

PROGRAMACIÓN  
DIDÁCTICA DEL  
DEPARTAMENTO DE  
EDUCACIÓN FÍSICA.  
**SECUNDARIA**

Departamento de Educación Física del IES Fernando Savater  
C/Parque el Torcal de Antequera, s/n C.P. 11406 - Jerez de la Fra

<http://efsavater.jimdo.com/>

# 1. COMPETENCIAS BÁSICAS EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

## INTRODUCCIÓN:

La incorporación de competencias básicas al currículo permite poner el acento en aquellos aprendizajes que se consideran imprescindibles, desde un planteamiento integrador y orientado a la aplicación de los saberes adquiridos. De ahí su carácter básico. Son aquellas competencias que debe haber desarrollado un joven o una joven al finalizar la enseñanza obligatoria para poder lograr su realización personal, ejercer la ciudadanía activa, incorporarse a la vida adulta de manera satisfactoria y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

Estas capacidades buscan la relación de todos los objetivos y contenidos del currículo educativo, de tal manera que, si en educación física se enseña a correr, por ejemplo, y se desea transferir este aprendizaje a una competencia, se debería adaptar esta tarea a un contexto con transferencia real y transversal para el momento actual y para la vida futura: correr para marcar un gol en un partido, correr para coger el autobús, saber entrenar la carrera para preparar una oposición de bombero, o correr para rescatar a una persona.

En el marco de la propuesta realizada por la Unión Europea, y de acuerdo con las consideraciones que se acaban de exponer, se han identificado ocho competencias básicas.

En la actualidad, la nueva Ley Educativa, según se recoge en el **Real Decreto 111/2016, de 14 de Junio**, propone la adquisición de las siguientes competencias:

- a) Comunicación lingüística. CCL
- b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. CMCT
- c) Competencia digital. CD.
- d) Aprender a aprender. CAA.
- e) Competencias sociales y cívicas. CSC
- f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. SIEP.
- g) Conciencia y expresiones culturales. CEC.

Para una adquisición eficaz de las competencias y su integración efectiva en el currículo, deberán diseñarse actividades de aprendizaje integradas que permitan al alumnado avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.

## CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS.

La Educación Física es una materia del bloque de asignaturas específicas en todos los cursos de la etapa de educación Secundaria Obligatoria. La materia de educación Física está orientada fundamentalmente, a profundizar en el conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades motrices

y expresivas como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida, en relación con la consolidación de hábitos regulares de práctica de actividad física saludable en la vida cotidiana y, también, ocupación activa del ocio y tiempo libre. Todo esto brindará al alumnado las oportunidades necesarias para adquirir aptitudes características de ciudadanos y ciudadanas con confianza en sí mismas y socialmente responsable, promoviendo una vida activa a lo largo de los años y una mejor calidad de vida en todos los aspectos.

**La competencia motriz** constituye un elemento transversal del currículo. La materia de educación Física tiene una relevancia fundamental en su desarrollo. en este sentido, esta materia se orientará a profundizar en los conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones vinculados al propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como fin en sí mismas y como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida.

*La Educación Física ayuda a la consecución La materia de educación Física contribuye al desarrollo de todas las competencias clave:*

<b>Competencia</b>	<b>Hace referencia a:</b>	<b>En EF puede incidir en:</b>
<b>Competencia en comunicación lingüística (CCL)</b>	Lenguaje oral y escrito Comunicación no verbal Lectura y escucha Lenguaje oral y escrito extranjero	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vocabulario específico del área.</li> <li>2. Vocabulario específico en lengua extranjera.</li> <li>3. Uso expresivo del cuerpo.</li> <li>4. Lecturas sobre educación física y trabajos escritos.</li> <li>5. Intervenciones del profesor en forma de preguntas sobre cuestiones tácticas de los juegos</li> <li>6. Uso contextual de la técnica o aplicación del reglamento</li> </ol>
<b>competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT)</b>	Razonamiento matemático Medidas y símbolos Figuras geométricas, cantidades etc...	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Índices de masa corporal, % y test de condición física.</li> <li>2. Cálculo de distancias y escalas en orientación.</li> <li>3. Cálculo de porcentajes de intensidad o frecuencia cardiaca.</li> <li>4. Figuras geométricas en Acrosport.</li> <li>5. Sistemas tácticos deportivos.</li> </ol>
<b>Competencia Digital (CD)</b>	Búsqueda, selección, registro y tratamiento de información oral, impresa, audiovisual, multimedia o digital.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Búsqueda, selección, registro y tratamiento de información sobre educación física en Internet.</li> <li>2. Elaboración de trabajos multimedia sobre los contenidos.</li> <li>3. Uso de la página Web de apoyo a la asignatura.</li> <li>4. Aprovechamiento de medios audiovisuales para el aprendizaje</li> </ol>
<b>Competencias sociales y cívicas (CSC)</b>	Igualdad Paz Coeducación	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Integración, respeto, cooperación y trabajo en equipo.</li> <li>2. Aceptación de normas y reglamentos.</li> </ol>

	Cooperación Pluralidad Trabajo en equipo	Respeto al adversario en los enfrentamientos 3. Integración de alumnado con dificultades motóricas/perceptivas. 4. Trabajo cooperativo 5. Igualdad de oportunidad, recursos y espacios para alumnos/as
<b>Competencia conciencia y expresiones culturales (CEC)</b>	Manifestaciones artísticas y culturales. Creatividad artística. Diversidad cultural. Diálogo intercultural. Actividades en la naturaleza.	1. juegos tradicionales y bailes regionales. 2. Recursos expresivos y creativos del cuerpo y del movimiento. 3. Análisis y reflexión crítica ante el deporte espectáculo. 4. Creatividad en montajes de expresión corporal y coreografías.
<b>Competencia para aprender a aprender (CAA)</b>	Conciencia de las capacidades propias Reconocimiento de potencialidades y carencias Observación, trabajo en equipo, resolución y de problemas.	1. Recursos planificar las actividades físicas en el tiempo de ocio. 2. Trabajo en equipo. 3. Indagación y resolución de problemas como técnica de enseñanza. 4. Test motores como medio de conocimiento de las propias capacidades y limitaciones
<b>Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP)</b>	Responsabilidad, planificación y desarrollo de actividades Perseverancia y autoestima Capacidad de liderazgo.	1. Planificación y toma de decisiones sobre actividades para mejorar la condición física. 2. Organización de jornadas deportivas, actividades rítmico expresivas o en el medio natural. 3. Autosuperación, perseverancia y actitud positiva ante problemas motores

## 2. OBJETIVOS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESO.

La enseñanza de la Educación Física en Enseñanza Secundaria Obligatoria tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos:

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

2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.

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

4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.

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

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

7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.

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

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

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

11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

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

### **3. BLOQUES DE CONTENIDOS DEL AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE ANDALUCIA PARA LA ESO**

#### **BLOQUES DE CONTENIDOS.**

La organización interna del área de Educación Física realiza una ordenación normativa de los contenidos en cinco grandes bloques:

1. Salud y Calidad de vida
2. Condición física y motriz.
3. Juegos y deportes.
4. Expresión corporal.
5. Actividades físicas en el medio natural.

Bloques que, a su vez, son estructurados en tres apartados: a) Conceptos, hechos y principios, b) Procedimientos, habilidades y destrezas, c) Actitudes, valores y normas.

El aprendizaje de un concepto implica la capacidad del alumno para: identificar, comprender, reconocer, reproducir, resolver, representar, relacionar, expresar, juzgar, clasificar, describir y comparar objetos, sucesos o ideas. Los contenidos de tipo conceptual no deben alcanzarse modificando la configuración de la Educación Física como área de marcado carácter procedimental.

El aprendizaje de un procedimiento manifiesta que se es capaz de utilizarlo en diversas situaciones y de diferentes maneras para lograr el fin propuesto, por lo tanto, el alumno será capaz de: desarrollar, expresar, utilizar, lograr el autocontrol y crear hábitos positivos. Determinados contenidos procedimentales requieren ser tratados de forma cíclica, es decir, que para lograr aprendizajes relevantes hay que repetirlos en varios ciclos.

Aprender una actitud, significa que el alumno es capaz de manifestar una tendencia consistente y persistente, para mantenerse de una determinada manera ante diferentes situaciones, objetos, sucesos o personas. A saber: colaborando en, participando en, logrando su integración social, participando en la toma de decisiones, manteniendo una relación de interacción comunicativa, tolerando, apreciando, realizando valoraciones críticas, estando sensibilizado hacia..., respetando a..., etc.

## 4. 1º ESO

### BLOQUES DE CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 1º DE ESO.

Según el Real Decreto 111/2016, del 14 de junio, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria los contenidos para el **primer curso** son:

#### Bloque 1. Salud y Calidad de Vida

- El calentamiento general y su significado en la práctica de la actividad física.
- Características de las actividades físicas saludables.
- La alimentación y la salud.
- Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas. Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural.
- Técnicas básicas de respiración y relajación.
- La estructura de una sesión de actividad física.
- Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.
- Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana.
- Las normas en las sesiones de educación Física. Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico.
- Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)

#### Bloque 2. Condición física y motriz.

- Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices.
- Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud.
- Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices. Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.
- La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria. Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.

