UNIÓN EUROPEA
FONDO SOCIAL EUROPEO
EL FSE INVIERTE EN TU FUTURO

Principado de Asturias | Consejería de Educación

IES LEOPOLDO ALAS "CLARÍN"

Programación / IES Leopoldo alas Clarín / Curso *2026-2027*

Educación Física

1º de Bachillerato



Escaleras “Escuela de Música”. El barrio es nuestro gimnasio.

“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)

E.V.A Estilo de vida activo



Profesores:

-Mario Blanco García

-Jesús Fernández Díaz- JD

-Óscar García Busto

ÍNDICE:

1. INTRODUCCIÓN. 3

1.1 Miembros del Dto. y reparto de la carga horaria. 3

1. OBJETIVOS DEL CENTRO (PGA) DEL CURSO ACTUAL. 5

2. UNIDADES DE PROGRAMACIÓN, SITUACIONES DE APRENDIZAJE Y PROYECTOS. 6

3. EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN 6

4.1-Instrumentos. Procedimientos de evaluación. Criterios de evaluación.Criterios de calificación 7

4.2 Criterios para otorgar Mención Honorífica 7

4.3 Procedimientos e instrumentos de evaluación de carácter excepcional ante la imposibilidad de aplicar la evaluación continua. 7

UNIDADES, CRITERIOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN. CALIFICACIÓN. INFORMACIÓN PARA EL ALUMNADO-SEGUIMIENTO DE SU APRENDIZAJE .....**Error! Bookmark not defined.**

4. MEDIDAS DE REFUERZO Y DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DEL ALUMNADO. 21

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. 21

5.2**.** Alternativas organizativas y metodológicas y medidas de atención a la diversidad para facilitar el acceso al currículo al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo, teniendo en cuenta las directrices establecidas en la concreción curricular. 21

5.3 Medidas de atención a la diversidad en el Bachillerato 21

5.4 Alumnado lesionado 21

5.5 Alumnado con un año más de permanencia en el mismo curso (repetidor) 22

5. ACTIVIDADES PARA LA RECUPERACIÓN Y PARA LA EVALUACIÓN DE LAS MATERIAS PENDIENTES. 22

6. METODOLOGÍA, RECURSOS DIDÁCTICOS Y MATERIALES CURRICULARES. 22

7. CONCRECIÓN DE LOS PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS DEL CENTRO. 23

8. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES. 24

9. INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE. 25

CONCLUSIÓN: 26

1. INTRODUCCIÓN.

La Educación Física (EF) en el IES Leopoldo Alas "Clarín" se orienta a formar personas[1] más felices[2] 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) 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 prensando 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 bachillerato se reparte aproximadamente entre los 2/3 que es alumnado que estudio la ESO en nuestro instituto y 1/3 que se incorporan de los centros concertados cercanos. Es un reto la integración, aprendizaje y disfrute de este nuevo alumnado.

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

El departamento está formado por 3 profesores:

-Mario Blanco García. Imparte 1 grupo de 3º ESO, 3 grupos de 4º ESO (no bilingüe), 4 grupos de 1º de BACHILLERATO y 1 grupo de EVA en 2º bach. 17 horas, más una hora de Coordinación del Proyecto de Recreos Activos y asume una tutoría de 1º de Bachillerato.Total 19 horas.

-Jesús Fernández Díaz. Imparte todos los grupos de 1º de la ESO (4), 3 grupos de 2º ESO (no Bilingües) y 1 grupo de EVA en 2º de Bachillerato. 15 horas lectivas más 3 horas correspondientes a la Jefatura de Departamento. Total 18 horas.

-Óscar García Busto. Imparte clase a 1 grupo de 2º de ESO (bilingüe), 4 grupos de 3º ESO, 1 grupo de 4º ESO (bilingüe) y 1 grupo de EVA en 2º bach. 15 horas. Tiene 2 horas de reducción por impartir docencia en bilingüe, y coordina Convivencia y Mediación. (1h). Total 18 horas.

