al que no se puede aplicar la evaluación continua

También conocido como pérdida del derecho a la evaluación continua, aunque es sabido que los derechos no se pueden perder.

En nuestro centro se considera que el alumnado pierde el derecho a evaluación continua cuando las faltas exceden el 25% de nuestras clases. Es decir, 5 faltas o por evaluación.

En este caso, en base a lo expuesto en el RRI del centro, y puesto que tienen que llevar una nota en la evaluación, se le citará en una fecha para un examen que constará de dos partes: una teórica y otra práctica. En ambos casos, como no hay nivel de partida, directamente se le exigirá un nivel de rendimiento genérico que vendrá marcado por los objetivos para el curso.

3.3.3. Alumnado lesionado

La ley nos dice que la figura del exento en Educación Física ha desaparecido, debiendo adaptarse los contenidos a impartir, siempre que se pueda, a las circunstancias del alumnado lesionado o discapacitado. En aquellos casos en los que, ya sea por la naturaleza de los contenidos o por el informe médico correspondiente, no se pueda adaptar, el alumnado deberá realizar los correspondientes exámenes teóricos, trabajos y materiales curriculares.

3.3.4. Alumnado con un año más de permanencia en el mismo curso (repetidor)

Si repite, la legislación dice que debemos centrarnos en aquellas materias que causaron su permanencia otro año más en ese curso. En el caso de que la E.F. sea una de ellas, diseñaremos un plan individualizado para ayudarle a superar sus puntos débiles.

En el caso de que repita pero tenga la E.F. aprobada puede plantearsele el reto de superar su nivel de competencia motriz del curso anterior o incluso que acepte el rol de alumno colaborador, ayudando al resto del alumnado en la asimilación de los nuevos contenidos.

Así mismo, el Departamento de E.F. determina una serie de medidas para darle una respuesta al alumnado que se encuentre en cualquiera de estos casos citados anteriormente:

- Posibilidad de establecer reuniones periódicas con el profesor responsable
- Cesión de material didáctico por parte del Departamento para su utilización por el alumnado en períodos no lectivos.
- Orientar al alumnado sobre la realización de un plan individual que podría llevar, con ayuda o sin ella, fuera del período lectivo, para alcanzar los niveles mínimos establecidos.
- Aconsejar al alumnado sobre la modificación de su actitud o conducta durante las clases, cuando ésta haya repercutido negativamente en su calificación.

5. PROGRAMAS DE REFUERZO PARA RECUPERAR LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS CUANDO SE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA EN LA MATERIA.

En estos casos es conveniente definir un Plan de recuperación para el alumnado. Se fijará una reunión previa, dónde se determinarán las medidas a tomar, los contenidos a evaluar, y las fechas de entrega de trabajos y de realización de exámenes

Para aquellos contenidos cíclicos que se repiten en U.D., curso tras curso, como las UUPP. de condición física, superarlo en el nuevo curso puede suponer aprobar la del curso anterior (salvo en los casos concretos de alumnado con informe médico al que no se le pueda adaptar ningún contenido, donde se aplicará la misma lógica que con el alumnado lesionado)

En aquellos contenidos que no son cíclicos, tipo U.D. Nutrición, o que, repitiéndose año tras año, el profesor considere que no tienen relación directa con los del nuevo curso, se le dará al alumnado material para preparar una prueba puntual (puede ser un trabajo, un examen o incluso alguna prueba física). Al alumnado de 1º de Bachillerato que promociona a 2º con la EF pendiente, los incluiríamos dentro de este grupo.

6. CONCRECIÓN DE LOS PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS DEL CENTRO.

El Departamento de Educación Física participa en 3 de ellos (además del PLEI)

-PLEI: Proponemos trabajos algunos clásicos (resumen un artículo, diseña un calentamiento) y otros innovadores (autobiografía deportiva, diseña una campaña para la promoción del estilo de vida activo). Creemos que dada la filosofía de la materia de Educación Física: práctica por encima de todo ya que para una buena cuota de nuestros alumnos es la única actividad física que realizan, es bastante.

-PROYECTO DE CONVIVENCIA Y MEDIACIÓN.

Coordinado Oscar García Busto (departamento de Educación Física)

-PROGRAMA BILINGÜE.

Educación Física es una de las asignaturas “fundadoras” del proyecto bilingüe en el IES Leopoldo Alas “Clarín”. Empezó en el curso 2018-2019 con los que cumple cinco cursos.

Profesor responsable. Oscar García Busto. Habilitado por la Consejería en 2014.

Cursos en los que se imparte: Diseñado en principio para 1º y 4º de la ESO; por necesidades del programa la EF bilingüe pasó de 1º a 2º ESO.

Alumnado participante: el máximo, 25 alumnos en 2º ESO y 25 en 4º ESO. Pertenecen a dos grupos 2º ESO C y D y 4º ESO C y D. Se da la paradoja de que los grupos no bilingües son mucho más reducidos en número que los bilingües: 2º ESO 25 alumnos bilingües por 23 no bilingües y en 4º, 25 bilingües por 11 no bilingües.

Porcentaje de utilización de la lengua inglesa en las clases: 100% con excepciones puntuales para instrucciones que tengan que ver con la seguridad o avisos importantes.

Materiales: Exactamente los mismos que en no bilingüe pero traducidos al inglés. Ejemplo https://drive.google.com/file/d/1woyP7nURmNvSwaa5HJvg7ATMJ_0CuVI2/view

Contraseña. Justdoit

Actividades: De común acuerdo con el resto de profesorado bilingüe, participamos en días señalados como Halloween <https://www.youtube.com/watch?v=JiWqfvxjqlc&t=3s> o San Valentín Ver trabajos de los alumnos: https://www.youtube.com/watch?v=XwMu8_aOx3M&t=624s

Además, el alumnado de 4º disfruta del Tour del Real Oviedo cuyo guía es nativo siendo el único equipo de España que ofrece, para escolares, el tour en Inglés.





Día de partido y seguro que en el IES Leopoldo Alas Clarín están de nuestro lado 😊

El Carlos Tartiere y su museo ya no esconden secretos para ellos 📸👤

#RealOviedo



Balance: Muy bueno, el único termómetro” que aplicamos es que la asignatura sea la misma, pero en inglés y es eso exactamente lo que sucede. Educación Física es una materia privilegiada para su impartición en otra lengua: rutinas, vocabulario, explicaciones verbales, pero a la vez demostraciones prácticas.

Hándicaps: La coincidencia de dos grupos, la mala acústica del Pabellón, el elevado número de alumnos son detalles que no ayudan pero no son inconvenientes que no se pueda salvar.

-PROYECTO DE RECREOS ACTIVOS.

Surge como consecuencia de la implementación del Proyecto anterior como actividad que tiene por objetivo la mejora de la convivencia en el centro. Participamos los tres compañeros

RECREOS ACTIVOS 2022-23

PROFESORES RECREO ACTIVO

RATOS

Se trata de una vigilancia activa

- 1- Balón amarillo (Fútbol) SOLO RONDO. Si estás en los lados el balón.
- 2- Baloncito. Partido una canasta o 3x3. NO PERMITO LANZAMIENTOS (JUANES)

Con estas dos normas evitamos:

- 1- Baloncitos
- 2- Que el balón salga fuera del recinto
- 3- Vigilar abusos (argumentos) que les quiten el balón unos a otros
- 4- Es importante pedirles que usen las paupérrimas tarjetas amarillas para avisar de algún detalle que los alumnos no sepan
- 5- En caso de incidencias leves, conflicto se puede pedir ayuda al profesor especialista de EF (está en el patio)

ZONA LIBRE DE BALONAZOS
Correas y Corredorías (cuando salgan fuera)

PROFESORES DE EF POLIDEPORTEVO.