#### Bloque 3. Juegos y deportes

- Juegos predeportivos.
- Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico deportivas individuales y colectivas.
- Desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas. equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc.
- Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración. Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición. Objetivos del juego de ataque y defensa.



- Juegos alternativos, como, por ejemplo: hockey escolar, ultimate, rugby escolar, Indiaka etc.
- Juegos cooperativos.
- Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas.
- Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora. desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.
- La actividad física y la corporalidad en el contexto social. Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.

#### Bloque 4. Expresión Corporal

- Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
- El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión.
- Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
- Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
- Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión.
- Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento. disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Según el Real Decreto 111/2016, del 14 de junio, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria los contenidos para el **Primer curso** son:

##### 1º ESO

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.  
Competencias relacionadas ( CMCT, CAA, CSC, SIEP).
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.  
(CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC).
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. (CMCT, CAA, CSC, SIEP).
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. (CMCT, CAA).



5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. (CMCT, CAA).
6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. (CMCT, CAA, CSC).
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. (CAA, CSC, SIEP).
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. (CMCT, CAA, CSC).
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de educación Física. (CCL, CSC).
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.( CCL, Cd, CAA).
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. (CMCT, CAA, CSC, SIEP).
12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. (CCL, Cd, CAA, CSC, CEC).
13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva. (CCL, CD, CAA).

## RELACIÓN ESPECÍFICA DE CONTENIDOS, CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

### 1ºESO

U D	BLOQUE DE CONTENIDOS	COMPETENCI AS CLAVE	OBJETIV	CRITERIOS DE EVALUACI ÓN	ESTÁNDAR ES DE APRENDIZ AJE
1	SALUD Y CALIDAD DE VIDA: El calentamiento	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	1, 5, 8, 11	6, 7, 9, 10	6.1 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1
2	CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ: La condición física	CMCT, CAA, SIEP, CCL, CD	1, 2, 3, 10, 11	4, 5, 7, 9, 10	4.1, 4.3, 4.4, 4.5., 4.6 5.1, 5.2, 5.4 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1
3	EXPRESIÓN CORPORAL Y CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ: Representaciones	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	6, 11	1, 7, 9, 10	1.4 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1
4	JUEGOS Y DEPORTES: Baloncesto	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	4, 7, 11	1, 3, 7, 9, 10	1.1, 1.2 3.1, 3.3 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1
5	JUEGOS Y DEPORTES: Beisbol	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	4, 7, 11	1, 3, 7, 9, 10	1.1, 1.2 3.1, 3.3 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1
6	JUEGOS Y DEPORTES: Atletismo	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	7, 11	1, 3, 7, 9, 10	1.1, 1.2 3.1, 3.3 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1
7	JUEGOS Y DEPORTES: Balonmano	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	7, 11	1, 3, 7, 9, 10	1.1, 1.2 3.1, 3.3 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1

8	JUEGOS Y DEPORTES: Deportes alternativos Indiaka- Palas	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CEC, CD	4, 7, 11	1, 3, 7, 8, 9, 10	1.1, 1.2. 3.1, 3.3 7.1, 7.2, 7.3 8.1, 8.2 9.3 10.1
9	ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	CAA, CSC, SIEP, CCL, CEC, CD	8, 10, 11	7, 8, 9, 10, 12	7.1, 7.2, 7.3 8.1, 8.2 9.3 10.1 12.1



### Código Criterios y Estándares en Apartado 11.A Anexo 1

## SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS EN 1º DE ESO

TEMPORALIZACIÓN	UNIDAD DIDÁCTICA
PRIMER TRIMESTRE	CALENTAMIENTO
	TEST DE CONDICIÓN FÍSICA
	CARRERA CONTINUA
	DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA.
	DEPORTES ALTERNATIVOS 1 (BEISBOL)
	EVALUACIÓN CONDICIÓN FÍSICA
SEGUNDO TRIMESTRE	ATLETISMO 1 (Relevos, Longitud y Carreras)
	UD. DEPORTES COLECTIVOS COOPERATIVOS BALONCESTO -BALONMANO 1
	DEPORTES RECREATIVOS (INDIAKA)
TERCER TRIMESTRE	DEPORTES IMPLEMENTOS (PALAS)
	ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA (Piragüismo)
	EXPRESIÓN CORPORAL 1 ( REPRESENTACIONES BÁSICAS)

## 2º DE ESO.

### BLOQUES DE CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 2º DE ESO.

Según el Real Decreto 111/2016, de 14 de Junio, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria los contenidos para el **segundo curso** son:

#### Bloque 1. Salud y calidad de vida

- Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana.
- Características de las actividades físicas saludables.

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

## **Bloque 2. Condición física y motriz.**

- Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.
- Indicadores de la intensidad de esfuerzo.
- Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.
- Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz.
- Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable.
- Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud.
- Control de la intensidad de esfuerzo. Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.

## **Bloque 3. Juegos y deportes.**

- Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
- Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos.
- Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición.
- Las fases del juego en los deportes colectivos.
- La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.
- Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción.
- La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices

- planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.
- Situaciones reducidas de juego. Juegos populares y tradicionales.
  - Juegos alternativos y predeportivos. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.
  - Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo. desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.

#### **Bloque 4. Expresión corporal.**

- Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
- El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal.
- Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
- El mimo y el juego dramático.
- Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas.
- Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva. Bailes tradicionales de Andalucía.
- Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.

#### **Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.**

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

## CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Según el Real Decreto 111/2016, del 14 de junio, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria los criterios de evaluación para el **segundo curso** son:

### 2º ESO

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. (CMCT, CAA, CSC, SIEP).
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. (CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC).
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. (CMCT, CAA, CSC, SIEP).
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. (CMCT, CAA).
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora. (CMCT, CAA).
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. (CMCT, CAA, CSC).
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. (CAA, CSC, SIEP).
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. (CMCT, CAA, CSC).
9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las

mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. (CCL, CSC).

10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. (CCL, CD, CAA).

11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios. (CCL, CD, CAA, CSC, CEC).

12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. (CMCT, CAA, CSC, SIEP).

## RELACIÓN ESPECÍFICA DE CONTENIDOS, CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

### 2ºESO

UD	BLOQUE DE CONTENIDOS	COMPETENCIAS CLAVE	OBJETIVOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
1	SALUD Y CALIDAD DE VIDA: El calentamiento	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	1, 5, 8, 11	6, 7, 9, 10	6.1 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1
2	CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ: La condición física	CMCT, CAA, SIEP, CCL, CD	1, 2, 3, 10, 11	4, 5, 7, 9, 10	4.1, 4.3, 4.4, 4.5., 4.6 5.1, 5.2, 5.4 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1
3	EXPRESIÓN CORPORAL Y CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ: Malabares	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	6, 11	1, 7, 9, 10	1.4 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1
4	JUEGOS Y DEPORTES: Voley	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	4, 7, 11	1, 3, 7, 9, 10	1.1, 1.2 3.1, 3.3 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1
5	JUEGOS Y DEPORTES: Ultimate	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	4, 7, 11	1, 3, 7, 9, 10	1.1, 1.2 3.1, 3.3 7.1, 7.2, 7.3 9.3



					10.1
6	JUEGOS Y DEPORTES: Atletismo	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	7, 11	1, 3, 7, 9, 10	1.1, 1.2 3.1, 3.3 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1
7	JUEGOS Y DEPORTES: Badminton	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	7, 11	1, 3, 7, 9, 10	1.1, 1.2 3.1, 3.3 7.1, 7.2, 7.3 9.3 10.1
8	JUEGOS Y DEPORTES: Deportes alternativos	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CEC, CD	4, 7, 11	1, 3, 7, 8, 9, 10	1.1, 1.2. 3.1, 3.3 7.1, 7.2, 7.3 8.1, 8.2 9.3 10.1
9	ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL:	CAA, CSC, SIEP, CCL, CEC, CD	8, 10, 11	7, 8, 9, 10, 12	7.1, 7.2, 7.3 8.1, 8.2 9.3 10.1 12.1



### Código Criterios y Estándares en Apartado 11.A Anexo 1

#### SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS EN 2º DE ESO

TEMPORALIZACIÓN	UNIDAD DIDÁCTICA
PRIMER TRIMESTRE	CALENTAMIENTO 2
	TEST DE CONDICIÓN FÍSICA
	CARRERA CONTINUA
	DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA.
	MALABARES 1
SEGUNDO TRIMESTRE	EVALUACIÓN CONDICIÓN FÍSICA
	VOLEIBOL 1
	ATLETISMO 2 (Vallas, Peso y Disco)
TERCER TRIMESTRE	DEPORTES ALTERNATIVOS (ULTIMATE)
	BÁDMINTON 1
	ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA
	ACT.MULTIDEPORTE
	DEPORTES ALTERNATIVOS (LACROSSE-HOCKEY)

