



Principado de Asturias

Consejería de Educación



Programación / IES Leopoldo alas Clarín / Curso **2024-2025**

Educación Física

1º de ESO



"Si el niño es capaz de entregarse por completo al mundo en su juego, en su vida adulta será capaz de dedicarse con confianza y fuerza al servicio del mundo"

Rudolf Steiner



Recreos activos, la fina línea que separa el aprendizaje en EF de la ocupación constructiva del tiempo de ocio

Profesores:

- Mario Blanco García
- Jesús Fernández Díaz
- Óscar García Busto- JD





ÍNDICE:

1. INTRODUCCIÓN.....	3
1.1 Miembros del Dto. y reparto de la carga horaria.	3
2. OBJETIVOS DEL CENTRO (PGA) DEL CURSO ACTUAL.	5
3. UNIDADES DE PROGRAMACIÓN, SITUACIONES DE APRENDIZAJE Y PROYECTOS.	6
4. EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN	6
4.1-Instrumentos. Procedimientos de evaluación. Criterios de evaluación.Criterios de calificación.....	7
4.2 Procedimientos e instrumentos de evaluación de carácter excepcional ante la imposibilidad de aplicar la evaluación continua.	7
1º ESO	8
5. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES QUE SE VAYAN A APLICAR	22
5.1 Medidas para que las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adapten a las necesidades del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.....	22
5.2. Medidas de carácter ordinario	22
5.3 Medidas de carácter singular:	23
5.4 Alumnado lesionado.....	23
5.5- Alumnado con un año más de permanencia en el mismo curso (repetidor).....	23
6 PROGRAMAS DE REFUERZO PARA RECUPERAR LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS CUANDO SE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA EN LA MATERIA.....	24
7 CONCRECIÓN DE LOS PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS DEL CENTRO.....	24
8. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.	24
9 METODOLOGÍA, RECURSOS DIDÁCTICOS Y MATERIALES CURRICULARES	25
9.1 Metodología	25
9.2 Recursos Didácticos.....	25
9.3. Materiales Curriculares	26
10. INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE.....	26
CONCLUSIÓN:.....	27



1. 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- **TODAS NUESTRAS GUARDIAS ESTÁN AQUÍ.**
- 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) ya implantada en toda la etapa.

El trabajo en equipo es el punto fuerte de este Departamento, de otra manera sería imposible coordinar los espacios. Coincidimos dos profesores en 12 de los 30 periodos lectivos y tres profesores en 4 más, total 16. En caso de lluvia y las épocas de frío extremos es sin duda el mayor hándicap del Departamento de EF. Pero no es una queja, simplemente hay más grupos que espacios cubiertos porque, aunque se podría cubrir el espacio que da acceso al polideportivo pensando en los días de lluvia no queremos cubrir la pista exterior. Bastante está ya bajo techo el alumnado en el resto de clases.

El **alumnado de 1º de la ESO** como es natural, llega en su mayoría, nuevo al centro por lo que es **un año clave de adaptación general a la dinámica del Instituto y de la asignatura.**

1.1 Miembros del Dto. y reparto de la carga horaria.

El departamento está formado por 3 profesores:

-Mario Blanco García. Imparte todos los grupos de 3º ESO, 2º ESO A y B y D no bilingüe 4º ESO A y C no bilingüe. Y EVA en 2º bach. 19 horas

-Jesús Fernández Díaz. Imparte todos los grupos de 1º de la ESO (5) , 2º ESO C y E no bilingüe, 4º ESO B y D no bilingüe. 18 horas

-Óscar García Busto. Imparte los 4 grupos de 1º de la ESO. 2º ESO C y D bilingüe y 4º C y D bilingüe. Además, EVA en 2º bach. 13 horas Además es Jefe de Dto (3 horas) y e imparte docencia en bilingüe (2 horas) y coordina Convivencia y Mediación. (1h). Total 19.

La novedad 24-25 es que, en los grupos bilingües, **de 2 grupos salen 3**, uno bilingüe con 18 alumnos en 2º ESO y 16 en 4º y otros dos no bilingües de 14 cada uno. Esto hace que tengamos 4 horas más de EF y no tengamos tutorías.

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



*La reunión de Departamento, queda fijada para los viernes a tercera hora, es decir de 10.15 a 11.10, pero en realidad tenemos una reunión permanente al coincidir y compartir instalaciones en prácticamente todo nuestro horario lectivo. Además, está el grupo de WhatsApp funcionando 24/7.