- 1- Prestarnos y recoger material.
- 2- Supervisamos la actividad y el bienestar del Polideportivo
- 3- Co-organizamos los torneos y exhibiciones con ayuda del alumnado

4 Balones de Fútbol (3x3) 3x3

6 Balones de Baloncesto

Corredorías

Material para la zona deportiva

7. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y/O EXTRAESCOLARES.

Claves:

- 1- Cada nivel tiene una actividad de 1 día
- 2- A destacar las Complementarias, educación en Competencias y pegado a la realidad y el entorno
- 3- A destacar los Recreos Activos (en torno a 60 alumnos cada día)

COMPLEMENTARIAS (TODO EL AÑO)

curso 2022-23	Actividad	Curso	Fechas	Coste Centro	Coste estudiantes	Interferencia en la actividad académica ordinaria
ANUAL	Recreos activos	todo el centro	todo el curso	0	0	Mejora sensible de la convivencia
PUNTUAL (en la hora de EF)	Condición Física y Orientación Parques y zonas públicas cercanas al Centro	ESO	Todo el curso	0	0	0
PUNTUAL (en la hora de EF)	Parque Invierno Condición Física	3º ESO	Todo el curso	0	0	

COMPLEMENTARIAS (UNA JORNADA ESCOLAR)

SEGUNDO TRIMESTRE							
Curso	Actividad	Fecha	Localización	Precio estimado	Interferencia actividad académica convencional	Profesor/a responsable	Profesor/es colaborares/as
1º ESO	Escalada en rocódromo	Marzo	Oviedo	4 €	Mínima	María Bousoño	Óscar García Jesús Fdez
3º ESO	Ruta de Senderismo "Foces del río Pendón"	Marzo	Fuentsanta (Nava)	5€	Mínima	María Bousoño	Óscar García Jesús Fdez

TERCER TRIMESTRE							
Curso	Actividad	Fecha	Localización	Precio estimado	Interferencia actividad académica convencional	Profesor/a responsable	Profesor/es colaboradores/as
Por determinar	Día de la EF en la Calle	Sobre el 25 de abril	La Losa	0	Mínima	Oscar García	María Bousoño Jesús Fdez.
2º y 3º ESO	Carreras de Orientación Juegos Deportivos P. Asturias	Abril	Infiesto	Gratis	Media	Jesús Fernández	María Bousoño Óscar García
1º ESO	Actividades en la Playa	Junio	Rodiles	5€	Mínima	María Bousoño	Óscar García Jesús Fdez
3º ESO	Escalada en rocódromo	Enero - Febrero	Oviedo	4 €	Mínima	María Bousoño	Óscar García Jesús Fdez

8. METODOLOGÍA, RECURSOS DIDÁCTICOS Y MATERIALES CURRICULARES.

La metodología es ecléctica: combinamos métodos tradicionales como el mando directo con estilos más participativos hasta llegar a la autonomía casi total según avanzan los cursos. Los objetivos concretos, son retos (estrategia metodológica) que el alumnos conoce de antemano de forma que le estimula y motiva; buscamos el: ¡¡¡profe ya me sale!!.

La ayuda entre iguales es una constante siendo enfoque metodológico y recurso para ayudar a alumnos con dificultades al mismo tiempo.

En cada curso tenemos alguna UD que si bien no la podemos llamar PROYECTO en sentido literal por no trabajar con otras áreas si al menos se enfoca desde la autonomía, el liderazgo y creatividad de los alumnos y la obtención de un producto, un resultado (collage de acroescalada, video de mimo, teatro de sombras...)

Y lo más más importante: presentar las tareas desde el valor para la vida que tienen y a base de preguntas.

Ejemplo: Resistencia: ¿Qué es más importante (corazón aparte) para correr 30 minutos, las piernas o la cabeza?

¿A quién quieres a tu lado el día de mañana a alguien que termina las cosas o a alguien que las deja a medias?

Y así con todo.

MATERIALES CURRICULARES; LIBROS ¿DE TEXTO?

Disponemos de libros-cuadernos (¡¡portfolios de aprendizaje!!) de elaboración propia, en algunos cursos y apuntes en todos.

Todo, todo, absolutamente todo lo tiene el alumno desde el primer día de clase (si quiere descargándolo de la web del centro). Si no, lo puede adquirir en Conserjería (enorme trabajo de las conserjes) por menos de 2 euros

Los libros-cuadernos están disponibles en la web del Dto. EF Clarín EVA y se pueden descargar.

Estas son las contraseñas:

1º ESO justdoit

1º bachevaforever

Nuestra web está disponible en la dirección. <https://educacionfisicaiesclarin.blogspot.com/>

Además, este año, siguiendo la normativa general comunicada por el Equipo directivo, cada grupo de alumnos tendrá a su disposición todo el material de la asignatura en su Grupo de Teams específico.

Recursos tecnológicos: Los alumnos pueden utilizar sus móviles CUANDO SE INDIQUE para: escuchar música mientras corren, utilizar la calculadora, utilizar el cronómetro, sacar fotos (acroescalada) o videos (técnicas deportivas para analizar errores).

Además, contamos con proyector y ordenador portátil y montamos auténticas salas de fitness con sesiones de bodycombat o bodypump en el polideportivo-gimnasio del centro.

En el Departamento contamos con una TV, dvd y lector USB para el visionado de videos sin perder un minuto.

9. INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE.

La autocrítica es una obligación del profesor de cara al perfeccionamiento de la acción docente. Al margen de procesos más o menos artificiales (triangulación, grabarse en video...) tenemos a nuestro alcance tres buenas piedras de toque para realmente sentirnos **investigadores** sobre nuestra **acción** docente:

- 1- Nosotros mismos. No repetiremos una clase que sale mal.
- 2- Nuestro alumnado. Nos importa su juicio y su crítica. A ellos nos debemos.
- 3- Nuestros compañeros y compañeras del departamento. Hablamos mucho de todo y también de cómo nos van la clase, ¿a ti que te funciona?...

Para llevar a cabo la citada evaluación se proponen **dos encuestas**, una la cubrirán **los alumnos** y trata sobre el trabajo del profesor y sobre la programación del área de Educación Física. La otra la cumplimentará **cada uno de los profesores del Departamento** y servirá para la introducción de mejoras en esta Programación didáctica de cara a sucesivos cursos.