## 3º DE ESO.

### BLOQUES DE CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 3º DE ESO.

Según el Real Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria los contenidos para el **tercer curso** son:

#### Bloque 1. Salud y calidad de vida.

- Valoración y fomento de la práctica habitual de la actividad física para la mejora de la propia condición física y motriz, y de la calidad de vida.
- Características de las actividades físicas saludables. reconocimiento de los efectos positivos de la actividad física sobre los aparatos y sistemas del cuerpo humano y los riesgos y contraindicaciones de la práctica física. La alimentación, la actividad física y la salud.
- Los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física.
- La recuperación tras el esfuerzo. Técnicas de recuperación. ejecución de métodos y técnicas de relajación como medio para liberar tensiones.
- Fomento y práctica de la higiene personal y los hábitos de vida saludables.
- Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.
- Prácticas de los fundamentos de higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- Elaboración y puesta en práctica de calentamientos aplicados a una actividad física específica.
- La responsabilidad y el respeto a las normas y a las demás personas como elementos determinantes en la consecución de objetivos grupales y la convivencia pacífica.
- Actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física en el contexto social actual.
- El fomento de los desplazamientos activos.
- Protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. Norma P.A.S., soporte vital básico.
- Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

#### Bloque 2. Condición física y motriz

- Las capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.
- Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.
- Procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física y motriz.
- Pruebas para medir las capacidades físicas y las capacidades motrices.

- Práctica autónoma de métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices enfocados hacia la salud y la vida activa.
- La condición física y motriz y su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor.

### **Bloque 3. Juegos y deportes.**

- Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas.
- Deportes de raqueta como, por ejemplo: bádminton, pádel, tenis de mesa, palas, etc.
- Juegos populares y tradicionales.
- Juegos alternativos y predeportivos.
- Los golpesos.
- El interés y la motivación como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas.
- La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. Puestos específicos.
- La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.
- Situaciones reales de juego.
- Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.
- Análisis de situaciones del mundo deportivo real. desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.
- Procedimientos básicos de evaluación de la propia ejecución con respecto a un modelo técnico táctico.
- La actividad física y la corporalidad en el contexto social.
- Orígenes del deporte e historia de los Juegos Olímpicos.
- El deporte en Andalucía.

### **Bloque 4. Expresión corporal.**

- Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
- El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal.
- Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
- Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
- Creación y puesta en práctica de secuencias de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- Improvisación individual y colectiva como medio de comunicación espontánea.
- Participación creativa en montajes artístico-expresivos y ajustada a la intencionalidad de estos.
- El baile y la danza como manifestación artístico-expresiva.
- Ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectivos, como por ejemplo bailes de salón, danzas del mundo, bailes latinos, etc.
- Creación en colaboración y ejecución de composiciones coreográficas

- individuales y colectivas con apoyo de una estructura musical.
- Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.

### **Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.**

- Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.
- Técnicas de progresión en entornos no estables.
- Técnicas básicas de orientación. elección de ruta, lectura continua, relocalización.
- Estudio de la oferta de actividades y aprovechamiento de las posibilidades que ofrece el entorno cercano para la realización de actividades físicas.
- Actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, con cuerdas, cabuyería, etc.
- Fomento de medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.
- Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.

## **CRITERIOS DE EVALUACION DE LA EVALUACIÓN PARA EL TERCER CURSO DE ESO**

Según el Real Decreto 111/2016, del 14 de junio, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria los criterios de evaluación para el **tercer curso** son:

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. (CMCT, CAA, CSC, SIEP).
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. (CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC).
3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. (CMCT, CAA, CSC, SIEP).
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos

de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. (CMCT, CAA).

5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. (CMCT, CAA).

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. (CMCT, CAA, CSC).

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

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. (CMCT, CAA, CSC).

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

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

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

## RELACIÓN ESPECÍFICA DE CONTENIDOS, CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

### 3ºESO

U D	BLOQUE DE CONTENIDOS	COMPETENCIA S CLAVE	OBJETIVO S	CRITERIOS DE EVALUACIÓ N	ESTÁNDARE S DE APRENDIZAJ E
1	SALUD Y CALIDAD DE VIDA El Calentamient o	CMCT, CAA, CSC, CCL, CD	1, 2, 3, 5, 8, 10, 12	5, 6, 9, 10	5.3 6.2, 6.3 9.1, 9.2, 9.3 10.2

2	CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ La Condición Física	CMCT, CAA, CSC, CCL, CD	1, 2, 8, 10, 12	4, 5, 9, 10	4.2, 4.4 5.3 9.1, 9.2, 9.3 10.2
3	EXPRESIÓN CORPORAL Y CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ Acrosport	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC, CD	4, 6, 8, 10, 11,12	2, 7, 9, 10	2.2, 2.3 7.1, 7.2, 7.3 9.1, 9.2, 9.3 10.2
4	JUEGOS Y DEPORTES Deportes Alternativos	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	4, 7, 8, 9, 10, 11, 12	1, 3, 8, 9, 10	1.2, 1.3, 1.5 3.2, 3.3 8.3 9.1, 9.2, 9.3 10.2
5	JUEGOS Y DEPORTES Rugby	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	4, 7, 8, 9, 10, 11, 12	1, 3, 8, 9, 10	1.2, 1.3, 1.5 3.2, 3.3 8.3 9.1, 9.2, 9.3 10.2
6	JUEGOS Y DEPORTES Beisbol	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	4, 7, 8, 9, 10, 11, 12	1, 3, 8, 9, 10	1.2, 1.3, 1.5 3.2, 3.3 8.3 9.1, 9.2, 9.3 10.2
7	JUEGOS Y DEPORTES Deportes de raqueta	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	4, 7, 8, 9, 10, 11, 12	1, 3, 8, 9, 10	1.2, 1.3, 1.5 3.2, 3.3 8.3 9.1, 9.2, 9.3 10.2
8	JUEGOS Y DEPORTES Fútbol sala	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	4, 7, 8, 9, 10, 11, 12	1, 3, 8, 9, 10	1.2, 1.3, 1.5 3.2, 3.3 8.3 9.1, 9.2, 9.3 10.2
9	ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	CSC, CCL, CAA, CD, CMCT, SIEP	9, 10, 12	8, 9, 10	8.3 9.1, 9.2, 9.3 10.2



### Código Criterios y Estándares en Apartado 11.A Anexo 1

**SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS EN 3º DE ESO**

<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>UNIDAD DIDÁCTICA</b>
PRIMER TRIMESTRE	CALENTAMIENTO GENERAL Y ESPECÍFICO
	TEST DE CONDICIÓN FÍSICA
	CARRERA CONTINUA
	DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA RESISTENCIA AERÓBICA, FLEXIBILIDAD Y FUERZA RESISTENCIA
	EVALUACIÓN CONDICIÓN FÍSICA
SEGUNDO TRIMESTRE	DEPORTES ALTERNATIVOS 2 (BEISBOL- RUGBY)
	ACT. DEPORTIVAS EN ENTORNO
	ACROSPORT 1
TERCER TRIMESTRE	ACT.COREOGRAFICAS SEVILLANAS
	DEPORTES IMPLEMENTOS (PING PONG y PALAS)
	DEPORTES COLECTIVOS FUTBOL SALA

**4º DE ESO.****BLOQUES DE CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA CUARTO DE ESO.**

Según el Real Decreto 111/2016, de 11 de junio, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria los contenidos para el **cuarto curso** son:

**Bloque 1. Salud y calidad de vida.**

- Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva.
- La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
- Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc.
- La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas.
- La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza.
- Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
- Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma.
- Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz.
- Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con



las acciones del resto de las personas implicadas.

- El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas.
- Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
- Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana.
- Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc.
- Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
- Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso.
- Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

## **Bloque 2. Condición física y motriz.**

- Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud.
- La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.
- Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas.
- Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

## **Bloque 3. Juegos y deportes.**

- Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas. Juegos populares y tradicionales.
- Juegos alternativos. La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico deportivas.
- Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración - oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambiando de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc.
- La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones.
- Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices.
- Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores.
- Las características de cada participante. Los factores presentes en el entorno.

- Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.
- Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
- Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como de espectador o espectadora.

#### **Bloque 4. Expresión corporal.**

- Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal.
- Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas. diseño y realización de los montajes artístico expresivos como, por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc.

#### **Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.**

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

### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA MATERIA PARA CUARTO DE ESO.**

Según el Real Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria los criterios de evaluación para el **cuarto curso** son:

1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión. (CMCT, CAA,

CSC, SIEP).

2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. (CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC).

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos. (CMCT, CAA, CSC, SIEP).

4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. (CMCT, CAA).

5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud. (CMCT, CAA).

6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. (CMCT, CAA, CSC).

7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas. (CAA, CSC, SIEP).

8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. (CAA, CSC, CEC).

9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno. (CMCT, CAA, CSC).

10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes. (CCL, CSC).

11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas. (CCL, CAA, CSC, SIEP).

12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL, CD, CAA).

13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. (CMCT, CAA, CSC, SIEP).