GUARDIAS: De recreos activos TODOS-TODAS. Afuera, en la pista exterior, nos apoyan compañeros de otras materias.

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



DTO EF 24-25



	Lunes	Martes	X	Jueves	Viernes							
8:25 9:20	Jesús 1º E	Jesús 1º B	Jesús 1º D	Oscar 1º Bach B	Mario 3º D	Jesús 1º E						
9:20 10:15	Mario 2º A	Mario 3º D	Jesús 4º A	Mario 3º A	Jesús 2º C	Oscar 1º bach A	Mario 2º A	Jesús 1º A				
10:15 11:10	Mario 2º B	Oscar 1º Bach B	Mario 2º E	Jesús 2º D	Oscar 2º- Bi E + D	Mario 2º B	Jesús 1º A	Mario 3º C				
	Mario		Jesús - Mario		Oscar			Jesús - Mario		Jesús		
11:35 12:30	Mario 3º A	Jesús 1º D	Mario 4º D	Jesús 4º C	Oscar 4º- Bi C+D	Mario 4º D	Jesús 4º C	Oscar 4º- Bi C+D	Oscar 1º Bach C	Jesús 1º B	Jesús 2º C	Mario 3º C
12:30 13:25	Jesús 1º C	Oscar 1º Bach D	Oscar 1º bach A			Mario 3º B			Jesús 1º C		Mario 4º B	Oscar 1º Bach D
13:25 14:20	Oscar 1º Bach C		Mario 3º B			Mario 2º E	Jesús 2º D	Oscar 2º- Bi E + D	Mario 4º B	Jesús 4º A	Oscar- Mario EVA	



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

Objetivos de centro	Contribución de la EF- 1º ESO
1. Mejorar la convivencia en el centro.	Situaciones de aprendizaje basado en el trabajo cooperativo.
2. Renovar y ampliar la comunicación en la comunidad escolar y la participación de las familias.	Canal de YouTube. Respuesta rápida a los tutores ante las visitas 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.	Convivencia y Biblioteca
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.	Acroescalada.
-5. Mejorar el rendimiento académico.	DUA, muchas opciones de aprendizaje, según las muchas capacidades y habilidades del alumnado.
-6. Disminuir el absentismo ocasional y prevenir el abandono escolar efectivo de algunos/as alumnos	Tokapp, Sauce, comunicación rápida al tutor.
-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).	TEAMS, FORMS, VIDEOS TUTORIALES.
-8. Fomentar la cultura científica en toda la comunidad educativa	Test de condición física y frecuencia cardiaca son ciencia. Saludómetro.
-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.	Participación en proyecto bilingüe aunque EF no está en 1º ESO si estamos al corriente y estarás estos alumnos en 2º y 4º.
10- ¡NUEVO 24-25!! Fomentar oportunidades de aprendizaje destinadas a mejora la <u>alfabetización medioambiental</u> , promocionando <u>hábitos de orden, cuidado y limpieza en el centro y de sostenibilidad ambiental</u> , involucrando a toda la comunidad educativa, con la finalidad de contribuir a los objetivos de la agenda 2030 (ODS)	Cuidado máximo de las instalaciones deportivas del centro y las que usamos del entorno. Desde EF, utilizamos el entorno cercano (P Invierno, Fuente Pelayo, Escaleras) y los desplazamientos activos.
11. Favorecer y ampliar las iniciativas relacionadas con la eliminación de la violencia de género, el respeto por las	Prioritario para nosotros, con todas las actividades mixtas, , ejemplos

<p>identidades, culturas, sexualidades y su diversidad, y la participación activa para hacer realidad la coeducación.</p>	<p>de deporte femenino y baremos de CF unisex.</p>
---	--

3. UNIDADES DE PROGRAMACIÓN, SITUACIONES DE APRENDIZAJE Y PROYECTOS.

Se presentan a continuación en las siguientes formas.

- 1- Tabla con las Unidades. Pag 8
- 2- Reparto de los criterios de evaluación y % en la calificación. Pag 9.
- 3- Tabla de Unidades, criterios asociados, procedimientos de evaluación y % de la calificación Pag 10.

*¡¡¡Cada unidad, prácticamente, incluye una Situación de aprendizaje!!

4. EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

Va íntimamente unida al apartado anterior, “Dime cómo evalúas y te diré como enseñas” (Víctor López Pastor). Nos guiamos por: [Resolución de 11 de mayo de 2023, de la Consejería de Educación, por la que se regulan aspectos de la ordenación académica de las enseñanzas de la Educación Secundaria Obligatoria y de la evaluación del aprendizaje del alumnado.](#)

Sección 1.ª.—Aspectos generales de la evaluación de los aprendizajes del alumnado

Artículo 33.—*Características de la evaluación, procedimientos, instrumentos de evaluación y criterios de calificación.*

1. La evaluación del alumnado se realizará de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 40 del Decreto 59/2022, de 30 de agosto.

2. El profesorado aplicará la evaluación sistemática y continuada del proceso de aprendizaje de cada alumno y alumna a lo largo del período lectivo del curso para recoger información fidedigna, cualitativa y, en su caso, cuantitativa, sobre el grado de adquisición y desarrollo de las competencias presentes en el currículo de cada materia.

3. De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 50.2.b) del Decreto 59/2022, de 30 de agosto, los procedimientos, instrumentos de evaluación y los criterios de calificación del aprendizaje del alumnado se recogerán en la programación docente de cada materia o ámbito de acuerdo con los criterios de evaluación y con las directrices fijadas en la concreción curricular.

Al respecto debe tenerse en cuenta que los criterios de calificación son la ponderación de los criterios de evaluación.

4. El profesorado, a partir del análisis del currículo, diseñará y utilizará de forma generalizada procedimientos e instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles, adaptados a las distintas situaciones de aprendizaje y coherentes con el contenido, la naturaleza, la finalidad y la metodología implícita en cada uno de los criterios de evaluación. En todo caso, deberán aplicarse los principios de atención a la diversidad establecidos en el artículo 16 del Decreto 59/2022, de 30 de agosto, así como el Diseño Universal para el Aprendizaje a que se refiere el artículo 2.2 del precitado decreto.

5. A los efectos de lo dispuesto en el apartado anterior, se entenderá como procedimientos de evaluación a los métodos que se utilicen para la recogida de información, como pueden ser la observación sistemática, el análisis de las producciones del alumnado, las interacciones orales con el alumnado, las pruebas específicas, las encuestas y cuestionarios, la observación externa u otros.

Cada uno de estos procedimientos se concretará en uno o varios instrumentos de evaluación, entendidos como los registros, documentos y soportes físicos o digitales que emplea el profesorado para recoger evidencias del progreso del aprendizaje del alumnado, como pueden ser listados de control, escalas de observación, dianas de aprendizaje, semáforo, escalera de la metacognición, rúbricas de evaluación, textos escritos, producciones orales, monografías, pruebas objetivas, exposiciones, etcétera.

6. Todos los criterios de evaluación deberán estar asociados a uno o más procedimientos e instrumentos de evaluación.

7. Asimismo, el profesorado incorporará estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros, como la autoevaluación, la evaluación entre iguales o la coevaluación, para favorecer el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros y las compañeras en las actividades de tipo colaborativo y desde la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje.

8. Para el alumnado con necesidad específica de apoyo educativo se garantizará la coherencia entre los ajustes razonables realizados en los procesos de enseñanza-aprendizaje y los procedimientos e instrumentos de evaluación, garantizándose, asimismo, que las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adapten a las necesidades del alumnado.

Cód. 2023-04236



4.1-Instrumentos. Procedimientos de evaluación. Criterios de evaluación. Criterios de calificación

Se listan en las tablas de la página 11 a 23

4.2 Procedimientos e instrumentos de evaluación de carácter excepcional ante la imposibilidad de aplicar la evaluación continua.

Tres:

1-Test físico o de habilidad motriz. Atletismo, danzas asturianas, frisbee, pelota mano

2-Trabajos: calentamiento, collage de acroescalada (individual)

Es necesario decir, escribir, que hay criterios, muchos relacionados con el trabajo en equipo que no son posibles de comprobar en una prueba puntual o mediante trabajos y videos

1º ESO

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 MIRE 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: “Fútbolín 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 MIRE 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:

1º EV.

16

% c.ev.

6,25

2º EV.

17

% c.ev.

