

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO 2016-2017

EDUCACIÓN FÍSICA

E.S.O.

ÍNDICE

A. INTRODUCCIÓN

1. Las materias, módulos y, en su caso, ámbitos asignados al departamento.
2. Los miembros del departamento, con indicación de las materias, módulos y, en su caso, ámbitos, que imparten, y el grupo correspondiente.
3. Marco Legislativo.

B. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA E.S.O.

1. Características generales de los grupos de Secundaria.
2. OBJETIVOS
 - 2.1. Objetivos generales de materia y nivel
3. CONTENIDOS
 - 3.1. La materia de educación física en secundaria
 - 3.2. Los contenidos de la materia de educación física
 - 3.3. Contenidos, distribución temporal y atención a la diversidad en los diferentes cursos de la E.S.O.
 - 3.3.1. 1º ESO
 - 3.3.2. 2º ESO
 - 3.3.3. 3º ESO
 - 3.3.4. 4º ESO
 - 3.4. Elementos transversales
 - 3.5. Contenidos interdisciplinares
4. CONTRIBUCIÓN DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA A LAS COMPETENCIAS CLAVE
5. METODOLOGÍA Y RECURSOS DIDÁCTICOS.
 - 5.1. Metodología.
 - 5.2. Recursos didácticos.
6. EVALUACIÓN.
 - 6.1. Evaluación del proceso de aprendizaje.
 - 6.2. Los estándares de aprendizaje.
 - 6.3. Criterios de evaluación y su relación con las competencias clave.
Estándares de aprendizaje por cursos.
 - 6.4. Criterios de calificación, recuperación de un trimestre no superado, pruebas extraordinarias y programas de recuperación de los aprendizajes no adquiridos (materia pendiente)
 - 6.5. Evaluación de la programación didáctica y la práctica docente.
7. ACTIVIDADES QUE ESTIMULEN EL INTERÉS Y EL HÁBITO DE LA LECTURA Y EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA.
8. UTILIZACIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN
9. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

A. INTRODUCCIÓN

1. Las materias, módulos y, en su caso, ámbitos asignados al departamento.

La asignación de materias al departamento de Educación Física es la siguiente:

- 2 horas lectivas para la materia “educación física” en cada uno de los niveles de la E.S.O. (de 1º a 4º de la ESO):16 grupos
- 2 horas lectivas para la materia “educación física” en cada uno de los grupos primero de bachillerato: 5 grupos
- 4 horas lectivas para la materia “investigación en educación física” en el grupo de segundo bachillerato (materia optativa)
- 3 horas lectivas para la materia “atención educativa” distribuidas en la etapa de la E.S.O.
- 4 horas lectivas para la materia “valores éticos” en 3º de la E.S.O.
- 1 hora lectiva para la materia “educación para la ciudadanía y los derechos humanos” en 1º de bachillerato.

2. Los miembros del departamento, con indicación de las materias, módulos y, en su caso, ámbitos, que imparten, y el grupo correspondiente.

Jefe del Departamento: Ismael Valle Martos

- EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO A-B-C-D-E: 2 horas por grupo (total 10 horas semana).
- OPTATIVA 2º BACHILLERATO: 2 horas semana
- VALORES ÉTICOS 1º ESO A-B: 1 hora semana
- VALORES ÉTICOS 1º ESO C-D: 1 hora semana
- EDUCACIÓN PLÁSTICA Y VISUAL 1º ESO E: 2 horas semana.
- JEFATURA DEPARTAMENTO: 2 horas semana.
- COORDINADOR ÁREA: 2 horas semana

Profesor: Diego Reyes Rodríguez.

- 2º ESO A-B-C-D: 2 horas por grupo (total 8 horas semana).
- 4º ESO A-B-C-D: 2 horas por grupo (total 8 horas semana).

- TUTORÍA 4º ESO B: 2 horas semana.
- VALORES ÉTICOS: 3º A 1 horas semana.
- VALORES ÉTICOS: 4º B-C 1 horas semana.

Profesora: Sara Morey López*

- 3º ESO A-B-C-D: 2 horas por grupo (total 8 horas semana).
- 1º BACHILLERATO A-B-C-D-E: 2 horas por grupo (total 10 horas semana).
- TUTORÍA 3º ESO A: 2 horas semana.

POR PERMISO DE MATERINIDAD LA PROFESORA ES SUSTITUIDA HASTA DICIEMBRE POR D. MANUEL LARA TORRES.

3. Marco Legislativo

Para el diseño de la presente programación didáctica se han utilizado diferentes referentes:

- La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, en la redacción dada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.
- Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

B. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA E.S.O.

1. CARACTERÍSTICA GENERALES DE LOS GRUPOS DE LA E.S.O

Los alumnos de educación secundaria, a lo largo de esta etapa, se encuentran inmersos en un proceso de cambios psicofísicos, conocidos como pubertad y adolescencia.

En la pubertad los mayores cambios se van a producir a nivel biológico, realizándose estos de una forma brusca, dando lugar a una gran inestabilidad que indudablemente repercutirá en el conjunto de la personalidad del adolescente.

La adolescencia se muestra como una etapa de transición entre la pubertad y la edad adulta. Esto le otorga unas características específicas que conviene considerar.

Los cambios producidos en esta etapa, que afectan directamente al plano motor, hay que considerarlos en dos vertientes: la anatómico-funcional y la físico-sexual.

En el plano anatómico-funcional hay que destacar que a lo largo de la etapa ocurren los siguientes cambios: Maduración esquelética (aumento de la talla), aumento de la capacidad torácica, cambio funcional en el sistema neurovegetativo, aumento y estabilización del peso.

En el plano físico-sexual, la maduración de órganos y sistemas, originan conflictos entre sus impulsos, la imagen que tienen de sí mismos y las normas establecidas. Los alumnos y alumnas se ven obligados a reajustar su propia imagen y la de los demás. Se enfrentan casi repentinamente a su propio cuerpo, que ha crecido a veces vertiginosamente, presentándosele como algo extraño; y ello, en un mundo de objetos que también han adquirido un carácter nuevo, pudiéndose constatar la alta correlación entre la preocupación excesiva por el cuerpo y la adaptación psicosocial.

Todos estos cambios originan desajustes en la coordinación motriz y mayor vulnerabilidad en el desarrollo de algunas capacidades físicas; por lo que tanto aprendizajes motores, como desarrollo de capacidades físicas se ven alterados.

El crecimiento, los cambios fisiológicos y sexuales, van vinculados a cambios psíquicos, condicionando la preocupación por su imagen y lo que de ella piensen los demás, preocupación por el dominio espacio-temporal de su cuerpo y de lo que le rodea, así como por su salud.

La educación física en esta etapa, puede contribuir a superar estas preocupaciones, ofreciendo a los alumnos y alumnas los beneficios que el ejercicio físico produce sobre la estética corporal, la influencia sobre el aprendizaje de tareas motrices y de nuevas habilidades, poderío físico sobre el medio y conocimiento del funcionamiento de su cuerpo.