ENCUESTA para el ALUMNADO: (incluimos como ejemplo la de 3º ESO)

EVALUACIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA (3º ESO) Y DEL PROFESOR POR EL ALUMNO 0-nada 1-poco-2 aceptable- 3 bastante 4-mucho		
Sobre la Educación Física:	ME RESULTÓ INTERESANTE	HE APRENDIDO
DESAFÍOS COOPERATIVOS		
CONDICIÓN FÍSICA: FUERZA		
BALONCESTO		
KIN BALL		
PINFUVOTE		
COREOGRAFÍAS		
BÁDMINTON		
NUTRICIÓN		
CARRERAS DE ORIENTACIÓN		
VOLEIBOL I		
RUTA DE SENDERISMO		
ESCALADA EN ROCÓDROMO		
Sobre el Profesor/a: (0-nada 1-poco-2 aceptable- 3 bastante 4-mucho)		
EXPLICA Y DOMINA LA MATERIA		
ME AYUDA Y SE PREOCUCA POR MÍ		
TIENE PACIENCIA		
ME CALIFICA JUSTAMENTE		
COMENTARIOS/OBSERVACIONES:		
VALORA FINALMENTE EL CURSO DE 0 a 10		

HOJA DE REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.

ASPECTOS A EVALUAR	SI/NO	PROPUESTAS DE MEJORA
<p>EVAL PROGRAMACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hay relación coherente entre todos los elementos curriculares de la PD y se orientan DE FORMA PRÁCTICA a las Competencia - Las UUPP planteadas se adecúan al logro de las competencias clave. 		
<p>EVALUACIÓN DE LA ACCION DIDÁCTICA</p> <p>-Hay coherencia ente todos sus componentes:</p> <p>Saberes básicos > Criterios de Evaluación</p> <p>Situaciones de Aprendizaje</p> <p>Metodología</p> <p>Material</p> <p>Instalaciones</p> <p>Tiempos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es coherente la acción didáctica aplicada con lo previsto - Tenemos en cuenta la acción didáctica con el nivel inicial del alumno. 		
<p>MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD:</p> <p>Enumeración de las MAD:</p> <p>Apoyos (docencia compartida)</p> <p>Desdobles</p> <p>Si las hay, eficacia de las mismas</p>		
<p>EVAL RESULTADOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los objetivos conseguidos se corresponden con lo previsto - El nivel alcanzado por el alumnado se corresponde con lo previsto - La interpretación que hacemos de los resultados es congruente con el nivel del alumnado y el feed-back 		
<p>META-EVALUACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los criterios de evaluación son congruentes con las competencias específicas y los descriptores operativos. - Los procedimientos de evaluación son congruentes con los criterios de evaluación 		

En Oviedo, a 15 de marzo de 2023

Fdo: Jesús Fernández Díaz

(Jefe de Dpto, de Educación Física)



Programación / IES Leopoldo alas Clarín / Curso 2022-2023

Educación Física

1º de Bachillerato



“No hay nada más teórico que una buena práctica, ni nada más práctico que una buena teoría”

Johan Galtung (Oslo 1930. Matemático, sociólogo y pacifista)



Profesores:

- María Bousoño Rodríguez
- Jesús Fernández Díaz
- Óscar García Busto

ÍNDICE:

INTRODUCCIÓN.....	3
1. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN DEL CURSO ACTUAL.....	3
2. OBJETIVOS DEL CENTRO (PGA) DEL CURSO ACTUAL.....	6
3. UNIDADES DE PROGRAMACIÓN, EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN.....	7
4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES QUE SE VAYAN A APLICAR.....	26
5. PROGRAMAS DE REFUERZO PARA RECUPERAR LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS CUANDO SE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA EN LA MATERIA.....	28
6. CONCRECIÓN DE LOS PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS DEL CENTRO.....	29
7. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y/O EXTRAESCOLARES.....	30
8. METODOLOGÍA, RECURSOS DIDÁCTICOS Y MATERIALES CURRICULARES.....	31
9. INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE.....	33

0. INTRODUCCIÓN.

La Educación Física (EF) en el IES Leopoldo Alas “Clarín” se orienta a formar personas¹ más felices² a través del fomento de un Estilo de vida activo (EVA).

La EF tiene transferencia a la vida real, trataremos por ello de contribuir a la consecución por parte del alumnado de las Competencias Clave, a través de:

- Los Recreos activos
- Las actividades extraescolares.
- Los deberes prácticos más que teóricos.
- Y sobre todo buenas clases en buenas unidades y proyectos.

En los siguientes apartados explicaremos detalladamente el modo en el que lo vamos a intentar conforme a la normativa que dicta la nueva ley de educación (LOMLOE) que entra en vigor este curso escolar 22-23 en los cursos 1º y 3º de E.S.O. y 1º de Bachillerato.

1. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN DEL CURSO ACTUAL.

El trabajo en equipo es el punto fuerte de este Departamento, de otra manera sería imposible coordinar los espacios. Coincidimos al menos dos profesores en 16 de los 30 periodos lectivos. En caso de lluvia y las épocas de frío extremos es sin duda el mayor hándicap del Departamento de EF.

1.1. MIEMBROS DEL DEPARTAMENTO.

El departamento está formado por 3 profesores:

- María Bousoño Rodríguez,
- Jesús Fernández Díaz y
- Óscar García Busto.

1.2. NÚMERO DE UNIDADES Y MATERIAS IMPARTIDAS EN CADA NIVEL

Con objeto de tener una mejor perspectiva de la carga lectiva total incluiremos en este apartado, además de la unidades y materias de 1º, 3º E.S.O. y 1º Bachillerato (LOMLOE), las unidades de los cursos que todavía se rigen por la legislación anterior (LOMCE). Así, el total de unidades y materias correspondiente al departamento de Educación Física es el siguiente:

-EDUCACIÓN FÍSICA:

- 1º ESO (LOMLOE) > 4 GRUPOS
- 2º ESO (LOMCE) > 4 GRUPOS
- 3º ESO (LOMLOE) > 4 GRUPOS
- 4º ESO (LOMCE) > 5 GRUPOS
- 1º BACHILLERATO > 4 GRUPOS

- ESTILO DE VIDA SALUDABLE (EVA) (Optativa de 2º de Bachillerato)
- 2º BACHILLERATO > 1 GRUPO

¹ Personas, en el sentido más excelso de la palabra.

² Felicidad en el concepto OMS de Salud: estado de bienestar físico psíquico y social

1.3. REPARTO DE CARGA HORARIA EN EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA:

María Bousoño Rodríguez. Da clase a los cuatro grupos de 1º de la ESO y a los cuatro grupos de 3º ESO no bilingües. Siendo además tutora de 1º ESO C. En total, 19 horas lectivas.

Jesús Fernández Díaz. Asume por segundo año la Jefatura de Departamento e imparte clase a los siguientes grupos:

- 2º ESO A y C-D (no bilingüe).
- 4º ESO A, B, C-D (no bilingüe) y 4º E
- 1º BACH A
- Fundamentos de la EF/Estilo de Vida Activo (optativa de 2º de Bachillerato).

En total, 15 horas lectivas, a lo que hay que sumar 3 de jefatura de departamento, que suman 18 horas.

Oscar García Busto. Imparte clase a los siguientes grupos:

- 2º ESO B y C-D (bilingüe)
- 4º ESO C-D (bilingüe)
- 1º de Bachillerato B, C y D
- Fundamentos de la EF/Estilo de Vida Activo (optativa de 2º de Bachillerato).

Suman 13 horas lectivas, 2 de reducción por impartir enseñanza bilingüe en 2º y 4º ESO y 3 horas por asumir la tutoría de 2º ESO B. En total 18 horas.