[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 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 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:

DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA 2026-27

	Lunes			Martes		X		Jueves		Viernes	
8:25 9:20	Oscar 3º C					Oscar 3º D	Jesús 1º D	Mario 1ºBach D		Jesús 1º B	
9:20 10:15	Oscar 2º Bil	Jesús 2º No bil b-C		Oscar 4º Bil D-E	Mario 4º No bil	Mario 1º Bach A		Mario 4º B	Oscar 4º A	Jesús 1º D	Mario 4º B
10:15 11.10	Mario 3º A			Oscar 3º E	Jesús 2º D	Mario 1º Bach B		Mario 1º Bach C	Oscar 3º B	Mario 1º Bach A	Jesús 2º D
	RA			RA		RA		RA		RA	
11:35 12:30	Jesús 1º C			Mario 1º Bach D	Jesús 2º A	Mario 3º A	Oscar 3º B	Oscar 2º Bil	Jesús 2º No bil b-C	Gelín	
12.30 13:25	Oscar 3º E			Mario 1º bach C		Jesús 1º A		Oscar 3º D	Jesús 2º A	Oscar 4º A	Mario 4º C
13:25 14:20	Oscar E	Jesús V	Mario A	Mario 1º Bach. B	Jesús 1º A	Jesús 1ºD	Oscar 3º C	Jesús 1º C	Mario 4º C	Oscar 4º D+E bil	Mario 4º D+E No bil

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

Objetivos de centro	Contribución de la EF- 1º ESO
1. Mejorar el **rendimiento académico.**	DUA, muchas opciones de aprendizaje, según las muchas capacidades y habilidades del alumnado.
2. **Convivencia positiva**: establecer actuaciones para contribuir a una convivencia saludable en el centro que favorezca el bienestar emocional y la salud mental de la comunidad educativa desde la corresponsabilidad.	Situaciones de aprendizaje basado en el trabajo cooperativo.
3. **Coordinación docente** en la adquisición de competencias diferentes, en la prevención de problemas de aprendizaje y en la integración de los proyectos de centro en la docencia.	Coordinación con jefatura de estudios equipo docente y orientación. Participación en los proyectos de Convivencia, Recreos Activos y Biblioteca
4. Colaboración activa: fomentar una comunicación y colaboración positiva entre el centro, las familias y el entorno creando una red comunicativa ágil, eficaz y respetuosa.	Teams, Aplicación familias, Sauce, comunicación rápida al tutor.
5. **Desarrollar** nuestro **plan de coeducación** aplicándolo al currículo educativo como modelo pedagógico, orientado a eliminar estereotipos y roles de género, fomentando una educación que valore la diversidad.	Prioritario para nosotros, con todas las actividades mixtas.
6. Establecer conexiones entre ESO y Bachillerato con la **Formación Profesional** impulsando el valor de estas enseñanzas en el desarrollo global de nuestra comunidad educativa.	Colaboración del Ciclo de FP en Unidades y actividades relacionadas con Nutrición y Alimentación Saludable.
7. Instaurar el orden, cuidado y limpieza de las **instalaciones del centro**.	Extremar la vigilancia en el entorno del Polideportivo y la cancha exterior durante las clases y los recreos.
8. Reforzar el desarrollo de la **competencia en comunicación lingüística**, potenciando su valor como herramienta para la resolución competencial de problemas.	Participación del Departamento en el Programa Bilingüe
9. Establecer un **plan de formación viable** centrado en el desarrollo de las necesidades de nuestro centro	Participación de los miembros del Departamento en las actividades ofertadas siempre que sea posible y tengan una aplicación interesante en el área de Educación Física.

2. 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, un producto!!

3. EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

Va intimamante unida al apartado anterior, "Dime cómo evaluas y te diré como enseñas" (Víctor López Pastor). Nos guiamos por: *Resolución de 28 de abril de 2023, de la Consejería de Educación, por la que se regulan aspectos de la ordenación académica de las enseñanzas del Bachillerato y de la evaluación del aprendizaje del alumnado*

CAPÍTULO IV

EVALUACIÓN

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 30 del Decreto 60/2022, 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 40.2.b) del Decreto 60/2022, de 30 de agosto, los instrumentos, procedimientos de evaluación y criterios de calificación del aprendizaje del alumnado se recogerán en la programación docente de cada materia 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 21.4 del Decreto 60/2022, 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 anteriores, se entenderá como procedimiento de evaluación el método que se utilice 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 o la observación externa.

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 emplee 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.

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

Se listan en las tablas de la página 11 a 24

3.2 Criterios para otorgar Mención Honorífica

Obtener 9,5 o más en el total de la materia.

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

Tres:

1-Test físico o de habilidad motriz. (Fuerza y resistencia, deporte a la carta)

2-Videos tutoriales (bádminton. RCP, Expresión Corporal))

3-Trabajos: Auto entrenamiento, Actividades en el Medio Natural, Triptico de Nuevas tendencias del fitness

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 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-AUTOENTRENAMIENTO**	**9**	**7- LUCHA AL BALTU**	**4**
2- ASTURIAS PARAISO NATURAL DEL DEPORTE	**9**	**5- PROYECTO EXPRESIÓN CORPORAL**	**10**	**6- NUEVAS TENDENCIAS DEL FITNESS**	**6**
3- VUELA CON EL BÁDMINTON	**10**	**6- EJECUCIÓN DEL S.V.B.**	**3**	**9- DEPORTE A LA CARTA**	**10**
PROPUESTA DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS / EXTRAESCOLARES					
-RUGBY captación Club Cowper (1 clase)					
				AMN: UNA A ELEGIR POR EL ALUMNADO	

EV.	1º BACH. EDUCACIÓN FÍSICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN															TOTAL CRITERIOS:	TOTAL CRITERIOS CURSO:
		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					1º EV.	
	2. ASTURIAS PARAISO NATURAL DEL DEPORTE														X	X	8	
	3. VUELA CON EL BÁDMINTON					X		X		X		X					% c.ev.	30
																	12,50	
	Nº de veces que se trabaja cada criterio en la 1ª evaluación	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	2	0	0	1	1		% valor cada CRIT.
	Valor de cada crit en la 1ª EV:	0,00	0,00	0,00	0,00	12,50	0,00	12,50	0,00	12,50	12,50	25,00	0,00	0,00	12,50	12,50		
2ª EV.	4. AUTOENTRENAMIENTO	X	X			X			X							X	2º EV.	
	5. PROYECTO DE EXPRESIÓN CORPORAL					X	X				X	X		X			12	3,33
	6. EJECUCIÓN DEL S.V.B.			X										X			% c.ev.	
																	8,33	
	Nº de veces que se trabaja cada criterio en la 2ª evaluación	1	1	1	0	2	1	0	1	0	1	1	0	2	0	1		
	Valor de cada crit en la 2ª EV:	8,33	8,33	8,33	0,00	16,67	8,33	0,00	8,33	0,00	8,33	8,33	0,00	16,67	0,00	8,33		
3ª EV.	7. LUCHA AL VALTU		X					X					X				3º EV.	
	8. NUEVAS TENDENCIAS DEL FITNESS				X	X											10	
	9. DEPORTE A LA CARTA					X		X		X			X			X	% c.ev.	
																	10	
	Nº de veces que se trabaja cada criterio en la 3ª evaluación	0	1	0	1	2	0	2	0	1	0	0	2	0	0	1		
	Valor de cada crit en la 3ª EV:	0	10	0	10	20	0	20	0	10	0	0	20	0	0	10		
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		