En cuanto a las características generales que presentan los alumnos y alumnas de 1º y 2º ciclo de la E.S.O. (12-14 y 14 -16 años), las podemos observar en las áreas que aparecen en el siguiente cuadro que hace referencia al desarrollo evolutivo de los alumnos de dichos ciclos.

AREAS	ALUMNOS DE 1º CICLO (12 – 14 AÑOS)
ÁREA BIOLÓGICA	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo de las funciones reproductivas, órganos sexuales y caracteres sexuales secundarios. - Incremento de las cualidades físicas básicas.
ÁREA COGNITIVA	<ul style="list-style-type: none"> - Perfeccionamiento del pensamiento y la percepción. - Utilización del método hipotético-deductivo y conceptos abstractos. - Interés por conocer cosas.
ÁREA AFEC./ SOCIAL	<ul style="list-style-type: none"> - Aparecen los antagonismos de sexo. - Búsqueda de un grupo de iguales. - La inestabilidad afectiva da lugar a conductas agresivas. - Existe necesidad de protagonismo.
ÁREA MOTRIZ	<ul style="list-style-type: none"> - Los cambios biológicos y fisiológicos conllevan descoordinación. - Los movimientos tienen una finalidad. - Diferencias entre unos chicos y otros según sus experiencias anteriores.

AREAS	ALUMNOS DE 2º CICLO (14 – 16 AÑOS)
ÁREA BIOLÓGICA	<ul style="list-style-type: none"> - Continúan los cambios fisiológicos - Su físico es similar al de un adulto - La fuerza relativa está en un periodo de regresión - Aumenta la capacidad de trabajo aeróbico.
ÁREA COGNITIVA	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento de la capacidad de elaboración y comprensión de conceptos - Capacidad de análisis de sus propios sentimientos - Aumento de la capacidad intelectual.
ÁREA AFEC./ SOCIAL	<ul style="list-style-type: none"> - Se pasa del gregarismo a una conducta solitaria - Atracción por el otro sexo - Rechazo del mundo adulto - Necesidad de autorrealización.

ÁREA MOTRIZ	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento de la capacidad de rendimiento - Superación del desajuste corporal, mejora la coordinación y precisión - Capacidad de realizar gestos técnicos complejos.
-------------	---

2. OBJETIVOS

En la programación didáctica en general, y en la de unidades didácticas en especial, el diseño hace referencia a la fase previa a la de desarrollo. A partir del análisis de toda una serie de variables se pasa a expresar las intenciones educativas y la manera en que el docente las llevará a la práctica. El diseño es, pues, un proceso mental y psicológico que realiza el programador o profesor a partir de toda una serie de condicionantes para construir una estructura que ha de servirle de guía de su actividad posterior que explicará de forma técnica y ordenada.

Pero antes del desarrollo o ejecución de lo previsto en la fase de diseño, es necesario tener una información sobre los cursos a los cuales vamos a impartir nuestras clases, conocer igualmente las características y posibilidades del departamento de educación física, así como los objetivos prescritos por la administración educativa.

2.1. Objetivos generales de materia y nivel.

2.1.1. Objetivos de materia.

Los objetivos que nos planteamos desde el área de educación física para la etapa de la E.S.O. son los siguientes:

1. Conocer los rasgos que definen una actividad física saludable y los efectos beneficiosos que ésta tiene para la salud individual y colectiva.
2. Valorar la práctica habitual y sistemática de actividades físicas como medio para mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

3. Realizar tareas dirigidas al incremento de las posibilidades de rendimiento motor, a la mejora de la condición física para la salud y al perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal, adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución.
4. Conocer y consolidar hábitos saludables, técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica físico-deportiva.
5. Planificar actividades que permitan satisfacer las necesidades en relación a las capacidades físicas y habilidades específicas a partir de la valoración de nivel inicial.
6. Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que tenga bajo impacto ambiental, contribuyendo a su conservación.
7. Conocer y realizar actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución.
8. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad.
9. Practicar y diseñar actividades expresivas con o sin base musical, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa.
10. Adoptar una actitud crítica ante el tratamiento del cuerpo, la actividad física y el deporte en el contexto social.

2.1.2. Objetivos de materia: 1º de E.S.O.

1. Conocer, practicar y valorar ejercicios de estiramientos, respiración y relajación como medios para bajar el nivel de activación específico muscular después de practicar actividad física.
2. Valorar las actividades deportivas como una forma de mejorar la salud y la calidad de vida.
3. Desarrollar y mejorar las cualidades coordinativas con el fin de crear la mayor disponibilidad motriz aceptando el nivel propio y de los demás.
4. Incrementar las posibilidades de rendimiento motor mediante el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas y el perfeccionamiento de sus funciones de ajuste, dominio y control corporal, desarrollando actitudes de autoexigencia, superación y autonomía en el proceso del propio desarrollo motor.
5. Conocer y llevar a la práctica los elementos reglamentarios y técnico-tácticos de los diferentes juegos y deportes desarrollados.

6. Experimentar actividades expresivas orientadas a favorecer una dinámica positiva del grupo, combinando distintos ritmos y manejo de diversos objetos en la realización de las mismas, así como mostrando una disposición favorable a la desinhibición.
7. Aplicar la conciencia corporal (postura, gesto y movimiento) a las actividades expresivas.
8. Utilizar el cuerpo, el espacio y el tiempo y sus combinaciones para la práctica y creación de actividades rítmicas con acompañamiento musical.
9. Conocer las actividades físico-deportivas en el medio natural: tierra, aire y agua.
10. Realizar recorridos a partir de la identificación de señales de rastreo, aceptando y respetando las normas para la conservación del medio urbano y natural.
11. Conocer y practicar diferentes juegos y deportes alternativos.
12. Establecer relaciones interpersonales de ayuda y cooperación en las actividades motrices desarrolladas, sin mostrar actitudes discriminatorias
13. Respetar las normas de clase, de seguridad y las propias de los juegos, actividades motrices y deportes llevados a la práctica.
14. Llevar a la práctica de forma autónoma los hábitos higiénicos y de cuidado corporal, valorando sus efectos sobre la salud

2.1.3. Objetivos de materia: 2º de E.S.O.

1. Conocer y llevar a la práctica ejercicios de calentamiento, de desarrollo de las cualidades físicas, valorando la actividad física como medio de mejora de la salud reconociendo los beneficios y perjuicios de determinados hábitos sobre la propia condición física.
2. Incrementar las posibilidades de rendimiento motor mediante el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas, controlando la intensidad del esfuerzo, desarrollando actitudes de autoexigencia, superación y autonomía en el proceso del propio desarrollo motor.
3. Conocer, practicar y valorar ejercicios de estiramientos, respiración y relajación como medios para bajar el nivel de activación específico muscular después de practicar actividad física.
4. Conocer y llevar a la práctica los elementos reglamentarios y técnico-tácticos de los diferentes juegos, actividades físicas y deportes desarrollados valorándolos como medios de mejora de la salud y la calidad de vida.
5. Desarrollar y mejorar las cualidades coordinativas con el fin de crear la mayor disponibilidad motriz aceptando el nivel propio y de los demás
6. Experimentar actividades expresivas orientadas a favorecer una dinámica positiva del grupo,

combinando distintos ritmos y manejo de diversos objetos en la realización de las mismas, así como mostrando una disposición favorable a la desinhibición