***La reunión de Departamento**, queda fijada para los martes a cuarta hora, es decir de 11.35 a 12.30, pero en realidad tenemos una **reunión permanente al coincidir y compartir instalaciones en prácticamente todo nuestro horario lectivo. Además está el grupo de Whatsapp**

GUARDIAS: De recreos activos tenemos 7: Jesús 5 (todos los días) y María 2 (miércoles y jueves).

En la tabla que tenemos a continuación se pueden ver los horarios completos de los miembros del Departamento con las coincidencias entre grupos:

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA 2022-23					
	MARÍA	ÓSCAR	JESÚS		
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª - 8.25	1º ESO A 1º BACH C	4º ESO C-D 4º ESO C-D Bil	3º ESO D	1º BACH C	1º BACH A 1º ESO D
2ª - 9.20	1º ESO C	3º ESO A	2º ESO A 2º ESO B	1º ESO B	3º ESO B
3ª - 10.15	2º BACH EVA 2º BACH EVA 1º ESO D	3º ESO B	4º ESO E 1º ESO C	4º ESO B 1º BACH D	4º ESO A 3º ESO C
RECR. ACTIVOS	J	J	M J	M J	J
4ª - 11.35	4º ESO E 1º BACH D	Reunión DPTO	4º ESO A 1º BACH B	2º ESO C-D 2º ESO C-D Bil	1º ESO A
5ª - 12.30	2º ESO C-D 2º ESO C-D Bil	3º ESO C	1º ESO B	4º ESO C-D 4º ESO C-D Bil	2º ESO A 2º ESO B
6ª - 13.25	1º BACH A 3º ESO D	4º ESO B			3º ESO A 1º BACH B
7ª					

2. OBJETIVOS DEL CENTRO (PGA) DEL CURSO ACTUAL.

2.1. OBJETIVOS DEL CENTRO.

Vinculados a los objetivos institucionales y organizados para adaptar dichos objetivos a la situación de nuestro centro y mejorar sus índices de logro.

- 1. Mejorar la convivencia en el centro.
- 2. Renovar y ampliar la comunicación en la comunidad escolar y la participación de las familias.
- 3. Consolidar los proyectos de centro, incrementando la integración de sus propuestas en el aula mediante fórmulas de coordinación, organización y dinamización.
- 4. Facilitar e incentivar propuestas de innovación educativa: Avanzar en el protagonismo las competencias clave y potenciar el aprendizaje basado en experiencias significativas y relevantes para el alumnado y la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autonomía, la reflexión, la participación, la responsabilidad y la capacidad crítica.
- 5. Mejorar el rendimiento académico.
- 6. Disminuir el absentismo ocasional y prevenir el abandono escolar efectivo de algunos/as alumnos
- 7. Reforzar las competencias comunicativas mediante medios telemáticos y la alfabetización digital en la comunidad educativa, tanto en los aspectos técnicos como en las normas de cortesía y las competencias de lectura, escritura e investigación (PDC: PLAN DE DIGITALIZACIÓN DEL CENTRO).
- 8. Fomentar la cultura científica en toda la comunidad educativa
- 9. Promover la mejora de la competencia comunicativa en diferentes lenguas, teniendo en cuenta las alfabetizaciones múltiples como representaciones del conocimiento en los ámbitos visual, textual, digital y tecnológico.

3. UNIDADES DE PROGRAMACIÓN, EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN.

1º BACHILLERATO

DISTRIBUCIÓN DE UNIDADES DE PROGRAMACIÓN A LO LARGO DEL CURSO ESCOLAR					
1er trimestre- OTOÑO		2º trimestre- INVIERNO		3 trimestre- PRIMAVERA	
UUP	Nº Clases	UUP	Nº Clases	UUP	Nº Clases
1- DESAFÍOS COOPERATIVOS	3	4- PROYECTO EXPRESIÓN CORPORAL	12	7- LUCHA AL BALTU	4
2- AUTOENTRENAMIENTO	9	5- NUEVAS TENDENCIAS DEL FITNESS	6	8- ASTURIAS PARAISO NATURAL DEL DEPORTE	2
3- VUELA CON EL BÁDMINTON	10	6- EJECUCIÓN DEL S.V.B.	3	9- DEPORTE A LA CARTA	12
PROPUESTA DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS / EXTRAESCOLARES					
Actividad fin trimestre: "Fútbol Humano"		Actividad fin trimestre: "Atrapa la bandera"			
				AMN: UNA A ELEGIR POR EL ALUMNADO	

EV.	1º BACH. EDUCACIÓN FÍSICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN														
		1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	2.1	2.2	2.3	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	5.1	5.2
1ª EV.	1. DESAFÍOS COOPERATIVOS										X	X				
	2. AUTOENTRENAMIENTO	X	X			X			X							X
	3. VUELA CON EL BÁDMINTON					X		X		X		X				
	Nº de veces que se trabaja cada criterio en la 1ª evaluación	1	1	0	0	2	0	1	1	1	1	2	0	0	0	1
	Valor de cada crit en la 1ª EV:	9,09	9,09	0,00	0,00	18,18	0,00	9,09	9,09	9,09	9,09	18,18	0,00	0,00	0,00	9,09
2ª EV.	4. PROYECTO DE EXPRESIÓN CORPORAL					X	X				X	X		X		
	5. NUEVAS TENDENCIAS DEL FITNESS				X	X										
	6. EJECUCIÓN DEL S.V.B.			X										X		
	Nº de veces que se trabaja cada criterio en la 2ª evaluación	0	0	1	1	2	1	0	0	0	1	1	0	2	0	0
	Valor de cada crit en la 2ª EV:	0,00	0,00	11,11	11,11	22,22	11,11	0,00	0,00	0,00	11,11	11,11	0,00	22,22	0,00	0,00
3ª EV.	7. LUCHA AL VALTU		X					X					X			
	8. ASTURIAS PARAISO NATURAL DEL DEPORTE														X	X
	9. DEPORTE A LA CARTA					X		X		X			X			X
	Nº de veces que se trabaja cada criterio en la 3ª evaluación	0	1	0	0	1	0	2	0	1	0	0	2	0	1	2
	Valor de cada crit en la 3ª EV:	0	10	0	0	10	0	20	0	10	0	0	20	0	10	20
CALIFICACIÓN FINAL	Nº de veces que se trabaja cada CRITERIO DE EVALUACIÓN en TODO EL CURSO:	1	2	1	1	5	1	3	1	2	2	3	2	2	1	3
	Valor total de cada crit:	3,33	6,67	3,33	3,33	16,67	3,33	10,00	3,33	6,67	6,67	10,00	6,67	6,67	3,33	10,00

TOTAL
CRITERIOS:

1ª EV.
11
% c.ev.
9,09

TOTAL CRITERIOS CURSO:
30
% valor cada CRIT.
3,33

2ª EV.
9
% c.ev.
11,11

3ª EV.
10
% c.ev.
10

1º BACHILLERATO						
	UUPP	CRITERIOS de EVALUACIÓN	nº	Procedimientos de evaluación	% peso Trimestre	% peso Curso
1ª EVALUACIÓN	1. DESAFÍOS COOPERATIVOS	3.2/3.3	2	9 Desafíos cooperativos (L - C)	18,18	6,67
	2. AUTOENTRENAMIENTO	1.1/1.2/1.5/2.3/5.2	5	Planificación Test de Condición Física Entrenamientos registrados con APP	45,45	16,67
	3. VUELA CON EL BÁDMINTON	1.5/2.2/3.1/3.3	4	Video Tutorial Técnica de Golpeos Organización de Torneos	36,36	13,33
					100,00	
			11			
2ª EVALUACIÓN	4. PROYECTO DE EXPRESIÓN CORPORAL	1.5/2.1/3.2/3.3/4.2	5	Video Actividad final (Rúbrica del producto + Rúbrica de trabajo en equipo)	55,56	16,67
	5. NUEVAS TENDENCIAS DEL FITNESS	1.4/1.5	2	Práctica de las Actividades (Lista de Control) Tríptico Promocional Fitness (Lista de Control) Entrenamientos registrados con APP	22,22	6,67
	6. EJECUCIÓN DEL S.V.B.	1.3/4.2	2	Representación: Actuación ante un accidente (Lista de Control)	22,22	6,67
			9		100,00	
3ª EVALUACIÓN	7. LUCHA AL VALTU	1.2/2.2/4.1	3	Examen práctico por parejas	30,00	10,00
	8. ASTURIAS PARAISO NATURAL DEL DEPORTE	5.1/5.2	2	Presentación de criterios de selección de una AMN (Rúbrica)	20,00	6,67
	9. DEPORTE A LA CARTA	1.5/2.2/3.1/4.1/5.2	5	Presentación del deporte (Rúbrica) Circuito de Habilidad Técnica (Lista de Control) Juego Real (Lista de Control) Entrenamientos registrados con APP	50,00	16,67
			10		100,00	100,00

CALIFICACIÓN FINAL:		30	Valor de cada criterio trabajado:	3,33
Nº de CRITERIOS DE EVALUACIÓN trabajados en TODO EL CURSO:				

1º Bachillerato

U.P 1	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/ INSTR. EV.	% CALIFIC.
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">1. DESAFÍOS COOPERATIVOS IV</p>	<p>3-Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>3.1-- Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.</p> <p>3.5- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.</p> <p>4-Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <p>4.2-- Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.</p> <p>4.5- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas sexistas y LGTBfóbicas).</p>	<p>1- CL 5</p> <p>5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5</p> <p>6- CC 1, 3 y 4</p>	<p>3- Compartir. Autorregular Competencia específica 3. <i>Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.</i></p>	<p>10- (3.2)- Cooperar en proyectos. 3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada, cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.</p> <p>11- (3.3)- Resolución de conflictos. 3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.</p>	<p>9 retos</p>	<p>20%</p> <p>(6% anual)</p>

1º Bachillerato						
U.P 2	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/ NSTR. EV.	% CALIFIC.
2. AUTOENTRENAMIENTO	<p>1-Bloque A. Vida activa y saludable</p> <p>1.1- Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.</p> <p>1.2- Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la</p>	<p>3- STEM 2 y 5</p> <p>4- CD 1 y 4</p> <p>5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5</p>	<p>1- EVA- Competencia específica 1. Interiorizar el desarrollo de un <i>estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</i></p> <p>2- CFB-CPM Competencia específica 2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>5- EV Nat. Sostenible Competencia específica 5. Implementar un <i>estilo de vida sostenible</i> y comprometido</p>	<p>1-(1-1)- Autoentrenamiento. 1.1-Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.</p> <p>2- (1-2)- Rutinas 1.2 Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.</p> <p>5- (1-5)- Apps . 5. 1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.</p> <p>8 (2.3)- Cuanti-Cualita. (C.Motriz) 2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.</p>	<p>Plannin g-20%</p> <p>Test- 15%</p> <p>Cromos- 10%</p>	<p>45%</p> <p>(16% anual)</p>

	<p>salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.</p> <p>1.3- Salud mental: Técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.</p> <p>6-Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno</p> <p>6.2- Análisis de las posibilidades del entorno urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.</p>		<p><i>con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.</i></p>	<p>15- (5.2)- A M N – Urbano. 5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad, individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.</p>		
--	--	--	--	---	--	--

1º Bachillerato						
U.P	SABERES BÁSICOS	DESCR . OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/I NSTR. EV.	% CALIFI C.

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">3. VUELA CON EL BÁDMINTON</p>	<p>2-Bloque B. Organización y gestión de la actividad física</p> <p>2.1- Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).</p> <p>2.2- Selección responsable y sostenible del material deportivo (elásticos-Trx). Análisis crítico de estrategias publicitarias.</p> <p>2.3- Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).</p> <p>2.4- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y ajeno: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.</p> <p>2.6- Protocolos ante alertas escolares. ¿¿¿???</p> <p>4-Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p>	<p>1- CL 5</p> <p>4- CD 1 y 4</p> <p>5- CP SAA</p> <p>1.1, 1.2 ,4 y 5</p> <p>7- CE 1. 2 y 3</p>	<p>1- EVA- Competencia específica 1. Interiorizar el desarrollo de un <i>estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</i></p> <p>2- CFB-CPM Competencia específica 2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>3- Compartir. Autorregular Competencia específica 3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección</p>	<p>5- (1-5)- Apps. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.</p> <p>7 (2.2)- Solucionar situaciones (C.Motriz). 2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p> <p>9- (3.1)- Organizar actividades. 3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.</p> <p>11- (3.3)- Resolución de conflictos. 3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.</p>	<p>Ficha Torneo 15%</p> <p>Tutorial -20%</p>	<p>35%</p> <p>(13% anual)</p>
--	--	---	---	--	--	---

	<p>4.1- Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</p> <p>4.2-- Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.</p> <p>4.3- Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.</p> <p>4.4 - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.</p>		<p>precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.</p>			
--	---	--	--	--	--	--

U.P	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
4. PROYECTO DE EXPRESIÓN CORPORAL	<p>2-Bloque B. Organización y gestión de la actividad física</p> <p>2.3- Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).</p>	1- CL 5	<p>1- EVA- Competencia específica 1. Interiorizar el desarrollo de un <i>estilo de vida activo y saludable</i>, <i>planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</i></p> <p>2- CFB-CPM Competencia específica 2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y</p>	<p>1.1. 5- (1-5)- Apps. 1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.</p> <p>6- (2.1)- Proyectos. 2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.</p> <p>10- (3.2)- Cooperar en proyectos. 3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada, cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.</p> <p>11- (3.3)- Resolución de conflictos 3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer</p>	<p>Representación-Video. Trabajo en equipo</p>	<p>50%</p> <p>(16% anual)</p>
	<p>3-Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>3.1-- Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas.</p>	4- CD 1 y 4				
	<p>4-Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <p>4.2-- Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.</p>	5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5				
	<p>5-Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz</p> <p>5.2 - Técnicas específicas de expresión corporal.</p> <p>5.3- - Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad artísticoexpresiva.</p>	6- CC 1, 3 y 4				
		7- CE 1. 2 y 3				
		8-CCEC 1				

		<p><i>consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</i></p> <p>4- Manifestaciones Cultura Motriz Competencia específica</p> <p>4. <i>Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.</i></p>	<p>las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.</p> <p>.</p> <p>13- (4.2)- Crear composiciones corporales. 4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad.</p>		
--	--	--	--	--	--