### RELACIÓN ESPECÍFICA DE CONTENIDOS, CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

#### 4ºESO

U D	BLOQUE DE CONTENIDOS	COMPETENCI AS CLAVE	OBJETIVO	CRITERIOS DE EVALUACIÓ N	ESTÁNDARE S DE APRENDIZA JE
1	SALUD Y CALIDAD DE VIDA: El calentamiento	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	1, 3, 5, 8, 11	6, 10, 11, 12	6.1, 6.2, 6.3 10.1, 10.2, 10.3 11.1, 11.2 12.1, 12.2, 12.3
2	CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ: La condición física	CMCT, CAA, SIEP, CCL, CD	2, 3, 10, 11	4, 5, 10, 11, 12	4.1, 4.2, 4.3, 4.4 5.1, 5.2, 5.3, 5.4 10.1, 10.2, 10.3 11.1, 11.2 12.1, 12.2, 12.3
3	CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ: La fuerza	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	2, 3, 10, 11	5, 10, 11, 12	5.1, 5.2, 5.3, 5.4 10.1, 10.2, 10.3 11.1, 11.2 12.1, 12.2, 12.3
4	JUEGOS Y DEPORTES: Voleibol	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	4, 7, 11	1, 3, 7, 8, 10, 11, 12	1.1, 1.2, 1.3 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6 7.1, 7.2, 7.3 8.1, 8.2, 8.3 10.1, 10.2, 10.3 11.1, 11.2 12.1, 12.2, 12.3
5	ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL: Orientación	CAA, CSC, SIEP, CCL, CEC, CD	4, 9, 11	9, 11, 12	9.1, 9.2, 9.3 11.1, 11.2 12.1, 12.2, 12.3, 10.2,

6	JUEGOS Y DEPORTES: Bádminton	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	4, 7, 11	1, 3, 7, 9, 10	1.1, 1.2. 1.3 3.1,3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6 7.1, 7.2, 7.3 8.1, 8.2, 8.3 10.1, 10.2, 10.3 11.1, 11.2 12.1, 12.2, 12.3
7	EXPRESIÓN CORPORAL: Actividades coreográficas	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD	4, 6, 10, 11	2, 11, 12	2.1, 2.2, 2.3 11.1, 11.2 12.1, 12.2, 12.3
8	JUEGOS Y DEPORTE S: Balonmano	CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CEC, CD	4, 7, 11	1, 3, 7, 8,10, 11, 12	1.1, 1.2. 1.3 3.1,3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6 7.1, 7.2, 7.3 8.1, 8.2, 8.3 10.1, 10.2, 10.3 11.1, 11.2 12.1, 12.2, 12.3



### Código Criterios y Estándares en Apartado 11.A Anexo 1

#### SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS EN 4º DE ESO

TEMPORALIZACIÓN	UNIDAD DIDÁCTICA
PRIMER TRIMESTRE	CALENTAMIENTO GENERAL Y ESPECÍFICO
	TEST DE CONDICIÓN FÍSICA
	CARRERA CONTINUA EXTERIOR
	DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA RESISTENCIA AERÓBICA, FLEXIBILIDAD Y FUERZA
	EVALUACIÓN CONDICIÓN FÍSICA
SEGUNDO TRIMESTRE	VOLEIBOL 2
	ACT. EN LA NATURALEZA (ORIENTACION- INICIACION ESQUI)
TERCER TRIMESTRE	ACT. COREOGRÁFICAS SEVILLANAS 2
	DEPORTES COL.BALONMANO 2
	BADMINTON 2

#### 4.1 EDUCACIÓN FÍSICA BILINGÜE

Según las Instrucciones De 22 de Julio de 2016, sobre la organización y el funcionamiento de la enseñanza bilingüe, se concede especial importancia a la competencia en comunicación lingüística, referida a la utilización del lenguaje como instrumento de comunicación oral y escrita, tanto en lengua española como en lengua extranjera.

Además de lo establecido en el artículo 9 de la Orden de 28 de junio de 2011, los centros bilingües autorizados como tales deberán impartir la enseñanza bilingüe desde el enfoque de Aprendizaje Integrado de Contenidos y Lengua Extranjera (AICLE), con sus propios materiales o los elaborados por la Consejería de Educación, que aparecen en el Portal de Plurilingüismo (<http://www.juntadeandalucia.es/educación/webportal/web/portal-de-plurilinguismo>).

En el enfoque AICLE es fundamental la participación activa del alumnado y el trabajo en las cinco destrezas básicas: escuchar, leer, escribir, hablar y conversar.

En nuestra materia, se impartirá **el cincuenta por cien del área** haciendo uso de la L2 (inglés) como lengua vehicular, siendo deseable que se imparta el más alto porcentaje posible.

Para la consecución de estos objetivos lingüísticos, se hará especial hincapié en el desarrollo de los contenidos conceptuales de Educación Física, que hemos desarrollado en el apartado 4 de esta programación.

Todos los aspectos teóricos de la materia se impartirán en L2, además de utilizar la L2 en el lenguaje básico diario de clase.

En cuanto a la **evaluación** de la materia, siguiendo Instrucciones de la Orden del 22 de Julio de 2016 donde afirma que *" el profesorado de ANL y MPNL tendrá en cuenta en su evaluación los descriptores del nivel de competencia lingüística alcanzado por el alumnado de acuerdo con el MCERL, si bien priorizará el desarrollo de los objetivos propios del área, materia o módulo profesional sobre la producción lingüística, que no deberá influir negativamente en la valoración final del área "*.

En este apartado de la Evaluación los criterios de calificación son iguales al apartado Procedimientos e Instrumentos de esta programación, poniendo especial interés en que los contenidos conceptuales sean aprendidos en L2, y evaluados a través de exámenes y trabajos teóricos con un mínimo del 50% en lengua inglesa.

Además al finalizar el tercer trimestre y para favorecer y mejorar la comunicación lingüística en L2, los alumnos harán un examen teórico oral en L2, con los contenidos desarrollados durante el curso, pudiendo subir su nota hasta en un 20%.

## 5. CONTENIDOS MÍNIMOS

### CONTENIDOS MÍNIMOS PARA PRIMER CICLO ESO.

	Contenidos Mínimos
Condición Física	<p>Conceptuales:            Concepto y estructura de un calentamiento general.            Concepto y características de las cualidades físicas básicas: fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad.            Cálculo de la FC máxima.</p> <p>Procedimentales:            Control de la intensidad del esfuerzo en actividad de Resistencia (Carrera Continua 20 min).</p>
Deportes	<p>Conceptuales:            Aspectos técnicos y reglamentarios básicos del deporte.</p>

### CONTENIDOS MÍNIMOS PARA PRIMER CICLO ESO.

	Contenidos Mínimos
Condición Física	<p>Conceptuales:            Métodos y sistemas de entrenamiento de la Resistencia, Flexibilidad y su aplicación.            Cálculo del IMC.</p> <p>Procedimentales:            Ejecución correcta de ejercicios de flexibilidad.            Control de la intensidad del esfuerzo en actividad de resistencia (Carrera continua 25 min)</p>
Deportes	<p>Conceptuales:            Conocimiento y comprensión de las reglas básicas del juego y los principios tácticos del Beisbol, Rugby y Ping-Pong.</p> <p>Procedimental:            Uso contextual básico de las habilidades técnicas            Aplicación de los principios tácticos.</p>
Expresión y Habilidades	<p>Procedimental:            Realización de un montaje de Acrosport con combinación de elementos expresivos, rítmicos y habilidades motrices específicas.            Conocimiento de pasos básicos de danzas tradicionales (1º,2º Sevillanas).</p>

### CONTENIDOS MÍNIMOS PARA 4º ESO

	Contenidos Mínimos
Condición Física	<p>Conceptuales:            Métodos y sistemas de entrenamiento de la Resistencia, Fuerza, Flexibilidad y Velocidad.</p>



	Zona de actividad aeróbica, entrenamiento según % intensidad. Procedimentales: Ejecución correcta de ejercicios de fuerza con el propio peso. Control de la intensidad del esfuerzo en actividad aeróbica (Carrera continua 30 min)
Deportes	Conceptual: Conocimiento y comprensión de las reglas básicas del juego y principios tácticos del Balonmano, Voleibol y Bádminton. Lecturas e interpretación de un mapa y de curvas de nivel. Procedimental: Ser capaz de Orientarse con un mapa en un entorno conocido (Orientación Urbana). Uso contextual de las habilidades técnicas. Aplicación de los principios tácticos
Expresión y habilidades	Procedimental: Realización de un montaje coreográfico con combinación de elementos expresivos, y rítmicos. Conocimiento de pasos básicos de danzas tradicionales(3º,4º Sevillanas).

## 6. METODOLOGÍA.

Los estilos de enseñanza y aprendizaje y la estrategias metodológicas utilizadas generarán climas de aprendizaje que contribuyan óptimamente al desarrollo integral del alumnado y a la mejora de su calidad de vida.