7. Utilizar el cuerpo, el espacio y el tiempo y sus combinaciones para la práctica y creación de actividades rítmicas con acompañamiento musical, conociendo y apreciando el valor de la cultura andaluza
8. Conocer y llevar a la práctica los aspectos fundamentales de organización, seguridad y funcionamiento de una ruta senderista en el medio natural, respetando el medio ambiente, valorándolo como un lugar rico para la realización de actividades físico-deportivas.
9. Establecer relaciones interpersonales de ayuda y cooperación en las actividades motrices desarrolladas, sin mostrar actitudes discriminatorias y respetando las características de cada uno.
10. Respetar las normas de clase, de seguridad y las propias de los juegos, actividades motrices y deportes llevados a la práctica.
11. Llevar a la práctica de forma autónoma los hábitos higiénicos y de cuidado corporal, valorando sus efectos sobre la salud

2.1.4. Objetivos de materia: 3º de E.S.O.

1. Conocer los efectos del calentamiento, así como pautas para su elaboración, llevándolos a la práctica, previo análisis de la actividad física que se realiza posteriormente.
2. Saber relacionar la mejora de las cualidades físicas relacionadas con la salud y la adaptación de los aparatos y sistemas del cuerpo humano, así como los efectos positivos de la actividad física sobre los mismos.
3. Conocer, practicar y valorar ejercicios de estiramientos, respiración y relajación como medios para liberar tensiones así como para bajar el nivel de activación específico muscular después de practicar actividad física.
4. Tomar conciencia de la alimentación y la actividad física, del equilibrio entre la ingesta y el gasto calórico, valorándolos como factor decisivo de la salud personal.
5. Conocer y llevar a la práctica los elementos reglamentarios y técnico-tácticos de los diferentes juegos, actividades físicas y deportes desarrollados, participando activamente.
6. Asumir la responsabilidad individual en una actividad colectiva, como condición indispensable para la consecución de un objetivo común.
7. Conocer y practicar juegos y deportes alternativos, valorando sus aspectos lúdicos y recreativos.
8. Conocer los aspectos culturales de bailes y danzas en relación a la expresión corporal

9. Utilizar el cuerpo, el espacio y el tiempo y sus combinaciones para la práctica y creación de actividades rítmicas y bailes con acompañamiento musical.
10. Experimentar actividades expresivas orientadas a favorecer una dinámica positiva del grupo, combinando distintos ritmos y manejo de diversos objetos en la realización de las mismas, así como mostrando una disposición favorable a la desinhibición
11. Realizar recorridos de orientación, a partir del uso de elementos básicos de orientación natural y de la utilización de mapas, conociendo y respetando las normas de seguridad
12. Establecer relaciones interpersonales de ayuda y cooperación en las actividades motrices desarrolladas, sin mostrar actitudes discriminatorias
13. Respetar las normas de clase, de seguridad y las propias de los juegos, actividades motrices y deportes llevados a la práctica.
14. Llevar a la práctica de forma autónoma los hábitos higiénicos y de cuidado corporal, valorando sus efectos sobre la salud

2.1.4. Objetivos de materia: 4º de E.S.O.

1. Realizar y practicar calentamientos de forma autónoma previo análisis de la actividad física que se realiza. El calentamiento como medio de prevención de lesiones.
2. Practicar y conocer sistemas y métodos de entrenamiento de las cualidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia.
3. Conocer los efectos del trabajo de resistencia aeróbica, de flexibilidad y de fuerza resistencia sobre el estado de salud: efectos beneficiosos, riesgos y prevención.
4. Elaborar y poner en práctica de un plan de trabajo de una de las cualidades físicas relacionadas con la salud.
5. Tomar conciencia de la propia condición física y predisposición a mejorarla.
6. Practicar actividades de relajación y respiración, aplicando técnicas y métodos de relajación de forma autónoma y valorando dichos métodos para aliviar tensiones de la vida cotidiana.
7. Valorar los efectos negativos de determinados hábitos (fumar, beber, sedentarismo,..) sobre la condición física y la salud, adoptando una actitud crítica ante dichos hábitos y frente al tratamiento de determinadas prácticas corporales por los medios de comunicación.
8. Conocer las primeras actuaciones ante las lesiones más comunes que pueden manifestarse en la práctica deportiva.
9. Practicar y conocer juegos y deportes individuales, de adversario y colectivos de ocio y recreación, llevando a cabo los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios.
10. Utilizar el cuerpo, el espacio y el tiempo y sus combinaciones para la práctica y creación de actividades rítmicas con acompañamiento musical.

11. Planificar y organizar torneos en los que se utilicen sistemas de puntuación que potencien las actitudes, los valores y el respeto de las normas.
12. Valorar los juegos y deportes como actividades físicas de ocio y tiempo libre y de sus diferencias respecto al deporte profesional.
13. Aceptar de las normas sociales y democráticas que rigen en un trabajo en equipo.
14. Adquirir directrices para el diseño de composiciones coreográficas, creando composiciones coreográficas colectivas con apoyo de una estructura musical incluyendo los diferentes elementos: espacio, tiempo e intensidad.
15. Conocer la relación entre la actividad física, la salud y el medio natural, participando en la organización de actividades de bajo impacto ambiental, en el medio terrestre o acuático.
16. Tomar conciencia del impacto que tienen algunas actividades físico-deportivas en el medio natural.
17. Establecer relaciones interpersonales de ayuda y cooperación en las actividades motrices desarrolladas, sin mostrar actitudes discriminatorias
18. Respetar las normas de clase, de seguridad y las propias de los juegos, actividades motrices y deportes llevados a la práctica.
19. Llevar a la práctica de forma autónoma los hábitos higiénicos y de cuidado corporal, valorando sus efectos sobre la salud

3. CONTENIDOS

3.1. La materia de educación física en secundaria.

La sociedad actual demanda la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación, aquellos conocimientos, destrezas y capacidades que se relacionan con el cuerpo y la actividad motriz, contribuyendo de forma armónica al desarrollo personal y a una mejora de la calidad de vida. Como respuesta a esta demanda social, las acciones educativas orientadas al cuidado del cuerpo, de la salud, de la mejora corporal y de la utilización constructiva del ocio, han de tenerse en cuenta en la materia de educación física.

Ésta materia, en la enseñanza obligatoria, tiene en el cuerpo y en el movimiento los ejes básicos de la acción educativa. La educación física ha de promover y facilitar que alumnos y alumnas adquieran una comprensión significativa de su cuerpo y de sus posibilidades, a fin de conocer y dominar actuaciones diversas que les permitan su desenvolvimiento de forma normalizada en el medio, mejorar las condiciones de vida, disfrutar del ocio y establecer ricas y fluidas interrelaciones con los demás. Se debe resaltar la importancia educativa del conocimiento corporal vivenciado y de sus posibilidades lúdicas, expresivas y comunicativas: así como la

importancia de la aceptación del propio cuerpo y de utilizarlo eficazmente.