5,88

3º 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
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	DESC RIPT. OPER AT.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/ INSTR. EV.	% CALIFIC.
------	-----------------	------------------------------	--------------------------	-------------------------	----------------------	---------------

1. DESAFÍOS COOPERATIVOS	<p>C-Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> -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>D- Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> -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>CPSA A1</p> <p>CPSA A3</p> <p>CPSA A5</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.</p> <p>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.

2. PASA BIEN Y NO MIRES A QUIÉN	<p>C-Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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>D- Autorregulación emocional e interacción social en Situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> -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>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>10%</p> <p>10%</p> <p>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:</p> <ul style="list-style-type: none"> -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>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>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>Collage 20 figuras +murciélago</p>	10%
		CPSAA3				
		CPSAA4				
		CPSAA5				
		CE2				
		CE3	<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>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>Registro diario. Ficha de seguimiento.</p>	5%
CCL5						
CC3	<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>Trabajo en equipo diario. Rúbrica. Reparto nota. Autoevaluación. Coevaluación.</p>	10%			
U.P.	SABERES BÁSICOS	DESC =	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.



5. JUEGOS DE CONDICIÓN FÍSICA	<p>A-Vida Activa y Saludable</p> <ul style="list-style-type: none"> -Salud física. Cuidado del cuerpo: calentamiento. -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>C-Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Capacidades Condicionales: desarrollo de las Capacidades Físicas Básicas. <p>D- Autorregulación emocional e interacción social en SM</p> <ul style="list-style-type: none"> -Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. -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. -Respeto a las reglas -Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia. 	<p>STE M5</p> <p>CPSA A2</p> <p>CE2</p> <p>CE3</p> <p>CCL5</p> <p>CPSA A1</p> <p>CPSA A3</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>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>	<p>10%</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.
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>	CPSA A1	<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%
		CPSA A4				5%
		CPSA A5				10%
		CCL5				

1º E.S.O.

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESCR. OPER.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
7. DANZAS ASTURIANAS	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <p>-Habilidades sociales: conductas prosociales en SM colectivas. -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. -Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.</p>	<p>CCL5</p> <p>CPSA A1</p> <p>CPSA A3</p> <p>CC2</p> <p>CC3</p> <p>CCEC 1</p> <p>CCEC 2</p> <p>CCEC 3</p> <p>CCEC 4</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>10%</p>

1º E.S.O

U.P.	SABERES BÁSICOS	DESC R. OPE R.	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCS/INSTR. EV.	% CALIFIC.
8. CARRERAS DE ORIENTACIÓN I	F-Interacción sostenible y eficiente con el entorno.	STE	5- Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente 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. 5.2 Practicar AFD en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	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.	M5 CC4 CE1 CE3			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 xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). serividad 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.
10. FRISBEE	<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 xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). seriedad y autocuidado</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>2.2 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. Pases 1 minuto sin caídas.</p> <p>Participación en situaciones lúdicas con el frisbee. Planilla Observación.</p> <p>Juego Ultimate por equipos. Rúbrica. Autoevaluación. Coevaluación.</p>	10%
		CPSAA4				CE2

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

Este curso 24-25 tenemos en 1º ESO alumnado con las siguientes NEAE.

- 3 SVS (proceden de Marruecos, muy poco nivel académico y escaso conocimiento del idioma)
- 2 DGLA (procedente de Senegal, desconocimiento del idioma y sin escolarizar hasta hace un año)
- 7 APR (dificultades en los procesos de lectura y escritura).
- 1 CPHE (refugiado saharauí, dificultades con el idioma y nivel curricular de 3º EP)
- TEA: 4
- TDAH: 8
- 1 TC (Trastorno grave de conducta)
- 1 SVS (situación de vulnerabilidad socio-educativa, centro de acogida)
- 1 LEN (disortografía)
- 1 Síndrome de Tourette / trastorno por ansiedad
- 1 alumno de altas capacidades.

Se puede comprobar el elevadísimo número tanto de alumnos y alumnas como de casuística.

5.1 Medidas para que las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adapten a las necesidades del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.

- SVS (proceden de Marruecos, muy poco nivel académico y escaso conocimiento del idioma)
- DGLA (procedente de Senegal, desconocimiento del idioma y sin escolarizar hasta hace un año)
- CPHE (refugiado saharauí, dificultades con el idioma y nivel curricular de 3º EP)

Sin problemas en EF, al revés materia ideal para su integración y participación en condiciones de igualdad.