Es esencial que el profesorado de Educación Física desarrolle y aplique una gama suficiente de estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje, que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave adaptándose al grupo, a cada alumno y alumna y a los contenidos a trabajar.

La Educación Física debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución de una igualdad real y efectiva de oportunidades. el género como construcción social todavía conserva estereotipos que determinan que algunas actividades y prácticas físicas sean consideradas más apropiadas para las chicas que para los chicos, o viceversa.

A nivel general, se intentará:

1. Se arbitrarán métodos que tengan en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje de los alumnos, favorezcan la capacidad de aprender por sí mismos y promuevan el trabajo en equipo.
2. Se prestará una atención especial a la adquisición y el desarrollo de las competencias básicas y se fomentará la correcta expresión oral y escrita y el uso de las matemáticas. A fin de promover el hábito de la lectura, se dedicará

un tiempo a la misma en la práctica docente de todas las materias.

3. Promover las medidas necesarias para que la tutoría personal de los alumnos y la orientación educativa, psicopedagógica y profesional, constituyan un elemento fundamental en la ordenación de esta etapa.
4. Regulares soluciones específicas para la atención de aquellos alumnos que manifiesten dificultades especiales de aprendizaje o de integración en la actividad ordinaria de los centros, de los alumnos de alta capacidad intelectual y de los alumnos con discapacidad.

Con la intención de conseguir todos los objetivos propuestos se emplearán como **técnicas de enseñanza** tanto la *instrucción directa* como la *indagación*, en función de las peculiaridades de cada contenido y del nivel del alumnado.

La instrucción directa se empleará en aquellos contenidos en los cuales el alumno-a poseer escasos conocimientos previos, y que por su carácter más científico exigen ser transmitidos mediante dicha técnica. La indagación se usará siempre que sea posible, ya que uno de las finalidades educativas es conseguir que los alumnos-as aprendan por sí mismos, además de que los aprendizajes son más significativos, y la transferencia es más efectiva.

Al desarrollar las diferentes unidades didácticas se utilizarán todos los **estilos de enseñanza**: (Delgado Noguera, 1991),

- *tradicionales (modificación de mando directo y asignación de tareas),*
- *que posibilitan la participación (en. recíproca y microenseñanza),*
- *que favorecen la socialización (trabajo en equipo, convivencia, etc.),*
- *que implican cognoscitivamente (descubrimiento guiado y resolución de problemas)*
- *que promueven la creatividad (investigación, innovación, etc.)*
- *y que fomentan la individualización (trabajo por grupos de intereses o niveles),* siempre condicionados por los contenidos y objetivos que tratemos en las diferentes unidades didácticas.

De un modo general, los bloques de contenidos serán tratados con diversos estilos de enseñanza, de este modo, trataremos los bloques de contenidos de la siguiente forma:

- ❖ *Salud y calidad de vida:* utilizaremos estilos de enseñanza que favorezcan el reconocimiento del ejercicio físico como recurso vital para la mejora de la salud, realizando una selección de los estilos más importantes.

- ❖ *Condición física y motriz:* se usarán por su carácter científico estilos de enseñanza tradicionales como la modificación del mando directo o la asignación de tareas. Si es cierto que puntualmente en cualquier sesión puede utilizarse cualquier otro estilo.
- ❖ *Juegos y deportes:* se usarán estilos de enseñanza tradicionales, socializadores, individualizadores, participativos, cognoscitivos y creativos. Este bloque ofrece la posibilidad de utilizar bastantes estilos de enseñanza, en función de los objetivos planteados en cada una de las sesiones.
- ❖ *Expresión corporal:* fundamentalmente se usará un estilo de enseñanza creativo, aunque también se podrán usar otros: socializador, tradicional, etc.
- ❖ *Actividades en el medio natural:* en este bloque pueden usarse en función de los objetivos y contenidos de cada sesión cualquier estilo de enseñanza, ya que ofrece infinitas posibilidades.

La **estrategia en la práctica** será *global*, excepto en aquellas actividades complejas que requieran una progresión *analítica debido a su complejidad*.

Finalmente, destacar que para el logro de una educación Física de calidad y, por ende, la mejora de la educación en general, es necesaria la evaluación de todos los elementos y factores implicados en el proceso de enseñanza y aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc..

## 7. RECURSOS DIDÁCTICOS E INNOVACIÓN EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Como recursos didácticos principales se utilizarán apuntes de cada curso, dichos apuntes estarán disponibles en la página web del departamento (<http://efsavater.jimdo.com/>) junto a textos de ampliación, actividades de refuerzo, ejercicios, baremos de pruebas físicas, videos explicativos y de apoyo didáctico de cada uno de los contenidos. En la página web, además de lo anteriormente comentado, los alumnos pueden encontrar informaciones que los profesores consideran de interés para la asignatura.

## 8. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DEL ALUMNADO.

El actual sistema educativo, se apoya en los principios de variabilidad, flexibilidad, apertura y adaptabilidad, por lo que se hace posible que en la escuela se pueda dar respuesta a la diversidad de necesidades educativas de los alumnos y se adecuen los diferentes elementos del currículum con el objetivo de que todos los alumnos alcancen las capacidades generales propias de la etapa y del área de acuerdo con sus posibilidades (Guardia Martínez, 2002).

Según el Artículo 35 donde se trata las medidas y programas para la atención a la diversidad, los centros docentes desarrollarán las medidas, programas, planes o actuaciones para la atención a la diversidad establecidos en el Capítulo VI del decreto 111/2016, de 14 de junio, en el marco de la planificación de la Consejería competente en materia de educación.

**Los programas de adaptación curricular** en su concepción y elaboración podrán ser de tres tipos:

**Adaptaciones curriculares significativas**, cuando el desfase curricular de con respecto al grupo de edad del alumnado haga necesaria la modificación de los elementos del currículum, incluidos los objetivos de la etapa y los criterios de evaluación.

**Adaptaciones curriculares no significativas**, cuando el desfase curricular con respecto al grupo de edad del alumnado es poco importante. Afectará a los elementos del currículum que se consideren necesarios, metodología y contenidos, pero sin modificar los objetivos de la etapa educativa ni los criterios de evaluación, y **adaptaciones para el alumnado de altas capacidades intelectuales**.

Una vez comentado todo esto, decir que ya no existe la exención total en el área de Educación Física, por lo que habrá que buscar estrategias para que todos los alumnos participen en la asignatura de Educación Física, en función de sus capacidades y limitaciones.

### **Adaptaciones curriculares para el alumnado con deficiencias motrices.**

- Realizar variaciones en el material y en los espacios donde se desarrollen las actividades (reducir espacios de juego, eliminar barreras físicas, adecuar el material).
- Variación de las reglas y características de los juegos y actividades deportivas para la adaptación.
- Facilitar el acceso a las instalaciones y actividades.
- Potenciar las actividades que requieran coordinación y manipulación, de acuerdo con las capacidades residuales de los sujetos.

### **Adaptaciones curriculares para el alumnado con déficit sensorial.**

- Favorecer el desarrollo de los factores de comunicación y cooperación en las actividades y tareas de clase.

- Potenciar las situaciones de exploración del medio físico.
- Adecuar los espacios y materiales, eliminando las barreras.
- Potenciar las actividades en grupos reducidos o parejas.

### **Adaptaciones con alumnado asmático y con alteración estructural de la columna vertebral.**

No es necesario diseñar una adaptación curricular a ningún alumno/a que padezca esta afección. El cumplimiento de una serie de **reglas preventivas** de crisis asmáticas puede ser suficiente para que todo el alumnado asmático pueda participar en las clases de Educación Física. No obstante, ante cualquier situación de riesgo el profesor puede reducir la intensidad del ejercicio que se esté llevando a cabo, e incluso sugerir al alumno/a que cese la actividad.

Las actividades de larga duración y media intensidad (por ejemplo, la carrera continua o pasear en bicicleta) son las que más fácilmente pueden provocar el asma inducida por el ejercicio, pero también pueden resultar las más beneficiosas si se toman ciertas **precauciones**:

1. Utilizar un inhalador broncodilatador varios minutos antes de empezar el ejercicio para que exista un cierto efector protector (solo con factores de riesgo).
2. Disponer del inhalador durante el ejercicio para utilizarlo al mínimo síntoma de dificultad respiratoria.
3. Evitar la práctica de ejercicio físico durante la parte más fría del día. Si la temperatura es muy baja se aconseja utilizar mascarilla o hacer ejercicio a cubierto.
4. Realizar un calentamiento previo a cada sesión y una vuelta a la calma.
5. Evitar la práctica de ejercicio en ambientes polvorientos, contaminados o con agentes potencialmente alérgicos.
6. Buscar condiciones climáticas de humedad.
7. Someterse al control médico para una correcta evaluación del asma.
8. Mejorar la habilidad para el control y manejo de los síntomas e incluso ataques de asma.