El ejercicio físico es fundamental para el desarrollo de las potencialidades de los alumnos, por sus efectos beneficiosos sobre la salud. Por ello son necesarias acciones educativas para consolidar hábitos duraderos: una correcta alimentación, la defensa del medio ambiente, vida en la naturaleza, descansos apropiados, hábitos de higiene corporal, etc., que incidirán de forma más favorable en el desarrollo y mejora de la educación de las alumnas y alumnos, que si se hiciera sólo con la práctica del ejercicio.

En consecuencia, hay que situar la Educación Física en el contexto general de desarrollo de la persona, dándole el verdadero sentido, de educar a. través del cuerpo, sirviéndose de él y de sus posibilidades de movimiento para lograr objetivos educativos de carácter más amplio.

3.2. Los contenidos de la materia de educación física

Las características de los alumnos de Educación Secundaria, en cuanto a edad, intereses y motivaciones, hacen que la Educación Física se plantee de distinta manera que en la etapa de Primaria. Los contenidos de la materia se deben concretar y agrupar de manera que cada alumno los pueda trabajar en función de sus posibilidades y limitaciones, sin descuidar ninguno de los aspectos básicos que han de intervenir en su educación integral.

El cuerpo y el movimiento son los elementos a educar, pero se debe hacer consciente al alumno de cuáles son los mecanismos que le permiten ejecutar dichos movimientos y controlarlos. Así también, debe saber *qué* es lo que debe trabajar, *cómo* lo ha de hacer, *qué* efectos tiene sobre el organismo, *cuándo*, *cuánto*, *qué* objetivos pretende conseguir y *cómo* los evaluará. Es decir, se le debe hacer consciente de todo su proceso de enseñanza aprendizaje.

Para ello es importante tener bien organizados los contenidos que se quieran trabajar en cada etapa, aunque su planteamiento sea flexible y adaptable a las características de los alumnos, del centro, del material y de las instalaciones con las que se cuente.

Teniendo en cuenta estas consideraciones, los contenidos se organizan alrededor de cuatro grandes bloques:

- Bloque 1: Condición física y salud.
- Bloque 2: Juegos y deportes.
- Bloque 3: Expresión corporal.
- Bloque 4: Actividades en el medio natural.

El bloque Condición física y salud agrupa contenidos relativos a la salud física, hábitos de ejercicio físico y de práctica deportiva que inciden en el desarrollo de las capacidades físicas del individuo para la mejora de su calidad de vida y en el empleo constructivo del tiempo libre.

El bloque Juegos y deportes tiene sentido en la Educación física por su carácter educativo, por ser un instrumento adecuado para la mejora de las capacidades que pretende esta materia y porque supone actividades que fomentan la colaboración, la participación y el desarrollo de actitudes dirigidas hacia la solidaridad, la cooperación y la no discriminación.

En el bloque 3, Expresión corporal, se hallan incorporados los contenidos destinados a aprender a expresar y a comunicar mediante el cuerpo, emociones, sentimientos e ideas a través de diferentes técnicas. La orientación lúdica y emocional facilita su utilización como fuente de disfrute y enriquecimiento personal.

Los contenidos incluidos en el bloque 4, Actividades en el medio natural, constituyen una oportunidad para que el alumnado interaccione directamente con un entorno que le es conocido y en el que se desarrolla buena parte de la actividad física y valore su conservación mediante actividades sencillas y seguras.

Los diferentes bloques, cuya finalidad no es otra que la de estructurar los contenidos de la materia, presentan de forma integrada bloques de contenidos, destrezas y habilidades así como actitudes y valores. La propuesta de secuencia tiende a conseguir una progresiva autonomía por parte del alumnado que debería llegar al finalizar la etapa a planificar de forma reflexiva su propia actividad física.

3.3. Contenidos, atención a la diversidad y distribución temporal en los diferentes cursos de la ESO

3.3.1. CURSO 1º ESO

CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1: "Condición Física y Salud" (Tema 1-2-3 libro texto)

Bloques de contenidos

- Los sistemas anatómico-funcionales implicados en la actividad física
- El calentamiento general y la vuelta a la calma (estiramientos y respiración)
- Cualidades físicas básicas. Beneficios de la actividad física sobre el organismo.
- Hábitos positivos y negativos para la salud. De ejercicio físico (el calentamiento, la vuelta a la calma, Higiénicos de cuidado corporal (Aseo). Posturales: De la vida cotidiana. Ejercicios contraindicados. De Alimentación: La dieta. La pirámide nutricional. El sobrepeso

Destrezas y habilidades

- El calentamiento general y la vuelta a la calma (estiramientos y respiración).
- Juegos motores que implican diferentes cualidades físicas básicas
- Tests motores (Fuerza, Velocidad, Resistencia, Flexibilidad, Coordinación, Equilibrio).
- Utilización de la frecuencia cardíaca como indicador del esfuerzo
- Aplicación del Test de Rufier-Dickson.
- Hábitos de ejercicio físico, higiénicos, posturales, etc.

Actitudes y valores

- Valoración de hábitos positivos y negativos para la salud como aspectos a tener presentes.
- Respeto a normas de clase, reglas de los juegos y actividades.
- Aceptación de uno mismo y de los demás.

UNIDAD DIDÁCTICA 2: "Los bailes populares": Las Sevillanas. La primera (Apuntes)

Bloques de contenidos

- Relación entre la originalidad, la creatividad y la motivación de todo el proceso expresivo
- Los distintos ejes y planos en el espacio.
- Los pasos y técnicas de las sevillanas: "la primera".
- El significado del baile de las sevillanas.

Destrezas y habilidades

- Aprendizaje y adaptación de los pasos de las sevillanas a diferentes ritmos y frecuencias.
- Utilización de las diferentes trayectorias, direcciones, ejes y planos en diferentes espacios y tiempos.
- Experimentación de la riqueza expresiva del cuerpo aceptando la propia imagen y perdiendo miedo al ridículo.
- Practica de los distintos pasos de las sevillanas: "la primera".

Actitudes y valores

- Valoración de los usos expresivos y comunicativos del cuerpo.
- Apreciación de los valores estéticos propios y de los demás, aceptando la propia imagen corporal.
- Favorecer las relaciones entre los miembros del grupo
- Eliminación de inhibiciones y complejos.
- Valoración de la riqueza y la cultura de la tierra andaluza.

UNIDAD DIDÁCTICA 3: "El atletismo" (Tema 4 libro texto)

Bloques de contenidos

- Aspectos técnico-tácticos y reglamentarios fundamentales del Atletismo.

Destrezas y habilidades

- Juegos de carreras, saltos y lanzamientos.
- Desarrollo de aspectos técnicos de habilidades atléticas.

Actitudes y valores

- Valoración de los principios de “juego limpio”: honestidad, igualdad, aceptación de la derrota y la victoria.
- Coeducación, integración, tolerancia, ayuda.
- Normas de clase, de seguridad y reglas de los juegos.

UNIDAD DIDÁCTICA 4: “Habilidades gimnásticas y acrobáticas” (Tema 5 del libro de texto).