1º Bachillerato

U.P	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
5. NUEVAS TENDENCIAS DEL FITNESS	<p>1-Bloque A. Vida activa y saludable 1.1- Salud física:Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.</p> <p>5-Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz</p> <p>5.4- Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.</p> <p>5.5- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia en medios de comunicación.</p> <p>5.6- Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.</p>	<p>4- CD 1 y 4</p> <p>5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5</p> <p>7- CE 1. 2 y 3</p>	<p>1- EVA- Competencia específica 1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</p> <p>2- CFB-CPM Competencia específica 2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>4- (1-4). Estereotipos 1-4-Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.</p> <p>5- (1-5)- Apps. 1-5-Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.</p> <p>8 (2.3)- Cuanti-Cualita. (C.Motriz). . Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.</p>	<p align="center">Práctica 10%</p> <p align="center">Triptico 10%</p> <p align="center">Cromos 10%</p>	<p>30%</p> <p>(9 % anual)</p>

1º Bachillerato

U.P 6	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
6. EJECUCIÓN DEL S.V.B	<p>2-Bloque B. Organización y gestión de la actividad física</p> <p>2.5- Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).</p>	<p>3- STEM 2 y 5</p> <p>5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5</p> <p>8-CCEC 1</p>	<p>1- EVA- Competencia específica 1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</p> <p>4- Manifestaciones Cultura Motriz Competencia específica 4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.</p>	<p>3- (1-3)- Lesiones y 1ºs auxilios. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.</p> <p>13- (4.2)- Crear composiciones corporales. 4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad.</p>	<p>Examen Representación protocolo por grupos</p>	<p>20%</p> <p>(6% anual)</p>

1º Bachillerato

U.P 7	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
7. LLUCHA AL VALTU	<p>2-Bloque B. Organización y gestión de la actividad física</p> <p>2.4- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y ajeno: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.</p>	<p>3- STEM 2 y 5</p> <p>5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5</p> <p>6- CC 1, 3 y 4</p>	<p>2- CFB-CPM Competencia específica 2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>4- Manifestaciones Cultura Motriz Competencia específica 4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.</p>	<p>1.2. 2- (1-2)- Rutinas. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.</p> <p>7 (2.2)- Solucionar situaciones (C.Motriz).</p> <p>2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p> <p>12 (4.1)- Manifestaciones motrices como cultura. 4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.</p>	<p align="center">Examen Tco-práctico por parejas</p>	<p align="center">30%</p> <p align="center">(9 % anual)</p>
	<p>5-Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz</p> <p>5.1- Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.</p>					

1º Bachillerato

U.P 8	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
1. ASTURIAS PARAISO NATURAL	<p>6-Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno</p> <p>6.1- Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.</p> <p>6.2- Análisis de las posibilidades del entorno urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.</p> <p>6.3- Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad movilidad, seguridad o similares).</p> <p>6.4- Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.</p> <p>6.5- Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.</p> <p>6.6- Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.</p>	<p>3- STEM 2 y 5</p> <p>5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5</p> <p>6- CC 1, 3 y 4</p> <p>7- CE 1. 2 y 3</p>	<p>5- EV Nat. Sostenible</p> <p>Competencia específica 5.</p> <p><i>Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.</i></p>	<p>14- (5.1)- AMN. 5 .1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.</p> <p>15- (5.2)- A M N – Urbano. 5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad, individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.</p>	<p align="center">Presentación en grupos</p>	<p align="center">20%</p> <p align="center">(6% anual)</p>

1º Bachillerato

U.P 9	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIF.
--------------	------------------------	---------------------	---------------------------------	--------------------------------	-------------------------	-----------------

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">2. DEPORTE A LA CARTA</p>	<p>3-Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>3.1-- Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.</p> <p>3.2- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica</p> <p>3.3- Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. La preparación física en los deportes.</p>	<p>3- STEM 2 y 5</p> <p>4- CD 1 y 4</p> <p>5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5</p> <p>6- CC 1, 3 y 4</p> <p>7- CE 1. 2 y 3</p>	<p>1- EVA- Competencia específica 1. Interiorizar el desarrollo de un <i>estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</i></p> <p>2- CFB-CPM Competencia específica 2. Adaptar autónomamente <i>las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</i></p> <p>3- Compartir. Autorregular Competencia específica 3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, <i>compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la</i></p>	<p>1.3. 5- (1-5)- Apps . 1.5- Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.</p> <p>7 (2.2)- Solucionar situaciones (C.Motriz). 2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p>	<p>Presentación- 10%</p> <p>Circuito técnico- 10%</p> <p>Juego Real-</p> <p>Torneo-20%</p> <p>Cromos 10%</p>	<p>50%</p> <p>(19% anual)</p>
--	---	--	---	--	---	---

<p>3.4- Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.</p> <p>3.5- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.</p> <p>4-Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <p>4.1- Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</p> <p>4.2-- Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.</p> <p>4.3- Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.</p> <p>4.4 - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.</p> <p>4.5- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas sexistas y LGTBfóbicas).</p>	<p>convivencia y desarrollando procesos de <i>autorregulación emocional</i> que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.</p> <p>4- Manifestaciones Cultura Motriz Competencia específica 4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.</p> <p>5- EV Nat. Sostenible Competencia específica 5. Implementar un <i>estilo de vida sostenible</i> y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de <i>servicio a la comunidad</i> vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.</p>	<p>8 (2.3)- Cuanti-Cualita. (C.Motriz). 2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.</p> <p>9- (3.1)- Organizar actividades. 3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.</p> <p>12 (4.1)- Manifestaciones motrices como cultura. 4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual,</p>		
--	--	---	--	--

				<p>analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.</p> <p>15- (5.2)- A M N – Urbano. 5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad, individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.</p>		
--	--	--	--	--	--	--

4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES QUE SE VAYAN A APLICAR.

Este curso escolar disponemos de apoyo de un fisioterapeuta en grupos de 1º ESO

ACI: La EF fue inventada por el sueco Ling en el siglo XIX como rehabilitación. Cuando un alumno-a no puede hacer los ejercicios prácticos del día y lo justifica, le proponemos una actividad alternativa: malabares, estiramientos etc. Este curso inauguramos una Zona de Recuperación (donde las colchonetas)

EXENTOS EN EF: Este año tenemos un alumno exento de la asignatura de EF por su condición de deportista de alto rendimiento. Nos parece que esos alumnos se pierden experiencias motrices y sociales en algo en lo que son buenos, así como la posibilidad de aportar en clase lo que sin duda les haría crecer como personas. Pero es la ley y están en su derecho.

4.1. Los programas de refuerzo para recuperar los aprendizajes no adquiridos cuando se promocione con evaluación negativa en la asignatura.

En este apartado incluimos:

5.1.1. Recuperaciones puntuales de aprendizajes no adquiridos previas a la Evaluación Ordinaria de Junio.

5.1.2. Evaluación del alumnado al que no se puede aplicar la evaluación continua

5.1.3. Alumnado lesionado

5.1.4. Alumnado con permanencia de un año más en el curso

Se basan en el principio rectificar es de sabios (y sabias)

4.1.1. Recuperaciones puntuales de aprendizajes no adquiridos previas a la Evaluación Ordinaria de Junio.

Los días previos a la Evaluación Ordinaria de Junio se dará la posibilidad a los alumnos/as que los necesiten, de realizar pruebas prácticas de recuperación. También, a través de Teams o correo electrónico, tendrán la posibilidad de entregar trabajos o tareas pendientes que le permitan superar la asignatura, se propondrá para ello una fecha límite de entrega lo más ajustada posible a la fecha oficial de la Evaluación de Junio.