El tratamiento de la cifosis, ya sea, ortopédico o mediante fisioterapia, no debe interrumpir la actividad deportiva. En principio, no está contraindicada ninguna actividad, si bien, **conviene limitar los ejercicios asimétricos y no se aconsejan los de contacto físico** o de gran esfuerzo raquídeo como el rugby, lucha o levantamiento de grandes pesos. Actuación en las clases de Educación Física con alumnado lordótico. Salvo contraindicación médica un alumno/a con hiperlordosis puede participar en la clase de Educación Física con toda normalidad. Puede contribuir a mejorar su desviación el fortalecimiento de los músculos abdominales, glúteos e isquiotibiales.

## **Adaptaciones curriculares para el alumnado con problemas de salud.**

En caso de que nos encontremos con alumnos que no pueden realizar una clase de Educación Física ordinaria por un motivo puntual, como enfermedad, a asistencia con vestimenta no adecuada etc., realizará una **ficha** en la que el alumno recoja los objetivos, contenidos y actividades desarrolladas en la sesión, que **entregará al profesor** para su evaluación. Además realizarán otras funciones, como correcciones, colocación y recogida del material, recogida de datos durante la sesión, elaboración de una ficha en la que describa su enfermedad o lesión, planteando actividades que pueden ser beneficiosas para su recuperación y actividades contraindicadas, así como recoger información de la lesión.

En caso de que puedan realizar algunas actividades tendrán una reducción del tiempo de actividad física, aumentando los periodos de descanso, reflexión y análisis, y/o variación de las reglas y espacios de juegos y deportes, adaptándose a los niveles recomendados de actividad física que se puedan realizar en cada caso.

El establecimiento de los programas específicos para estos alumnos debe centrarse tanto en los contenidos adaptados (especialmente orientados hacia los conceptos y actitudes) como en los recursos didácticos que se van a emplear para integrar a los alumnos en la marcha de la clase. Proponemos a continuación algunas posibilidades para llevarlos a cabo.

- Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están trabajando para exponer a sus compañeros.
- Elaboración de apuntes para sus compañeros.
- Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.
- Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación.
- En los trabajos de expresión corporal pueden participar casi sin limitaciones.

## **Adaptación de recursos dirigidos a los alumnos con necesidades educativas especiales**

Pese a que este aspecto debe considerarse de forma específica en el PCC, lo citamos para exponer unas propuestas que pueden realizarse en nuestra materia en aquellos centros que se acojan al programa de integración.

Consideramos fundamental la adaptación de los recursos disponibles, tanto humanos como materiales, para favorecer la integración y el adecuado progreso en el aprendizaje de aquellos alumnos con necesidades educativas especiales. Pero la integración debe ser un proceso de ida y vuelta: por un lado, adecuar las posibilidades a los alumnos para su integración; por otro lado, incluir en el proceso de aprendizaje del resto de los alumnos, contenidos referidos a la especificidad de sus compañeros.

¿Cómo llevarlo a cabo? Consideramos necesario en los centros de integración establecer contenidos referidos a las actividades físico-deportivas que practican los alumnos discapacitados. Tan importante **es que éstos se integren en la marcha del centro** como que **sus compañeros vivencien** las circunstancias y **limitaciones de su actividad** y **aprendan a valorar el esfuerzo** que supone la adaptación. El planteamiento de este tipo de contenidos tiene una doble finalidad:

- Conocer y vivenciar las posibilidades que tienen las personas discapacitadas.
- Aumentar el bagaje motriz de los alumnos con experiencias prácticas en las que la actividad se realiza en condiciones limitadas (los deportes con los ojos vendados desarrollan otras posibilidades perceptivas al no contar con la vista, los que se realizan con la silla de ruedas obligan a coordinar los desplazamientos y habilidades específicas en el tren superior)

### **Plan específico personalizado para el alumnado que no promoció de curso.**

Siguiendo las consideraciones expuestas en la Orden de 14 de junio de 2016, se hace necesario elaborar un programa de refuerzo para la recuperación de los aprendizajes no adquiridos.

En caso de haber alumnos que repitan curso con la asignatura de Educación Física suspensa, se elaborarán una serie de adaptaciones y medidas de refuerzo que hagan que el alumno supere y adquiera los contenidos y capacidades que no han sido adquiridas en el curso anterior.

Para poder llevar a cabo este proyecto, se realizará una adaptación de los contenidos, realizando un seguimiento del alumno, así como ofreciendo materiales auxiliares al alumno para su mejor comprensión.

En caso de que el motivo por el que el alumno ha suspendido la asignatura, sea la dificultad de alcanzar los objetivos procedimentales, se le realizará una adaptación ayudándole a alcanzar el mayor resultado, teniendo en cuenta su nivel inicial y sus destrezas previas.

## **9. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACION EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.**

### **EVALUACIÓN Y PROMOCIÓN**

1. La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria será continua y diferenciada según las distintas materias del currículo.
2. Las decisiones sobre la promoción del alumnado de un curso a otro, dentro de la etapa, serán adoptadas de forma colegiada por el conjunto de profesores del alumno respectivo, atendiendo a la consecución de los objetivos. Las



decisiones sobre la obtención del título al final de la misma serán adoptadas de forma colegiada por el conjunto de profesores del alumno respectivo, atendiendo a la consecución de las competencias básicas y los objetivos de la etapa.

3. Los alumnos promocionarán de curso cuando hayan superado los objetivos de las materias cursadas o tengan evaluación negativa en dos materias, como máximo y repetirán curso cuando tengan evaluación negativa en tres o más materias, o si esas materias son Lengua Castellana y Literatura y Matemáticas. Excepcionalmente, podrá autorizarse la promoción de un alumno con evaluación negativa en tres materias cuando el equipo docente considere que la naturaleza de las mismas no le impide seguir con éxito el curso siguiente, se considere que tiene expectativas favorables de recuperación y que dicha promoción beneficiará su evolución académica. Las Administraciones educativas regularán las actuaciones del equipo docente responsable de la evaluación.
4. Con el fin de facilitar a los alumnos la recuperación de las materias con evaluación negativa, las Administraciones educativas regularán las condiciones para que los centros organicen las oportunas pruebas extraordinarias en las condiciones que determinen.
5. Quienes promocionen sin haber superado todas las materias seguirán los programas de refuerzo que establezca el equipo docente y deberán superar las evaluaciones correspondientes a dichos programas de refuerzo. Esta circunstancia será tenida en cuenta a los efectos de promoción y titulación previstos en los apartados anteriores.
6. El alumno podrá repetir el mismo curso una sola vez y dos veces como máximo dentro de la etapa. Cuando esta segunda repetición deba producirse en el último curso de la etapa, se prolongará un año el límite de edad al que se refiere el apartado 2 del artículo 4. Excepcionalmente, un alumno podrá repetir una segunda vez en cuarto curso si no ha repetido en los cursos anteriores de la etapa.
7. En todo caso, las repeticiones se planificarán de manera que las condiciones curriculares se adapten a las necesidades del alumno y estén orientadas a la superación de las dificultades detectadas.
8. Los alumnos que al finalizar el cuarto curso de Educación Secundaria Obligatoria no hayan obtenido la titulación establecida en el artículo 31.1 de esta Ley podrán realizar una prueba extraordinaria de las materias que no hayan superado.
9. Los alumnos que cursen los programas de diversificación curricular a los que se refiere el artículo 27, serán evaluados de conformidad con los objetivos de la etapa y los criterios de evaluación fijados en cada uno de los respectivos programas.

## CARACTERÍSTICAS DE LA EVALUACIÓN.

La evaluación, en el actual Sistema Educativo, se concibe como una acción que va más allá de la medición de resultados, puesto que, además del análisis y valoración de los logros alcanzados, incluye la reflexión sobre los procesos que conducen a ellos, el conocimiento de las causas que pueden estar facilitando o dificultando esos procesos y la búsqueda de estrategias que ayuden a mejorarlos. Esto hace de la evaluación un elemento clave para conseguir una educación de calidad.

Podríamos definir evaluación, siguiendo a autores como Contreras (1998), como “el proceso por el cual el profesor sondea los aprendizajes adquiridos (conceptuales, procedimentales y actitudinales) por los alumnos”. Blanco (1994) define evaluación como “el enjuiciamiento comparativo, corrector y continuo del proceso del alumno, a partir de unos datos recogidos”.

El sistema de evaluación propuesto en esta programación, está fundamentado en la evaluación de proceso o formativa, basada en la observación del acontecer educativo desde su inicio hasta la completa culminación del mismo, realizándose una evaluación inicial, procesual y final.

Se **evalúa la totalidad de los elementos** que intervienen en dicho proceso, alumnos, profesor, evolución del proceso, y durante todo el tiempo que permanece la acción. De igual manera evaluaremos aprendizajes referidos a conceptos, procedimientos y actitudes. La metodología puesta en funcionamiento se basa en la **medición** y en la **observación sistemática**, realizada por procedimientos directos e indirectos.