Bloques de contenidos

- Aspectos básicos históricos, reglamentarios y técnicos de las habilidades gimnásticas.
- La rueda lateral, los volteos y el equilibrio invertido.

Destrezas y habilidades

- Aspectos técnicos de los diferentes elementos gimnásticos.
- Experimentación de los diferentes elementos gimnásticos.
- Dominio de los diferentes elementos gimnásticos.

Actitudes y valores

- Valoración de la propia habilidad como punto de partida para la superación personal.
- Valoración de la variedad, intensidad y posibilidades del trabajo de habilidades gimnásticas.
- Autocontrol, superación de miedos e inhibiciones motrices.
- Valoración de la existencia de diferentes niveles de destreza, tanto en lo que concierne a sí mismo como a los otros.
- Respeto de todos los compañeros con independencia de sus cualidades motrices.
- Cooperación con los compañeros para la consecución de metas comunes.
- Respeto de las normas de higiene, prevención y seguridad en la práctica de la actividad física.

UNIDAD DIDÁCTICA 5: “Juegos y deportes colectivos” (Tema 6 del libro de texto)

Bloques de contenidos

- Aspectos básicos reglamentarios y técnico-tácticos de los deportes colectivos

Destrezas y habilidades

- Aspectos técnico-tácticos individuales y grupales en situaciones globales

- Pruebas de habilidades específicas de los deportes colectivos
- Práctica de competición deportiva en situaciones reducidas

Actitudes y valores

- Valoración del carácter lúdico-recreativo de los deportes de equipo, se gane o se pierda, no permitiendo ningún tipo de discriminación por razón de capacidad, sexo, etc
- Aceptación y respeto de las normas de clase y las reglas específicas de los juegos deportivos practicados
- Valoración y aceptación de los hábitos higiénicos de cuidado corporal
- Participación activa en las actividades propuestas

UNIDAD DIDÁCTICA 6: “Jugamos al baloncesto” (Tema 7 del libro de texto)

Bloques de contenidos

- Aspectos básicos reglamentarios y técnico-tácticos del baloncesto.

Destrezas y habilidades

- Aspectos técnico-tácticos individuales y grupales en situaciones globales
- Pruebas de habilidades específicas del baloncesto
- Práctica de competición deportiva en situaciones reducidas

Actitudes y valores

- Valoración del carácter lúdico-recreativo de los deportes de equipo, se gane o se pierda, no permitiendo ningún tipo de discriminación por razón de capacidad, sexo, etc
- Aceptación y respeto de las normas de clase y las reglas específicas de los juegos deportivos practicados
- Valoración y aceptación de los hábitos higiénicos de cuidado corporal
- Participación activa en las actividades propuestas

UNIDAD DIDÁCTICA 7: “La expresión de nuestro cuerpo: Ritmo y coreografías” (Tema 8 del libro de texto).

Bloques de contenidos

- La danza. Concepto y pasos básicos. Estructuración musical

Destrezas y habilidades

- Ajuste de movimientos a diferentes esquemas rítmicos: Coordinación
- Práctica de Pasos Básicos de danzas sencillas y sus enlaces
- Práctica de diferentes danzas y ritmos del mundo

-Creación de coreografías sencillas mediante nuevos pasos

Actitudes y valores

-Participación y desinhibición

-Relaciones interpersonales de cooperación, ayuda e igualdad

-Actitud crítica ante prejuicios sexistas

-Hábitos higiénicos de cuidado corporal

UNIDAD DIDÁCTICA 8: “Jugamos en el medio natural” (Tema 9 del libro de texto)

Bloques de contenidos

- Diferencia entre el medio urbano y el medio rural.

- Características de ambos.

- Las actividades físicas en la naturaleza.

- La orientación en el medio natural: características y modalidades.

Destrezas y habilidades

-La orientación en el medio natural.

- Aspectos técnicos del deporte de orientación.

- Practicar diferentes tipos de juegos y actividades relacionadas con el entorno natural.

Actitudes y valores

-Respeto y valoración del entorno natural.

- Desarrollar capacidad crítica respecto a los abusos que se hacen del medio natural.

- Adoptar y respetar las normas básicas de seguridad en el entorno natural.

UNIDAD DIDÁCTICA 9: “Los juegos y deportes alternativos: slikline, unihockey, diábolo”

(Apuntes)

Bloques de contenidos

-Aspectos básicos históricos, reglamentarios y técnicos de los diferentes juegos y deportes alternativos propuestos.

Destrezas y habilidades

-Aspectos técnicos individuales y grupales del unihockey.

-Experimentación de diferentes tipos de equilibrios y aplicación al deporte del slikline.

-Dominio de diferentes tipos de trucos en el diábolo.

Actitudes y valores

-Valoración de la propia habilidad como punto de partida para la superación personal.

-Valoración de la variedad, intensidad y posibilidades de las diferentes actividades propuestas.

- Autocontrol, superación de miedos e inhibiciones motrices.
- Valoración de la existencia de diferentes niveles de destreza, tanto en lo que concierne a sí mismo como a los otros.
- Respeto de todos los compañeros con independencia de sus cualidades motrices.
- Cooperación con los compañeros para la consecución de metas comunes.
- Respeto de las normas de higiene, prevención y seguridad en la práctica de la actividad física.

DISTRIBUCIÓN TEMPORAL 1º de E.S.O.

RELACIÓN UNIDADES DIDÁCTICAS
UNIDAD DIDÁCTICA 1: "Condición Física y Salud"
UNIDAD DIDÁCTICA 2: "Los bailes populares": Las Sevillanas. La primera
UNIDAD DIDÁCTICA 3: "El atletismo"
UNIDAD DIDÁCTICA 4: "Habilidades gimnásticas y acrobáticas"
UNIDAD DIDÁCTICA 5: "Juegos y deportes colectivos"
UNIDAD DIDÁCTICA 6: "Jugamos al baloncesto"
UNIDAD DIDÁCTICA 7: "La expresión de nuestro cuerpo: Ritmo y coreografías"
UNIDAD DIDÁCTICA 8: "Jugamos en el medio natural"
UNIDAD DIDÁCTICA 9: "Los juegos y deportes alternativos: slipline, unihokey, diábolo"

TEMPORALIZACIÓN UNIDADES DIDÁCTICAS	
PRIMER TRIMESTRE	U.D. 1-2-5
SEGUNDO TRIMESTRE	U.D. 3-4-6
TERCER TRIMESTRE	U.D. 7-8-9

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD 1º de E.S.O.

Hablar de atención a la diversidad en la escuela implica constatar que el alumnado presenta la misma diversidad que encontramos en la sociedad. La diversidad está presente desde diversos puntos de vista: geográfico, cultural, social, económico, etc.; pero también por causas familiares, por caracteres individuales, etc. Respetar las diferencias y no convertirlas en desigualdades, ha de ser el propósito de la escuela.

El planteamiento de un currículo abierto y flexible permite y exige al profesorado adecuar la docencia a las características individuales de su alumnado y a la realidad educativa de su centro.

Enlazando con la etapa educativa anterior, la E.S.O. adopta un currículo ampliamente

diversificado que intenta responder a la progresiva diferenciación de intereses, capacidades y necesidades de su alumnado.