4.1.2. Evaluación del alumnado al que no se puede aplicar la evaluación continua

También conocido como pérdida del derecho a la evaluación continua, aunque es sabido que los derechos no se pueden perder.

En nuestro centro se considera que el alumnado pierde el derecho a evaluación continua cuando las faltas exceden el 25% de nuestras clases. Es decir, 5 faltas o por evaluación.

En este caso, en base a lo expuesto en el RRI del centro, y puesto que tienen que llevar una nota en la evaluación, se le citará en una fecha para un examen que constará de dos partes: una teórica y otra práctica. En ambos casos, como no hay nivel de partida, directamente se le exigirá un nivel de rendimiento genérico que vendrá marcado por los objetivos para el curso.

4.1.3. Alumnado lesionado

La ley nos dice que la figura del exento en Educación Física ha desaparecido, debiendo adaptarse los contenidos a impartir, siempre que se pueda, a las circunstancias del alumnado lesionado o discapacitado. En aquellos casos en los que, ya sea por la naturaleza de los contenidos o por el informe médico correspondiente, no se pueda adaptar, el alumnado deberá realizar los correspondientes exámenes teóricos, trabajos y materiales curriculares.

4.1.4. Alumnado con un año más de permanencia en el mismo curso (repetidor)

Si repite, la legislación dice que debemos centrarnos en aquellas materias que causaron su permanencia otro año más en ese curso. En el caso de que la E.F. sea una de ellas, diseñaremos un plan individualizado para ayudarle a superar sus puntos débiles.

En el caso de que repita pero tenga la E.F. aprobada puede plantearsele el reto de superar su nivel de competencia motriz del curso anterior o incluso que acepte el rol de alumno colaborador, ayudando al resto del alumnado en la asimilación de los nuevos contenidos.

Así mismo, el Departamento de E.F. determina una serie de medidas para darle una respuesta al alumnado que se encuentre en cualquiera de estos casos citados anteriormente:

- Posibilidad de establecer reuniones periódicas con el profesor responsable
- Cesión de material didáctico por parte del Departamento para su utilización por el alumnado en períodos no lectivos.
- Orientar al alumnado sobre la realización de un plan individual que podría llevar, con ayuda o sin ella, fuera del período lectivo, para alcanzar los niveles mínimos establecidos.
- aconsejar al alumnado sobre la modificación de su actitud o conducta durante las clases, cuando ésta haya repercutido negativamente en su calificación.

5. PROGRAMAS DE REFUERZO PARA RECUPERAR LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS CUANDO SE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA EN LA MATERIA.

En estos casos es conveniente definir un Plan de recuperación para el alumnado. Se fijará una reunión previa, dónde se determinarán las medidas a tomar, los contenidos a evaluar, y las fechas de entrega de trabajos y de realización de exámenes

Para aquellos contenidos cíclicos que se repiten en U.D., curso tras curso, como las UUPP. de condición física, superarlo en el nuevo curso puede suponer aprobar la del curso anterior (salvo en los casos concretos de alumnado con informe médico al que no se le pueda adaptar ningún contenido, donde se aplicará la misma lógica que con el alumnado lesionado)

En aquellos contenidos que no son cíclicos, tipo U.D. Nutrición, o que, repitiéndose año tras año, el profesor considere que no tienen relación directa con los del nuevo curso, se le dará al alumnado material para preparar una prueba puntual (puede ser un trabajo, un examen o incluso alguna prueba física). Al alumnado de 1º de Bachillerato que promociona a 2º con la EF pendiente, los incluiríamos dentro de este grupo.

6. CONCRECIÓN DE LOS PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS DEL CENTRO.

-ACTIVIDADES QUE ESTIMULEN EL INTERÉS POR LA LECTURA Y LA CAPACIDAD DE EXPRESARSE

CORRECTAMENTE EN PÚBLICO: Proponemos trabajos algunos clásicos (resumen de un artículo, diseñar un calentamiento) y otros innovadores (autobiografía deportiva, diseñar una campaña para la promoción del estilo de vida activo, realizar un video tutorial explicando y ejecutando elementos técnicos de contenidos trabajados en clase).

-ACTIVIDADES QUE ESTIMULEN EL USO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA

COMUNICACIÓN. Realización de video-tutoriales sobre contenidos técnico-tácticos y reglamentarios de Bádminton. Grabación y edición de proyectos de Expresión Corporal (musical, teatro de sombras o acrosport), uso de APPs para registrar entrenamientos de Condición Física.

-PROYECTO DE CONVIVENCIA Y MEDIACIÓN.

Coordinado Oscar García Busto (departamento de Educación Física)

-PROYECTO DE RECREOS ACTIVOS.

Surge como consecuencia de la implementación del Proyecto anterior como actividad que tiene por objetivo la mejora de la convivencia en el centro. Participamos los tres compañeros

RECREOS ACTIVOS 2022-23

PROFESORES RECREO ACTIVO

PATIO

Se trata de una vigilancia activa

- 1- Balón amarillo (fútbol) SOLO RONDO. Si juegas en los costos el balón.
- 2- Baloncito. Partido como canasta o 3+3 NO PERMITO LANZAMIENTOS (JUANES)

Con estos dos normas evitamos:

- 1- Bulosaco
- 2- Que el balón vaya fuera del recinto
- 3- Vigilar abusos (tramanto) que los quiten el balón unos a otros
- 4- Es importante pedirles que usen las paupietras siempre hacia el suelo o pedir que lo quiten en el momento
- 5- En caso de incidencias lesión, conflicto se puede pedir ayuda al profesor especialista de EF (está en el patio)

PROFESORES DE EP POLIDEPORTIVO.

- 1- Prestamos y recogemos material.
- 2- Supervisamos la actividad y el buen uso del Polideportivo
- 3- Co-organizamos los torneos y exhibiciones con ayuda del alumnado

ZONA LIBRE DE BALONAZOS
Carras y Corrugadas (cuando salgan fuera)

REGLAS DE CONVIVENCIA

- 1- Utilizar el fútbol SOLO RONDO
- 2- Baloncito de canasta
- 3- Corrugadas
- 4- No jugar con los ojos

Infografía que muestra un campo de fútbol con un balón amarillo y un balón naranja, y una zona libre de balonazos con carras y corrugadas. Incluye una imagen de un profesor y un alumno interactuando.

7. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y/O EXTRAESCOLARES.