- La evaluación de conceptos, se realizará mediante exámenes escritos, evaluación de tareas a realizar en clase o en casa y mediante trabajos escritos.
- Los procedimientos se evaluarán a través de la observación sistemática de los alumnos durante las clases prácticas, valorando el esfuerzo y participación del alumnado. También se valorará la elaboración de montajes, coreografías, y se tendrán en cuenta, aunque en menor medida los resultados de los test específicos de condición física, en este sentido se valorará principalmente la
- participación en el test y el esfuerzo y motivación por mejorar los resultados. También a través de exámenes prácticos de los contenidos trabajados.
- En cuanto a las actitudes, las evaluaremos mediante hojas de registro de observación sistemática. En ellas anotaremos: comportamientos en clase, respeto a compañeros y material, traer ropa adecuada, cambiarse después de realizar la práctica, interés por aprender, etc...

## CALIFICACIÓN Y RECUPERACIÓN

La calificación de los alumnos creemos importante hacerla desde el punto de vista de los *Estándares de aprendizaje*, de manera que se le dará un porcentaje de la calificación diferente para los referentes a actitudes, a los conceptos y a los procedimientos, ya que consideramos que de esta manera el

alumno va a comprender la Importancia que tiene cada uno de estos aspectos en su proceso de aprendizaje. En la realidad, se trabajan todos, y, aunque implicados entre sí, es mucho más claro diferenciarlos así, de cara a que los alumnos entiendan la importancia de cada uno.

Esto supone que habrá unos métodos de calificación específicos para cada tipo de contenidos. De forma general presento los **instrumentos de evaluación** que utilizaremos desde el Departamento en la evaluación.

### **Procedimientos de Evaluación**

Estas serán la "herramientas" de las que nos serviremos para recoger la información de cómo va el proceso de enseñanza-aprendizaje:

#### ***Criterios de calificación referidos a Estándares conceptuales:(Cuadro Estándares Primer Ciclo y 4ºESO)***

1. Pruebas escritas realizadas sobre los contenidos impartidos y recogidos en los apuntes de los alumnos y del material bibliográfico.
2. Entrega de trabajos de algún tema concreto de interés en el que se considere oportuno profundizar. En ellos se valorará la riqueza de contenidos, la claridad, la ortografía, la utilización de diferentes fuentes y si se ajusta a lo demandado.
3. Preguntas en clase, debates sobre aspectos conceptuales.

#### ***Criterios de calificación referidos a Estándares procedimentales : (Cuadro Estándares Primer Ciclo y 4º ESO)***

1. Valoración de la Condición física a través de test diseñados específicamente para la medición de los diferentes componentes de la condición física. Se evaluará en base a la progresión del alumno en las pruebas establecidas, tomando como referencia las *pruebas de evaluación inicial*, la **media** de la cual **supondrá una nota** en el 1º trimestre.
2. Seguimiento diario de los aspectos procedimentales, a través de hojas de observación sistemática.
3. Valoración de las ejecuciones técnicas.
4. Valoración de la resolución de problemas tácticos en juegos y deportes y de las reflexiones sobre los mismos realizadas en clase.
5. Evaluación recíproca de aspectos técnicos y tácticos. Auto evaluación de los mismos aspectos.
6. Valoración de la autonomía demostrada en diferentes actividades de las que son responsables (calentamientos, programas de acondicionamiento físico,...)

#### ***Criterios de calificación referidos a Estándares actitudinales:(Transversales)***

1. Anotaciones diarias de asistencia a clase, puntualidad o retraso.
2. Anotaciones diarias de actitudes positivas (motivación, participación activa, respeto, compañerismo, colaboración con el compañero, cuidado del material, recogida del mismo, etc.)
3. Anotaciones diarias de actitudes negativas (actitudes agresivas hacia los compañeros, discriminatorias, sexistas, falta de compañerismo, rechazo, etc.)
4. Observación de la presencia de hábitos preventivos e higiénicos. Aseo

después de práctica deportiva y cambio de camiseta.  
Participación en actividades físicas relacionadas con los contenidos realizados en clase de forma habitual y sistemática en horario extraescolar.

No obstante, se tendrán unos criterios generales para todos los alumnos, que tendrán que cumplirse para que la asignatura se supere. Estos aspectos fundamentales son los siguientes:

- ✓ Asistencia al menos al 90% de las clases, con el vestuario adecuado.
- ✓ La asistencia a clase con ropa no adecuada, será considerada una falta de material.

Todo esto reflejado en la **hoja actitudinal informatizada que utiliza el Departamento**, a través de positivos, negativos etc...

### **Sistemas de Recuperación de Evaluaciones anteriores**

Los alumnos que no superen una evaluación tienen la posibilidad de recuperarla, aprobando la parte del examen teórico correspondiente a la evaluación o evaluaciones anteriores. Los alumnos deberán modificar los aspectos procedimentales y actitudinales que han hecho que el alumno suspenda la evaluación anterior, y contestar correctamente la parte del examen que corresponda con la evaluación o evaluaciones suspendas, dicho examen de recuperación **se llevará a cabo a Final de curso**. Además de realizar ese examen los alumnos **deberán realizar de manera obligatoria** cuantas **actividades o trabajos que el profesor mande** al resto de alumnos de manera optativa.

### **PROGRAMA DE REFUERZO PARA LA RECUPERACIÓN DE APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS. (PENDIENTES)**

#### **RECUPERACIÓN PENDIENTES EDUCACIÓN FÍSICA**

Si un alumno tiene la Educación Física suspenda deberán realizar un amplio trabajo teórico relacionado con los contenidos del curso. Este trabajo debe seguir los parámetros que indique el profesor, y que el profesor le proporcionará a modo de informe durante el segundo trimestre. El trabajo debe ser entregado en el plazo indicado, por el profesor y sin demora. El alumno tendrá 2 plazos de entrega (finales de Febrero y Mayo). En caso de no superar positivamente la realización del trabajo, o no entregarlo, el alumno tendrá la oportunidad de presentarse al examen final de la asignatura en Junio y en Septiembre, teniendo así, numerosas oportunidades para superar la asignatura. En el caso de que un

alumno con una asignatura pendiente, supere el curso posterior con una nota positiva en la misma asignatura, la pendiente se le dará por aprobada.

## 10. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS

Hay que aclarar que esta propuesta está supeditada a numerosos factores: ofertas de actividades, participación del alumnado, comportamiento, etc... pudiendo variar en su temporalización. Como actividades ofertadas a todo el alumnado están; la **reunión de Atletismo Escolar** (ofertada por el ayuntamiento) será ofertada a todos los alumnos de Secundaria de los cuales irá una selección, esta actividad se realizará en 2 días, en el primero de ellos será clasificatorio y en el 2º día participarán aquellos que hayan logrado la marca mínima. La **Carrera del Polvorón** será organizada por el Dpt. en los últimos días del 1º trimestre, irá dirigida a todos los alumnos del centro desde 1º ESO a Bachillerato, y forma parte del programa de fomento de la Carrera Continua que llevamos a cabo en la asignatura. Por último, el **Concurso de Acrosport** para 3ºESO y 1º BACH a realizar los últimos días del 2º Trimestre.

Dentro de las **actividades complementarias del Departamento** (dentro del horario de clase de la asignatura) hay proyectadas actividades de carrera continua alrededor del centro, orientación en el parque cercano, padel en el club Nazaret, condición física en Chapin, etc...

Las actividades siguientes serán ofertadas **a todos los cursos del nivel**, (exceptuando las que indican cursos concretos).

1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO
Programa Deportes Diputación	Senderismo Parque Natural (Oct.-Noviembre)	Iniciación al Esquí (3º-4º semana de Febrero-1º Marzo) en 3 días. Senderismo Parque Natural	Actividades de Multideporte en la Naturaleza
Act. Multideporte en la Naturaleza. (Mayo-Junio)	Act. Piraguas en Los Toruños (Abril-Mayo). Programa Deportes Diputación.	Rugby en Pradera. (fecha pendiente del Club Rugby Xerez)	Orientación en el Medio Montellano. (Abril)

\*.-**Excepcionalmente este año para 3º ESO**, Iniciación al Esquí (3º-4º semana de Febrero-1º Marzo) en 3 días con Visita al parque de las Ciencias.

Las **actividades de 2º Bach**, se realizarán **casi en su totalidad dentro del horario** de la asignatura.

El Camino de Santiago, como proyecto piloto, se ofertará máximo de 30 alumnos.

1º BACH	2º BACH
Viaje Multiaventura	Senderismo en el Medio Natural (Noviembre)
Camino de Santiago 1º BCH.(ofertada a todos).	Prep.Fis.Chapín. Act.Dirigidas GIM y Padel.*

## 11.A ANEXO I

Orden 14 julio Currículo ESO.

### Criterios de evaluación y Estándares de Aprendizaje 1er CICLO ESO

1.Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

*Estándares* 1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. 1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

CSC, CMCT,CAA, SIEP.

2.Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.

*Estándares* 2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC

3.Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

*Estándares* 3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de



colaboración-oposición propuestas. 3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas. 3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

CMCT, CAA, CSC, SIEP.

4.Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

*Estándares* 4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. 4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud. 4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva. 4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. 4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. 4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

CMCT, CAA.

5.Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.