Como en todas las materias, en la educación física, el diferente nivel de aprendizajes con el que acceden los alumnos y alumnas será una causa de diversidad importante.. Esta realidad requerirá una buena detección a través de la evaluación inicial y una serie de adaptaciones, que presentamos a continuación:

1. Programación de *actividades de refuerzo* sobre los contenidos más básicos, necesarios para la asimilación de los nuevos aprendizajes.
2. Programación de *actividades de ampliación*, y que han de atender las necesidades de ciertos alumnos con intereses concretos o un ritmo de aprendizaje rápido. En este sentido es conveniente proponer actividades a realizar en el tiempo libre, que pueden tener un carácter voluntario.
3. Elección de metodologías que permitan el aprendizaje autónomo de los alumnos y alumnas, a través de la práctica individual o en grupos homogéneos.
4. La selección y medio de transmisión de la información, la distribución del tiempo de práctica, la organización de los alumnos y alumnas o la adaptación de los materiales didácticos, serán aspectos a programar teniendo en cuenta la diversidad existente.

Programas de adaptación curricular

La adaptación curricular es una medida de modificación de los elementos del currículo, a fin de dar respuesta al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (Orden de 25 de julio de 2008).

Destacamos los siguientes tipos:

- a) Adaptaciones curriculares **no significativas**, cuando el desfase curricular con respecto al grupo de edad del alumnado es poco importante. Afectará a los elementos del currículo que se consideren necesarios, metodología y contenidos, pero sin modificar los objetivos de la etapa educativa ni los criterios de evaluación.
- b) Adaptaciones curriculares **significativas**, cuando el desfase curricular con respecto al grupo de edad del alumnado haga necesaria la modificación de los elementos del currículo, incluidos los objetivos de la etapa y los criterios de evaluación.

Alumnado Exento de práctica física:

A los alumnos/as que por motivos debidamente justificados no puedan realizar actividad física temporalmente se les adaptará el currículo, reduciendo su porcentaje de destrezas y habilidades aumentando su carga respecto a los bloques de contenidos así como la parte de actitudes y valores. Realizará aquellas actividades que no afecten negativamente a la patología o enfermedad que presente.

Proponemos a continuación algunas posibilidades de actuación:

- Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están llevando a cabo, con la posibilidad de exponerlos a sus compañeros.
- Elaboración de diario de clase según “modelo de sesión para exentos de práctica”
- Elaboración de apuntes de la materia.
- Implicación en las actividades deportivas, ejerciendo roles diferentes al de deportista (p.e. como árbitro, anotador, etc).
- Dirección de actividades a sus compañeros.

3.3.2. 2º de E.S.O.

CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1: "Condición Física y Salud"

Bloques de contenidos

- Los sistemas anatómico-funcionales implicados en la actividad física
- El calentamiento general y la vuelta a la calma (estiramientos y respiración)
- Cualidades físicas básicas. Beneficios de la actividad física sobre el organismo.
- Hábitos positivos y negativos para la salud. De ejercicio físico (el calentamiento, la vuelta a la calma, Higiénicos de cuidado corporal (Aseo). Posturales: De la vida cotidiana. Ejercicios contraindicados. De Alimentación: La dieta. La pirámide nutricional. El sobrepeso

Destrezas y habilidades

- El calentamiento general y la vuelta a la calma (estiramientos y respiración)
- Juegos motores que implican diferentes cualidades físicas básicas
- Tests motores (Fuerza, Velocidad, Resistencia, Flexibilidad, Coordinación, Equilibrio).
- Utilización de la frecuencia cardíaca como indicador del esfuerzo

- Aplicación del Test de Ruffier-Dickson
- Hábitos de ejercicio físico, higiénicos, posturales, etc.

Actitudes y valores

- Valoración de hábitos positivos y negativos para la salud como aspectos a tener presentes
- Respeto a normas de clase, reglas de los juegos y actividades
- Aceptación de uno mismo y de los demás.

UNIDAD DIDÁCTICA 2: “Step”

Bloques de contenidos

- Step. Concepto y pasos básicos. Estructuración musical

Destrezas y habilidades

- Ajuste de movimientos a diferentes esquemas rítmicos: Coordinación
- Práctica de Pasos Básicos de step y sus enlaces
- Creación de coreografías sencillas mediante nuevos pasos

Actitudes y valores

- Participación y desinhibición
- Relaciones interpersonales de cooperación, ayuda e igualdad
- Actitud crítica ante prejuicios sexistas
- Hábitos higiénicos de cuidado corporal

UNIDAD DIDÁCTICA 3: “Deportes de adversario: Bádminton y tenis de mesa”.

Bloques de contenidos

- Clasificación de los deportes de adversario.
- Fundamentos técnico-tácticos del bádminton y el tenis de mesa

Destrezas y habilidades

- Desarrollar las capacidades físicas básicas y las cualidades motrices a través de las habilidades específicas de los deportes de adversario e iniciarse en el bádminton y el tenis de mesa.
- Practicar las habilidades técnicas básicas del bádminton y el tenis de mesa
- Conocer y poner en práctica las reglas fundamentales del bádminton y el tenis de mesa.

Actitudes y valores

- Descubrir los deportes de adversario como una actividad generadora de relaciones amistosas además de una alternativa activa de mantener la condición física y la salud.
- Desarrollar actitudes de colaboración, trabajo en equipo e integración de todos los compañeros con independencia de su nivel de ejecución.

-Descubrir en el adversario y en el árbitro los elementos indispensables que posibilitan la competición y no como enemigo a batir y un juez al que hay que engañar.

UNIDAD DIDÁCTICA 4: “Acrosport”

Bloques de contenidos

-Conocimiento del deporte del acrosport como medio para desarrollar capacidades como la fuerza y el equilibrio.

Destrezas y habilidades

-Construcción de formaciones humanas

-Práctica de actividades progresivas para el aprendizaje de habilidades específicas del deporte (portor – ágil)

Actitudes y valores

-Autosuperación y exigencia

-Respeto a normas propias de la actividad

-Cooperación

UNIDAD DIDÁCTICA 5: “Juegos y deportes colectivos: Rugby”.

Bloques de contenidos

-Aspectos básicos reglamentarios y técnico-tácticos de los deportes colectivos

Destrezas y habilidades

-Aspectos técnico-tácticos individuales y grupales en situaciones globales

-Pruebas de habilidades específicas de los deportes colectivos

-Práctica de competición deportiva en situaciones reducidas

Actitudes y valores

-Valoración del carácter lúdico-recreativo de los deportes de equipo, se gane o se pierda, no permitiendo ningún tipo de discriminación por razón de capacidad, sexo, etc

-Aceptación y respeto de las normas de clase y las reglas específicas de los juegos deportivos practicados

-Valoración y aceptación de los hábitos higiénicos de cuidado corporal

- Participación activa en las actividades propuestas

UNIDAD DIDÁCTICA 6: “Juegos y deportes colectivos: Baloncesto”.