	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)	25,00		6,67
	2. ASTURIAS PARAISO NATURAL DEL DEPORTE	5.1/5.2	2	Participación activa Circuito de Habilidades en Bicicleta Práctica de una Ruta en bicicleta	25,00		6,67
	3. VUELA CON EL BÁDMINTON	1.5/2.2/3.1/3.3	4	Video Tutorial Técnica de Golpeos Organización de Torneos	50,00		13,33
			8				
2ª EVALUACIÓN	**4. AUTOENTRENAMIENTO**	1.1/1.2/1.5/2.3/5.2	5	Planificación Test de Condición Física Entrenamientos registrados con APP	41,67		16,67
	5. 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)	41,67		16,67
	6. EJECUCIÓN DEL S.V.B.	1.3/4.2	2	Representación: Actuación ante un accidente (Lista de Control)	16,67		6,67
			12				
3ª EVALUACIÓN	**7. LUCHA AL VALTU**	1.2/2.2/4.1	3	Examen práctico por parejas	30,00		10,00
	8. 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	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		83,33

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

1º Bachillerato						
U.P 1	**SABERES BÁSICOS**	**DESCR. OPER.**	**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**	**PROCS/INSTR. EV.**	**% CALIFIC.**
1. DESAFÍOS COOPERATIVOS V	**3-Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices** 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. 3.5- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles. **4-Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices** 4.2-- Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo. 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 LGTBIfóbicas).	1- CL 5 5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5 6- CC 1, 3 y 4	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* precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.	**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. **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.	**9 retos**	**20%** **(6% anual)**

1º Bachillerato						
U.P 2	**SABERES BÁSICOS**	**DESCR. OPER.**	**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**	**PROCS/INSTR. EV.**	**% CALIFIC.**
2 ASTURIAS PARAISO NATURAL	**6-Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno** 6.1- Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura. 6.2- Análisis de las posibilidades del entorno urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. 6.3- Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad movilidad, seguridad o similares). 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. 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. 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.	3- STEM 2 y 5 5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5 6- CC 1, 3 y 4 7- CE 1. 2 y 3	**5- EV Nat. Sostenible *Competencia específica 5.*** *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.*	**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. **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.	**Presentación en grupos**	**20%** **(6% anual)**

1º Bachillerato						
U.P	**SABERES BÁSICOS**	**DESCR.OPER.**	**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**	**PROCS/INSTR. EV.**	**% CALIFIC.**
3 VUELA CON EL BÁDMINTON	**2-Bloque B. Organización y gestión de la actividad física** 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). 2.2- Selección responsable y sostenible del material deportivo **(elásticos-Trx).** Análisis crítico de estrategias publicitarias. 2.3- Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar). 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. 2.6- Protocolos ante alertas escolares. ¿¿¿??? **4-Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices** 4.1- Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. 4.2-- Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo. 4.3- Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares. 4.4 - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.	1- CL 5 4- CD 1 y 4 5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5 7- CE 1. 2 y 3	***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.* **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 lógic4a 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.* **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* precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.	**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. **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. **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. **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.	**Ficha Torneo 15%** **Tutorial- 20%**	**35%** **(13% anual)**

1º Bachillerato						
U.P 2	**SABERES BÁSICOS**	**DESCR. OPER.**	**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**	**PROCS/INSTR. EV.**	**% CALIFIC.**
4 AUTOENTRENAMIENTO	**1-Bloque A. Vida activa y saludable** 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. 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 salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales. 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. **6-Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno** 6.2- Análisis de las posibilidades del entorno urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.	3- STEM 2 y 5 4- CD 1 y 4 5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5	***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.* ***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.* ***5- EV Nat. Sostenible Competencia específica 5.*** *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.*	**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. **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. **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. **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. **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.	**Planning-20%** **Test-15%** **Cromos-10%**	**45%** **(16% anual)**

1º Bachillerato						
U.P	**SABERES BÁSICOS**	**DESCR. OPER.**	**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**	**PROCS/INSTR. EV.**	**% CALIFIC.**
5 PROYECTO DE EXPRESIÓN CORPORAL	**2-Bloque B. Organización y gestión de la actividad física** 2.3- Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar). **3-Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices** 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. **4-Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices** 4.2-- Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo. **5-Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz** 5.2 - Técnicas específicas de expresión corporal. 5.3- - Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad artísticoexpresiva.	1- CL 5 4- CD 1 y 4 5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5 6- CC 1, 3 y 4 7- CE 1. 2 y 3 8-CCEC 1	***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. ´* 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.* 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.*	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. **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. **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. **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. **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.	**Representación-Video. Trabajo en equipo**	**50%** **(16% anual)**