*Estándares* 5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. 5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. 5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

CMCT, CAA.

6.Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

*Estándares* 6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. 6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

CMCT, CAA, CSC

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

*Estándares* 7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

CAA, CSC, SIEP

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

*Estándares* 8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. 8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas 8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

CMCT, CAA, CSC

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

*Estándares* 9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

CCL, CSC.

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

*Estándares* 10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.CCL, CD, CAA

## **Criterios de evaluación y Estándares de aprendizaje 4ºESO**

1.Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.

*Estándares* 1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.

1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.

1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.



CMCT, CAA, CSC, SIEP.

2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.

*Estándares* 2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. 2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.

*Estándares* 3.1 . Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario. 3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes. 3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario. 3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones. 3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas. 3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.

CMCT, CAA, CSC, SIEP.

4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.

*Estándares* 4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva. 4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. 4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud. 4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física. CMCT, CAA.

5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.

*Estándares* 5.1. . Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. 5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. 5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades. 5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud. CMCT, CAA.

6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.

*Estándares.* 1.6. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma. 6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal. 6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz. CMCT, CAA, CSC.

7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.

*Estándares* 1.7. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales. 7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas. 7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma. CAA, CSC, SIEP.

8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.

*Estándares* 8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. 8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás. 8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador. CAA, CSC, CEC.

10. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.

*Estándares* 9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos. 9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida. 9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente. CMCT, CAA, CSC.

11. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.

*Estándares* 10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. 10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. 10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas. CCL, CAA, CSC, SIEP.

12. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.

**Estándares 11.1.** Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos. **11.2.** Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo. CCL, CAA, CSC, SIEP.

**13.** Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.

**Estándares 12.1.** Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. **12.2.** Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones. CCL, CD, CAA.

**14.** Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

## 11.B ANEXO 2

### PROGRAMA RECREOS ACTIVOS

Se va a desarrollar un programa de fomento de actividad deportiva en los recreos consistirá, en en que cada nivel podrá utilizar los espacios deportivos del instituto un día a la semana para realizar deporte. Se podrá realizar deporte, siempre y cuando las LIGAS INTERNAS no se estén disputando en ese momento y se respeten las normas e instrucciones que por parte del profesorado se indiquen. En el caso de que algún curso o nivel incumpla dichas normas, se sancionará con la imposibilidad de realizar las actividades en ese horario de recreo.

Según el siguiente cuadrante:

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1º y 2º ESO	3º y 4º ESO/Bach	1º y 2º ESO	3º y 4º ESO/Bach	1º y 2º ESO

### NORMAS.

1. No se puede comer, ni beber dentro del gimnasio.
2. No se puede tirar papeles al suelo.
3. No se pueden coger los materiales sin permiso del profesor.
4. En las actividades donde está limitado la práctica, por ejemplo, en las palas, hay que dejar jugar y rotar a todo el mundo.

5. Cinco minutos antes de que acabe el recreo se deja recogido todo el material donde estaba.
6. Si algún alumno incumpliera alguna de estas normas, se le podrá sancionar con poder entrar en el horario de recreo a jugar en el gimnasio/pistas, y a participar en las LIGAS INTERNAS.

## PROYECTO LIGAS DEPORTIVAS.

**Justificación:** con la intención de fomentar el deporte durante la hora del recreo nace esta iniciativa, con la idea de fomentar la participación, la autorregulación de la actividad física y el respeto a las reglas y los compañeros.

**Objetivo:** Aprovechar para realizar ejercicio físico la media hora libre del recreo, relacionando el tiempo libre con la actividad física, trasladando los objetivos de la asignatura al tiempo de ocio del alumno. Fomentar la participación, el respeto y la deportividad en los alumnos.

**Puesta en práctica:** Durante los recreos se realizan ligas de diferentes deportes, donde los alumnos se pueden organizar formando equipos variados y mixtos. Se desarrollarán partidos en forma de liga, donde todos los alumnos tienen asegurado un número mínimo de PARTIDOS.

## 12. BIBLIOGRAFÍA

- BLÁZQUEZ, D. Y SEBASTIÁN, E. (2009). Enseñar por competencias en Educación Física. Barcelona: Inde.
- CASADO, DÍAZ DEL CUETO y COBO. Nuevos fundamentos teóricos. Ed. Pila Teleña. Madrid 1999
- CASTEJÓN, F. J.; F. J. GIMÉNEZ; F. GIMÉNEZ, Y V. LÓPEZ, (2003). Iniciación deportiva. La enseñanza y el aprendizaje comprensivo en el deporte. Sevilla: Wanceulen.
- COLL, C. (2007). Las competencias en la educación escolar: algo más que una moda y mucho menos que un remedio. Aula de Innovación Educativa, 161.
- CONTRERAS, O. (1998). Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista. Barcelona: Inde.
- DELGADO, M. Y TERCEDOR, P. (2002) Estrategias de intervención en educación para la salud desde la E.F. Inde. Barcelona.
- DEVÍS DEVÍS J (coord., 2000). Actividad física, deporte y salud. Barcelona: Inde.
- DEVÍS, J Y PEIRÓ, C. (1992) Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: la salud y los juegos modificados. Inde publicaciones. Barcelona.
- SÁENZ-LÓPEZ, P. (1997) La educación física y su didáctica. Manual para el profesor. Wanceulem. Sevilla.
- SÁNCHEZ BAÑUELOS, F (1992) Bases para una didáctica de la educación física y el deporte. Gymnos.Madrid.
- UREÑA, F. La educación física en secundaria. Inde Zaragoza.

VERDÚ J. (2001) (coord.). Cuadernos de aula: Propuesta de Proyecto Curricular del área de Educación Física para la ESO. Consejería de Educación y Deportes del Gobierno de Canarias.2001.

# Índice de Contenido

<b>1. COMPETENCIAS BÁSICAS EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.</b>	<b>1</b>
CONTRIBUCION DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS.	1
<b>2. OBJETIVOS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESO.</b>	<b>3</b>
<b>3. BLOQUES DE CONTENIDOS DEL AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	<b>5</b>
<b>4. 1º ESO</b>	<b>6</b>
BLOQUES DE CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 1º ESO.	6
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU CONCRECIÓN.	7
RELACIÓN ESPECÍFICA CONTENIDOS,CRITERIOS Y ESTÁNDARES	
SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS EN 1º ESO	9
<b>2º DE ESO.</b>	<b>10</b>
BLOQUES DE CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 2º ESO.	10
CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA MATERIA PARA 2º ESO.	13
RELACIÓN ESPECÍFICA CONTENIDOS,CRITERIOS Y ESTÁNDARES	
SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS EN 2º DE ESO.	14
<b>3º DE ESO.</b>	<b>16</b>
BLOQUES DE CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 3º ESO.	16
CRITERIOS DE EVALUACION PARA 3º ESO.	18
RELACIÓN ESPECÍFICA CONTENIDOS,CRITERIOS Y ESTÁNDARES	
SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS EN 3º ESO	21
<b>4º DE ESO.</b>	<b>21</b>
BLOQUES DE CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA 4º ESO.	21
CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA MATERIA PARA 4º ESO.	23
RELACIÓN ESPECÍFICA CONTENIDOS,CRITERIOS Y ESTÁNDARES	
SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS EN 4º ESO	26
4.1 EDUCACIÓN FÍSICA BILINGÜE	
<b>5. CONTENIDOS MÍNIMOS</b>	<b>28</b>
CONTENIDOS MÍNIMOS PARA PRIMER CICLO ESO.	28
CONTENIDOS MÍNIMOS PARA 3º ESO.	28
CONTENIDOS MÍNIMOS PARA 4º ESO.	28
<b>6. METODOLOGÍA.</b>	<b>29</b>
<b>7.RECURSOS DIDÁCTICOS E INNOVACIÓN EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.</b>	<b>31</b>
<b>8. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DEL ALUMNADO.</b>	<b>32</b>
Adaptaciones curriculares para el alumnado con deficiencias motrices.	32
Adaptaciones curriculares para el alumnado con déficit sensorial.	32
Adaptaciones con alumnado asmático y con alteración estructural de la columna vertebral.	33
Adaptaciones curriculares para el alumnado con problemas de salud.	34
Adaptación de recursos dirigidos a los alumnos con NEE	34
Plan específico para el alumnado que no promocione de curso.	35
<b>9.PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACION EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.</b>	<b>35</b>
EVALUACIÓN Y PROMOCIÓN	35
CARACTERÍSTICAS DE LA EVALUACIÓN.	37
CALIFICACIÓN Y RECUPERACIÓN	37
PROGRAMA DE REFUERZO PARA LA RECUPERACIÓN DE APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS.(PENDIENTES).	39
<b>10.ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS</b>	<b>39</b>

<b>11.ANEXOS.</b> .....	<b>40</b>
11.A ORDEN 14 JULIO	
<u>11. B</u> PROYECTO LIGAS DEPORTIVAS. ....	41
<b>12.BIBLIOGRAFÍA</b> .....	<b>47</b>