Bloques de contenidos

-Aspectos básicos reglamentarios y técnico-tácticos de los deportes colectivos

Destrezas y habilidades

- Aspectos técnico-tácticos individuales y grupales en situaciones globales
- Pruebas de habilidades específicas de los deportes colectivos
- Práctica de competición deportiva en situaciones reducidas

Actitudes y valores

- Valoración del carácter lúdico-recreativo de los deportes de equipo, se gane o se pierda, no permitiendo ningún tipo de discriminación por razón de capacidad, sexo, etc
- Aceptación y respeto de las normas de clase y las reglas específicas de los juegos deportivos practicados
- Valoración y aceptación de los hábitos higiénicos de cuidado corporal
- Participación activa en las actividades propuestas

UNIDAD DIDÁCTICA 7: “Nuevos deportes: Kinball”

Bloques de contenidos

Aspectos básicos reglamentarios y técnico-tácticos del kinball.

Destrezas y habilidades

- Aspectos técnico-tácticos individuales y grupales en situaciones globales
- Pruebas de habilidades específicas de los deportes colectivos
- Práctica de competición deportiva en situaciones reducidas

Actitudes y valores

- Valoración del carácter lúdico-recreativo de los deportes de equipo, se gane o se pierda, no permitiendo ningún tipo de discriminación por razón de capacidad, sexo, etc
- Aceptación y respeto de las normas de clase y las reglas específicas de los juegos deportivos practicados
- Valoración y aceptación de los hábitos higiénicos de cuidado corporal
- Participación activa en las actividades propuestas

UNIDAD DIDÁCTICA 8: “Equilibrio: slackline”

Bloques de contenidos

-Equilibrio. Concepto. Clasificación. Factores de los que depende.

Destrezas y habilidades

- Práctica de actividades progresivas para el aprendizaje de habilidades de equilibrio.
- Práctica y vivencia de la actividad del slackline.

Actitudes y valores

- Autosuperación y exigencia
- Respeto a normas propias de la actividad
- Cooperación y ayuda

UNIDAD DIDÁCTICA 9: “Teatro de sombras”

Bloques de contenidos

- Concepto de expresión corporal: el lenguaje del gesto y el movimiento

Destrezas y habilidades

- Juegos expresivos (estados de ánimo, imitaciones, sensaciones,.....)
- Exploración expresiva del cuerpo, del espacio, del tiempo y la intensidad
- Creaciones expresivas

Actitudes y valores

- Desinhibición, espontaneidad, expresividad
- Participación activa
- Hábitos de higiene y cuidado corporal

DISTRIBUCIÓN TEMPORAL 2º de E.S.O.

RELACIÓN UNIDADES DIDÁCTICAS
UNIDAD DIDÁCTICA 1: "Condición Física y Salud"
UNIDAD DIDÁCTICA 2: “Step”
UNIDAD DIDÁCTICA 3: “Deportes de adversario: Bádminton y tenis de mesa”.
UNIDAD DIDÁCTICA 4: “Acrosport”
UNIDAD DIDÁCTICA 5: “Juegos y deportes colectivos: Rugby”.
UNIDAD DIDÁCTICA 6: “Juegos y deportes colectivos: Baloncesto”.
UNIDAD DIDÁCTICA 7: “Nuevos deportes: Kinball”
UNIDAD DIDÁCTICA 8: “Equilibrio: slackline”
UNIDAD DIDÁCTICA 9: “Teatro de sombras”

TEMPORALIZACIÓN UNIDADES DIDÁCTICAS	
PRIMER TRIMESTRE	U.D. 1-2-3
SEGUNDO TRIMESTRE	U.D. 4-5-6

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD 2º de E.S.O.

Hablar de atención a la diversidad en la escuela implica constatar que el alumnado presenta la misma diversidad que encontramos en la sociedad. La diversidad está presente desde diversos puntos de vista: geográfico, cultural, social, económico, etc.; pero también por causas familiares, por caracteres individuales, etc. Respetar las diferencias y no convertirlas en desigualdades, ha de ser el propósito de la escuela.

El planteamiento de un currículo abierto y flexible permite y exige al profesorado adecuar la docencia a las características individuales de su alumnado y a la realidad educativa de su centro.

Enlazando con la etapa educativa anterior, la E.S.O. adopta un currículo ampliamente diversificado que intenta responder a la progresiva diferenciación de intereses, capacidades y necesidades de su alumnado.

Como en todas las materias, en la educación física, el diferente nivel de aprendizajes con el que acceden los alumnos y alumnas será una causa de diversidad importante.. Esta realidad requerirá una buena detección a través de la evaluación inicial y una serie de adaptaciones, que presentamos a continuación:

5. Programación de *actividades de refuerzo* sobre los contenidos más básicos, necesarios para la asimilación de los nuevos aprendizajes.
6. Programación de *actividades de ampliación*, y que han de atender las necesidades de ciertos alumnos con intereses concretos o un ritmo de aprendizaje rápido. En este sentido es conveniente proponer actividades a realizar en el tiempo libre, que pueden tener un carácter voluntario.
7. Elección de metodologías que permitan el aprendizaje autónomo de los alumnos y alumnas, a través de la práctica individual o en grupos homogéneos.
8. La selección y medio de transmisión de la información, la distribución del tiempo de práctica, la organización de los alumnos y alumnas o la adaptación de los materiales didácticos, serán aspectos a programar teniendo en cuenta la diversidad existente.

Programas de adaptación curricular

La adaptación curricular es una medida de modificación de los elementos del currículo, a fin de dar respuesta al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (Orden de 25 de julio de 2008).

Destacamos los siguientes tipos:

- a) Adaptaciones curriculares **no significativas**, cuando el desfase curricular con respecto al grupo de edad del alumnado es poco importante. Afectará a los elementos del currículo que se consideren necesarios, metodología y contenidos, pero sin modificar los objetivos de la etapa educativa ni los criterios de evaluación.
- b) Adaptaciones curriculares **significativas**, cuando el desfase curricular con respecto al grupo de edad del alumnado haga necesaria la modificación de los elementos del currículo, incluidos los objetivos de la etapa y los criterios de evaluación.

Alumnado Exento de práctica física:

A los alumnos/as que por motivos debidamente justificados no puedan realizar actividad física temporalmente se les adaptará el currículo, reduciendo su porcentaje de destrezas y habilidades aumentando su carga respecto a los bloques de contenidos así como la parte de actitudes y valores. Realizará aquellas actividades que no afecten negativamente a la patología o enfermedad que presente.

Proponemos a continuación algunas posibilidades de actuación:

- Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están llevando a cabo, con la posibilidad de exponerlos a sus compañeros.
- Elaboración de diario de clase según “modelo de sesión para exentos de práctica”
- Elaboración de apuntes de la materia.
- Implicación en las actividades deportivas, ejerciendo roles diferentes al de deportista (p.e. como árbitro, anotador, etc).
- Dirección de actividades a sus compañeros.

3.3.3 CURSO 3º de E.S.O.

CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1: "Condición Física y Salud"

Bloques de contenidos

- El calentamiento: fundamentos y tipos.
- El concepto de condición física.
- Las capacidades físicas básicas: concepto y clasificación.
- Fundamentos biológicos de la conducta motriz:

- Anatomía del aparato locomotor.
- Anatomía y funcionamiento del sistema respiratorio y circulatorio.
- La actividad física y su relación con la salud: sus efectos, la postura y la higiene.