- APR (dificultades en los procesos de lectura y escritura). Flexibilizaremos en las pocas tareas escritas que tenemos en la PD
- TEA: 4. buscaremos condiciones estables que le resulten cómodas en las situaciones de test.
- TDAH: 8. Paciencia y ordenes claras.
- 1 TC (Trastorno grave de conducta). Atención a la seguridad del grupo y a su seguridad.
- 1 SVS (situación de vulnerabilidad socio-educativa, centro de acogida). Cuidaremos los aspectos sociales y de relación.
- 1 LEN (disortografía). no tendremos en cuenta faltas u ortografía en las fichas.
- 1 Síndrome de Tourette / trastorno por ansiedad. Atentos a su bienestar, conscientes de la problemática y que se pueden desencadenar crisis
- 1 alumno de altas capacidades. Le propondremos preguntas más complejas o ampliaciones.

5.2. Medidas de carácter ordinario

- Agrupamientos flexibles: No tenemos, grupos completos



- Desdoblamiento de grupo: No tenemos, grupos completos
- Apoyo en grupos ordinarios: No tenemos, grupos completos
- Docencia compartida: No tenemos, grupos completos.

5.3 Medidas de carácter singular:

- Plan específico personalizado para alumnado que no promocione. No procede en 1º ESO
- Adaptaciones significativas de los elementos del currículo para alumnado con necesidades educativas especiales. No proponemos ninguna. Apostamos por el DUA. Nuestras clases son para el 100% de alumnado. Si la inclusión es una máxima en la educación en general no lo es menos en el Educación Física y en el deporte, es más es un escenario especialmente favorable para logra esa inclusión, el alumnado con NEAE es uno más en nuestras clases y no requiere más adaptación que las cargas de trabajo en función de su condición física.
- Adaptaciones metodológicas para el alumnado con dificultades específicas de aprendizaje. No tenemos esta casuística.
- El enriquecimiento del currículo para alumnado con altas capacidades intelectuales. Si, yendo más allá con ellos, de forma natural.
- Plan individualizado de Trabajo (adaptaciones temporales de acceso) para el alumnado de incorporación tardía o que presente otras circunstancias, de manera que se eviten desigualdades derivadas de factores sociales, económicos, culturales, geográficos, étnicos o de otra índole. En principio, con conocimiento del idioma no habría ningún problema.
- Plan de Trabajo individualizado para alumnado con problemas graves de salud. No tenemos esta casuística.
- Atención en aulas hospitalarias. No tenemos esta casuística.
- Atención en las aulas de inmersión lingüística. No tenemos esta casuística.
- Flexibilización de la escolarización para alumnado con necesidades educativas especiales. No tenemos esta casuística de forma que condicione los aprendizajes de nuestra materia.
- Flexibilización de la escolarización para el alumnado de incorporación tardía al sistema educativo. No tenemos esta casuística.

5.4 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. Y actividades que estén a su alcance como malabares o trabajos de fuerza o elasticidad. El Instituto va a incorporar dos bicicletas estáticas. Más alternativas.

5.5- 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 plantearse 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.

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

No procede en 1º ESO.

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

7.1. Plan de lectura, escritura e investigación.	Proponemos trabajos de investigación como el calentamiento o condición física.
7.2 Programa Bilingüe (Dto. Inglés y materias no lingüísticas)	EF presente en el programa no está en 1º
7.3 Plan de Convivencia	Coordinado por el que escribe, Oscar. La filosofía de la asignatura es el trabajo en equipo.
7.4 Plan de Digitalización	Uno de los compañeros, Mario, profesor en ha certificado.
7.5 Programa de Formación Permanente del Profesorado	No participamos en la “oficial” pero somos ávidos de la formación permanente.
-PROYECTO DE RECREOS ACTIVOS.	Consecuencia de la implementación del Proyecto de Convivencia como actividad que tiene por objetivo la mejora de la misma en el centro. Participamos los tres compañeros y es el alumnado de 1º ESO especialmente protagonista en el mismo.

8. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

- 1- Cada nivel tiene, al menos, una actividad de 1 día. En 1º ESO hay dos, rocódromo y playa.
- 2- A destacar las Complementarias, educación en Competencias y pegado a la realidad y el entorno. Es un lujo y un privilegio poder salir del centro al Parque de Invierno, Fuente Pelayo, Escaleras
- 3- A destacar los Recreos Activos (en torno a 60 alumnos cada día)

COMPLEMENTARIAS (TODO EL AÑO)

curso	Actividad	Curso	Fechas	Coste Centro	Coste estudiantes	Interferencia en la actividad académica ordinaria
2024-25						

ANUAL	Recreos activos	Todo el centro, en especial 1 ESO	todo el curso 177 días lectivos	100 euros	0	Mejora sensible de la convivencia
PUNTUAL (en la hora de EF)	Condición Física en Parque de los bomberos, Fuente Pelayo y Escaleras. Escuela de Música	1º Bach	Todo el curso	0	0	0
COMPLEMENTARIAS* De un día (playa) o medio Rocódromo.						
1º ESO	Escalada en rocódromo	Enero - Febrero	El Roko-Tenderina	4-5 € por saber exacto	Media Jornada lectiva Mínima	Jesús Fdez
1º ESO	Actividades en la Playa	Junio	Rodiles	Bus 7€	Nula	Jesús Fdez

9 METODOLOGÍA, RECURSOS DIDÁCTICOS Y MATERIALES CURRICULARES

9.1 Metodología

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 los alumnos conocen de antemano de forma que les 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.

Un dato importante. No impartimos clases teóricas, de aula. Si damos teoría, pero unida a la práctica.

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

Como ya se expuso en el apartado de Unidades de Programación, cada unidad incluye una Situación de aprendizaje. Por otro lado, somos sensibles a la nueva tendencia metodológica de los MODELOS PEDAGÓGICOS, en especial el *estilo actitudinal* de Ángel Pérez Pueyo y el *Sport Education* de Daryl Siedentop, ambos adaptados como es lógico.

9.2 Recursos Didácticos

Tenemos los recursos necesarios. Por pedir nos faltaría la bolera de cuatreada y el almacén anexo que libere todos los “trastos” que están en la pista.

Tenemos página web. <https://educacionfisicaiesclarin.blogspot.com/>

Disponemos de canal de Youtube <https://www.youtube.com/channel/UCy-0zLo01TDQanRplL37CSw/videos>



Tenemos un altavoz portátil, equipo de sonido instalado en el pabellón y TV de plasma conectada a internet gentileza de Art-Chivo baloncesto.

El alumnado puede y debe utilizar sus móviles CUANDO SE INDIQUE: escuchar música mientras corren, GPS de control de carrera, como cámara de video o como cronómetro. Mientras no se usen está en el cubo dispuesto a tal efecto (“el cubo de Nuri”).

Además, contamos con proyector y ordenador portátil para eventos puntuales, GYM-kana Solidaria EVA de Navidad por ejemplo especialmente dedicada a los alumnos de los primeros cursos.

9.3. Materiales Curriculares

Cada unidad cuenta con las fichas de trabajo de elaboración propia.

Antes trabajábamos con libros cuadernos, ahora d.C (después del Covid) con TEAMS y fichas en papel emanadas de esos Libros cuadernos.

De nuevo el trabajo en equipo, la coordinación y compañerismo es clave compartiendo y mejorando todos estos materiales.

10. 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?...

A continuación, figura la tabla recomendada en la concreción curricular.

INDICADOR	GRADO DE ADQUISICIÓN				Observaciones. Propuestas de mejora
	1 Insuficiente	2 Mejorable	3 Bueno	4 Excelente	
1. Resultados de la evaluación del curso en cada una de las materias, por curso y grupo.				x	En general destacan sus ganas de participar en 1 ESO
2. Adecuación de los materiales o recursos didácticos.				X	Punto fuerte
3. Adecuación de la organización y secuenciación de unidades de programación.			X		Siempre hay margen de mejora, cada final de curso repasamos “las parrillas” las unidades



4. Contribución de la metodología y las medidas de atención a la diversidad aplicadas a la mejora de los resultados obtenidos.				X	Pensamos que bien. Todos participan
5. Aportación del departamento a cada uno de los proyectos y programas de centro				X	Punto fuerte, es algo que nos encanta

CONCLUSIÓN:

Primer curso, programado con mimo para que se enamoren de un EVA y del instituto con gran diversidad de situaciones de aprendizaje basadas en el trabajo en equipo, en la convivencia.

En Oviedo, a 25 de octubre de 2024

Fdo: Oscar García Busto (Jefe de Dpto. de Educación Física)