Claves:

- 1- Cada nivel tiene una actividad de 1 día
- 2- A destacar las Complementarias, educación en Competencias y pegado a la realidad y el entorno
- 3- A destacar los Recreos Activos (en torno a 60 alumnos cada día)

COMPLEMENTARIAS (TODO EL AÑO)

curso 2022-23	Actividad	Curso	Fechas	Coste Centro	Coste estudiantes	Interferencia en la actividad académica ordinaria
ANUAL	Recreos activos	todo el centro	todo el curso	0	0	Mejora sensible de la convivencia
PUNTUAL (en la hora de EF)	Condición Física y Orientación Parques y zonas públicas cercanas al Centro	1º BACH	Todo el curso	0	0	0
PUNTUAL (en la hora de EF)	Parque Invierno Condición Física	1º BACH	Todo el curso	0	0	

COMPLEMENTARIAS (UNA JORNADA ESCOLAR)

TERCER TRIMESTRE							
Curso	Actividad	Fecha	Localización	Precio estimado	Interferencia actividad académica convencional	Profesor/a responsable	Profesor/es colaborares/as
Por determinar	Día de la EF en la Calle	Sobre el 25 de abril	La Losa	0	Mínima	Oscar García	María Bousoño Jesús Fdez.
1º BACH	Una a elegir entre varias opciones por la mayoría de alumnado	Junio	Por determinar	25 €	Mínima	Óscar García	María Bousoño Jesús Fdez

8. METODOLOGÍA, RECURSOS DIDÁCTICOS Y MATERIALES CURRICULARES.

La metodología es ecléctica: combinamos métodos tradicionales como el mando directo con estilos más participativos hasta llegar a la autonomía casi total según avanzan los cursos. Los objetivos concretos, son retos (estrategia metodológica) que el alumnos conoce de antemano de forma que le estimula y motiva; buscamos el: ¡¡¡profe ya me sale!!.

La ayuda entre iguales es una constante siendo enfoque metodológico y recurso para ayudar a alumnos con dificultades al mismo tiempo.

En cada curso tenemos alguna UD que si bien no la podemos llamar PROYECTO en sentido literal por no trabajar con otras áreas si al menos se enfoca desde la autonomía, el liderazgo y creatividad de los alumnos y la obtención de un producto, un resultado (collage de acroescalada, video de mimo, teatro de sombras...)

Y lo más más importante: presentar las tareas desde el valor para la vida que tienen y a base de preguntas.

Ejemplo: Resistencia: ¿Qué es más importante (corazón aparte) para correr 30 minutos, las piernas o la cabeza?

¿A quién quieres a tu lado el día de mañana a alguien que termina las cosas o a alguien que las deja a medias?

Y así con todo.

MATERIALES CURRICULARES; LIBROS ¿DE TEXTO?

Disponemos de libros-cuadernos (¡¡portfolios de aprendizaje!!) de elaboración propia, en algunos cursos y apuntes en todos.

Todo, todo, absolutamente todo lo tiene el alumno desde el primer día de clase (si quiere descargándolo de la web del centro). Si no, lo puede adquirir en Conserjería (enorme trabajo de las conserjes) por menos de 2 euros

Los libros-cuadernos están disponibles en la web del Dto. EF Clarín EVA y se pueden descargar.

Estas son las contraseñas:

1º ESO justdoit

1º bachevaforever

Nuestra web está disponible en la dirección. <https://educacionfisicaiesclarin.blogspot.com/>

Además, este año, siguiendo la normativa general comunicada por el Equipo directivo, cada grupo de alumnos tendrá a su disposición todo el material de la asignatura en su Grupo de Teams específico.

Recursos tecnológicos: Los alumnos pueden utilizar sus móviles CUANDO SE INDIQUE para: escuchar música mientras corren, utilizar la calculadora, utilizar el cronómetro, sacar fotos (acroescalada) o videos (técnicas deportivas para analizar errores).

Además, contamos con proyector y ordenador portátil y montamos auténticas salas de fitness con sesiones de bodycombat o bodypump en el polideportivo-gimnasio del centro.

En el Departamento contamos con una TV, dvd y lector USB para el visionado de videos sin perder un minuto.

9. INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE.

La autocrítica es una obligación del profesor de cara al perfeccionamiento de la acción docente. Al margen de procesos más o menos artificiales (triangulación, grabarse en video...) tenemos a nuestro alcance tres buenas piedras de toque para realmente sentirnos **investigadores** sobre nuestra **acción** docente:

- 1- Nosotros mismos. No repetiremos una clase que sale mal.
- 2- Nuestro alumnado. Nos importa su juicio y su crítica. A ellos nos debemos.
- 3- Nuestros compañeros y compañeras del departamento. Hablamos mucho de todo y también de cómo nos van la clase, ¿a ti que te funciona?...

Para llevar a cabo la citada evaluación se proponen **dos encuestas**, una la cubrirán **los alumnos** y trata sobre el trabajo del profesor y sobre la programación del área de Educación Física. La otra la cumplimentará **cada uno de los profesores del Departamento** y servirá para la introducción de mejoras en esta Programación didáctica de cara a sucesivos cursos.

ENCUESTA para el ALUMNADO: (incluimos como ejemplo la de 3º ESO)

EVALUACIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA (3º ESO) Y DEL PROFESOR POR EL ALUMNO 0-nada 1-poco-2 aceptable- 3 bastante 4-mucho		
Sobre la Educación Física:	ME RESULTÓ INTERESANTE	HE APRENDIDO
DESAFÍOS COOPERATIVOS		
CONDICIÓN FÍSICA: FUERZA		
BALONCESTO		
KIN BALL		
PINFUVOTE		
COREOGRAFÍAS		
BÁDMINTON		
NUTRICIÓN		
CARRERAS DE ORIENTACIÓN		
VOLEIBOL I		
RUTA DE SENDERISMO		
ESCALADA EN ROCÓDROMO		
Sobre el Profesor/a: (0-nada 1-poco-2 aceptable- 3 bastante 4-mucho)		
EXPLICA Y DOMINA LA MATERIA		
ME AYUDA Y SE PREOCUCA POR MÍ		
TIENE PACIENCIA		
ME CALIFICA JUSTAMENTE		
COMENTARIOS/OBSERVACIONES:		
VALORA FINALMENTE EL CURSO DE 0 a 10		

HOJA DE REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.

ASPECTOS A EVALUAR	SI/NO	PROPUESTAS DE MEJORA
<p>EVAL PROGRAMACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hay relación coherente entre todos los elementos curriculares de la PD y se orientan DE FORMA PRÁCTICA a las Competencia - Las UUPP planteadas se adecúan al logro de las competencias clave. 		
<p>EVALUACIÓN DE LA ACCION DIDÁCTICA</p> <p>-Hay coherencia ente todos sus componentes:</p> <p>Saberes básicos > Criterios de Evaluación</p> <p>Situaciones de Aprendizaje</p> <p>Metodología</p> <p>Material</p> <p>Instalaciones</p> <p>Tiempos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es coherente la acción didáctica aplicada con lo previsto - Tenemos en cuenta la acción didáctica con el nivel inicial del alumno. 		
<p>MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD:</p> <p>Enumeración de las MAD:</p> <p>Apoyos (docencia compartida)</p> <p>Desdobles</p> <p>Si las hay, eficacia de las mismas</p>		
<p>EVAL RESULTADOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los objetivos conseguidos se corresponden con lo previsto - El nivel alcanzado por el alumnado se corresponde con lo previsto - La interpretación que hacemos de los resultados es congruente con el nivel del alumnado y el feed-back 		
<p>META-EVALUACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los criterios de evaluación son congruentes con las competencias específicas y los descriptores operativos. - Los procedimientos de evaluación son congruentes con los criterios de evaluación 		

En Oviedo, a 15 de marzo de 2023

Fdo: Jesús Fernández Díaz

(Jefe de Dpto, de Educación Física)