1º Bachillerato						
U.P 6	**SABERES BÁSICOS**	**DESCR. OPER.**	**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**	**PROCS/INSTR. EV.**	**% CALIFIC.**
6 EJECUCIÓN DEL S.V.B	**2-Bloque B. Organización y gestión de la actividad física** 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).	3- STEM 2 y 5 5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5 8-CCEC 1	***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.* **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.*	**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. **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.	**Examen** **Representación protocolo por grupos**	**20%** **(6% anual)**

1º Bachillerato						
U.P 7	**SABERES BÁSICOS**	**DESCR. OPER.**	**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**	**PROCS/INSTR. EV.**	**% CALIFIC.**
7 LLUCHA AL VALTU	**2-Bloque B. Organización y gestión de la actividad física** 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. **5-Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz** 5.1- Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.	3- STEM 2 y 5 5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5 6- CC 1, 3 y 4	**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.* **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.*	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. **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. **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.	**Examen Tco-práctico por parejas**	**30%** **(9 % anual)**

1º Bachillerato						
U.P	**SABERES BÁSICOS**	**DESCR. OPER.**	**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**	**PROCS/INSTR. EV.**	**% CALIFIC.**
8 NUEVAS TENDENCIAS DEL FITNESS	**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. **5-Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz** 5.4- Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte. 5.5- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia en medios de comunicación. 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.	4- CD 1 y 4 5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5 7- CE 1. 2 y 3	***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.* 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.*	**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. **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. **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.	**Práctica 10%** **Tríptico 10%** **Cromos 10%**	**30%** **(9 % anual)**





1º Bachillerato							
U.P 9	**SABERES BÁSICOS**		**DESCR. OPER.**	**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**	**PROCS/INSTR. EV.**	**% CALIF.**
9 DEPORTE A LA CARTA	**3-Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices** 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. 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 3.3- Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. La preparación física en los deportes. 3.4- Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.		3- STEM 2 y 5 4- CD 1 y 4 5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5 6- CC 1, 3 y 4 7- CE 1. 2 y 3	***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.* 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.*	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. **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. **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.	**Presentación- 10%** **Circuito técnico- 10%** **Juego Real-** **Torneo- 20%** **Cromos 10%**	**50%** **(19% anual)**

DEPORTE A LA CARTA	3.5- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles. **4-Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices** 4.1- Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. 4.2-- Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo. 4.3- Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares. 4.4 - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros. 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 LGTBIfóbicas).	3- STEM 2 y 5 4- CD 1 y 4 5- CP SAA 1.1, 1.2 ,4 y 5 6- CC 1, 3 y 4 7- CE 1. 2 y 3	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* precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia. 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.* 5- EV Nat. Sostenible ***Competencia específica 5.*** *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.*	**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. **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. **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.		

10 MEDIDAS DE REFUERZO Y DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DEL ALUMNADO.

Este curso 26-27 tenemos en 1º bachillerato alumnado con las siguientes. NEAE

- 3 TEA
- 2 PARÁLISIS CEREBRAL
- 4 APR
- 1 TDAH
- 5 ALTAS CAPACIDADES

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.

- TEA. Claridad en las explicaciones, normas y procedimientos de calificación.
- PARÁLISIS CEREBRAL. Adaptación metodológica (sustitución de alguna tarea o contenido por otro equivalente cuando sea necesario).
- APR. No hay problema con la práctica, un poco con los trabajos escritos. No requiere adaptación.
- TDAH. Tener en cuenta las dificultades de atención y dar órdenes claras.
- Altas Capacidades. Aumentar las expectativas y la motivación en igual medida.

5.2. Alternativas organizativas y metodológicas y medidas de atención a la diversidad para facilitar el acceso al currículo al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo, teniendo en cuenta las directrices establecidas en la concreción curricular.

El alumnado con NEAE que tenemos en 1º de bachillerato no requiere medida especial de acceso al currículo.

5.3Medidas de atención a la diversidad en el Bachillerato

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. Si es cierto que estaremos atentos al alumnado TEA en los muchos trabajos en grupo y al alumnado de altas capacidades en cuanto a proponer retos a su nivel. El alumnado con TDAH cuando se está redactado esta programación es ya de sobra conocido y estado y no presenta ninguna dificulta en nuestras clases ni para él y su seguridad ni para la de sus compañeros.

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.

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. Este curso 26-27 no tenemos alumnado que repita con EF suspensa

En el caso de que repita, pero tenga la E.F. aprobada puede planteársele 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.

11 ACTIVIDADES PARA LA RECUPERACIÓN Y PARA LA EVALUACIÓN DE LAS MATERIAS PENDIENTES.

Este curso 26-27 no tenemos alumnado repetidor con EF pendiente.

12 METODOLOGÍA, RECURSOS DIDÁCTICOS Y MATERIALES CURRICULARES.

a. 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 el alumno 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.

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.

b. Recursos Didácticos.

Tenemos los recursos necesarios. Por pedir nos faltaría la bolera de cuatreada y el almacén 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-0zLoO1TDQanRpcL37CSw/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.

c. **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.

13 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 (autoentrenemiento) y otros innovadores (Tríptico de nuevas tendencias del fitness). Exposiciones de grupo de actividades en el medio natural.
-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.	Lo coordina el que escribe el jefe de Dto. Oscar. Es piedra angular de la asignatura
-PLAN DE DIGITALIZACIÓN	Uno de los compañeros, Mario, profesor en 3º ESO ha certificado.
-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. Participamos los tres compañeros. Este curso 23-

	24 hay, como novedad, un grupo de alumnos de bachillerato que acuden a jugar a baloncesto.

14 ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

1- Cada nivel tiene una actividad de 1 día. En 1º bachillerato la puesta en práctica del trabajo de análisis de la Unidad de Actividades en el Medio Natural, bien es cierto que es extraescolar
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 2026-27	Actividad	Curso	Fechas	Coste Centro	Coste estudiantes	Interferencia en la actividad académica ordinaria
ANUAL	Recreos activos	Todo el centro Se aprecia alumnado de 1º bach jugando a baloncesto	todo el curso 177 días lectivos	100 euros	0	Mejora sensible de la convivencia
PUNTUAL (en la hora de EF)	Condición Física en Parque Invierno, Parque de los bomberos y Fuente Pelayo Escaleras. Escuela de Música	1º Bach	Todo el curso	0	0	0

EXTRAESCOLAR (UNA JORNADA ESCOLAR)

Curso	Actividad	Fecha	Localización	Precio estimado	Interferencia actividad académica convencional	Profesor/a responsable	Profesor/es colaborares/as
1º BACH EXTR.	Una a elegir entre varias opciones por la mayoría de alumnado	---------	Por determinar	Bus 10 + actividad Sella 15 **Barran-quismo y caballos** 25	Baja	Mario Blanco	Jesús Fdez Óscar García

15 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.

INDICADOR	GRADO DE ADQUISICIÓN				
	1 Insuficiente	2 Mejorable	3 Bueno	4 Excelente	Observaciones. Propuestas de mejora
1. Resultados de la evaluación del curso en cada una de las materias, por curso y grupo.			x	x	1º a Y b (ciencias) mejores que en C y D HCCSS y General
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:

Importantísimo último curso (penúltimo para el creciente alumnado que escoge la optativa EVA) de EF para este alumnado. Con mayor nivel académico y de madurez y con mayor trascendencia académica de las notas, intentamos aprovechar todos estos aspectos a favor de todos y cada uno de nuestros alumnos y alumnas.

En Oviedo, a 9 de octubre de 2026

Fdo: Jesús Fernández Díaz

(Jefe de Dpto. de Educación Física)