Destrezas y habilidades

- Realización de calentamientos generales autodirigidos.
- Acondicionamiento físico general (flexibilidad, resistencia aeróbica y fuerza general).
- Tests motores (Fuerza, Velocidad, Resistencia, Flexibilidad, Coordinación, Equilibrio).
- Utilización de la frecuencia cardíaca como indicador del esfuerzo
- Aplicación de sistemas para el desarrollo de la resistencia aeróbica.
- Aplicación de sistemas y actividades específicas para el desarrollo de la velocidad, tanto en el aspecto de frecuencia como de reacción.
- Aplicación de sistemas y actividades específicas para el desarrollo de la fuerza de construcción y de la fuerza rápida.
- Aplicación de sistemas y actividades específicas para el desarrollo de la Flexibilidad.

Actitudes y valores

- Consolidación del hábito de prepararse para actividades más intensas y complejas.
- Toma de conciencia de la propia condición física.
- Valoración y aceptación de la propia imagen corporal, de sus límites y capacidades.
- Valoración de los efectos positivos de los hábitos higiénicos.
- Respeto de las normas de higiene, prevención y seguridad en la práctica de la actividad física.

UNIDAD DIDÁCTICA 2: “Balonmano”

Bloques de contenidos

- Aspectos históricos, reglamentarios y técnico-tácticos del balonmano.

Destrezas y habilidades

- Aspectos técnico-tácticos individuales (regate, lanzamiento,...) y grupales (pase,..) en situaciones globales
- Actividades y juegos de balonmano.
- Pruebas de habilidades específicas de balonmano.
- Sistemas de juego
- Práctica de competición deportiva

Actitudes y valores

- Valoración del carácter lúdico-recreativo de los deportes de equipo, se gane o se pierda, no permitiendo ningún tipo de discriminación por razón de capacidad, sexo, ...

- Aceptación y respeto de las normas de clase y las reglas específicas de los juegos deportivos practicados
- Valoración de los hábitos higiénicos de cuidado corporal
- Autonomía en el aseo personal y cambio de vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA 3: “Hockey”

Bloques de contenidos

- Aspectos básicos reglamentarios y técnico-tácticos del Hockey.

Destrezas y habilidades

- Aspectos técnico-tácticos individuales (conducción, tiro,...) y grupales (pase,..) en situaciones globales
- Juegos de unihockey
- Pruebas de habilidades específicas del hockey
- Práctica de competición deportiva en situaciones reducidas

Actitudes y valores

- Valoración del carácter lúdico-recreativo de los deportes de equipo, se gane o se pierda, no permitiendo ningún tipo de discriminación por razón de capacidad, sexo, etc.
- Aceptación y respeto de las normas de clase y las reglas específicas de los juegos deportivos practicados
- Valoración de los hábitos higiénicos de cuidado corporal
- Autonomía en el aseo personal y cambio de vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA 4: “Los Juegos Olímpicos”

Bloques de contenidos

- Aspectos históricos de los juegos olímpicos. Valores del olimpismo.

Destrezas y habilidades

- Aspectos técnico-tácticos individuales de diferentes modalidades deportivas de los Juegos Olímpicos.
- Práctica de competición deportiva

Actitudes y valores

- Valoración del carácter lúdico-recreativo de los deportes, se gane o se pierda, no permitiendo ningún tipo de discriminación por razón de capacidad, sexo, ...

- Aceptación y respeto de las normas de clase y las reglas específicas de los juegos deportivos practicados
- Valoración de los hábitos higiénicos de cuidado corporal
- Autonomía en el aseo personal y cambio de vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA 5: “Expresión corporal”

Bloques de contenidos

- Concepto de expresión corporal: el lenguaje del gesto y el movimiento
- La danza. Concepto y pasos básicos. Estructuración musical

Destrezas y habilidades

- Juegos expresivos (estados de ánimo, imitaciones, sensaciones,.....)
- Exploración expresiva del cuerpo, del espacio, del tiempo y la intensidad
- Ajuste de movimientos a diferentes esquemas rítmicos: Coordinación
- Práctica de Pasos Básicos de danzas sencillas y sus enlaces
- Práctica de diferentes danzas y ritmos del mundo
- Creación de coreografías sencillas mediante nuevos pasos

Actitudes y valores

- Desinhibición, espontaneidad, expresividad
- Participación activa
- Hábitos de higiene y cuidado corporal

UNIDAD DIDÁCTICA 6: “Acrosport”

Bloques de contenidos

- Repasar contenidos y características del deporte del acrosport como medio para desarrollar capacidades como la fuerza y el equilibrio.

Destrezas y habilidades

- Construcción de formaciones humanas de dificultad media-alta
- Práctica de actividades progresivas para el aprendizaje de habilidades específicas del deporte (portor – ágil).
- Montaje de coreografía con elementos propios del deporte.

Actitudes y valores

- Autosuperación y exigencia
- Respeto a normas propias de la actividad
- Cooperación.

UNIDAD DIDÁCTICA 7: “Actividades en el medio natural: la orientación”.

Bloques de contenidos

- Conocer la preparación y desarrollo de una carrera de orientación
- Comprender las normas básicas de seguridad, protección y mejora del medio ambiente
- Conocer las posibilidades que ofrece el entorno cercano y lugares próximos para la realización de actividades relacionadas con el medio natural (playa, monte, pueblo,...)

Destrezas y habilidades

- Realizar actividades recreativas utilizando las posibilidades que el entorno brinda
- Experimentar la realización práctica de una carrera de orientación en el centro escolar.
- Identificar los problemas que pueden originar la planificación de actividades en el medio natural.
- Experimentar de forma práctica la realización de actividades que se pueden llevar a cabo en el entorno próximo (actividades en la playa y senderismo).

Actitudes y valores

- Desarrollar actitudes de trabajo en equipo y generosidad para llevar a cabo actividades en grupo desarrolladas en el medio natural.
- Desarrollar la capacidad de autonomía en el medio natural y valorar la importancia de su cuidado y protección
- Valorar los efectos negativos que puede ocasionar nuestra presencia en el medio natural en actividades recreativas descontroladas
- Valorar los beneficios de la vida al aire libre para la mejora de la calidad de vida y la liberación de estrés.

UNIDAD DIDÁCTICA 8: “Deportes de raqueta”: Bádminon.

Bloques de contenidos

- Aspectos reglamentarios y técnico-tácticos de los deportes de raqueta

Destrezas y habilidades

- Práctica de juegos y actividades motrices propias de los deportes del bádminon.
- Aprender diferentes tipos de golpesos.

Actitudes y valores

- Participación activa en las actividades propuestas
- Respeto a normas propias de la actividad y de clase

UNIDAD DIDÁCTICA 9: “El Voleibol”

Bloques de contenidos

-El voleibol. Fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios.

Destrezas y habilidades

-Práctica y aprendizaje de los aspectos técnico-tácticos y sistemas de juego propios del voleibol

-Realización de actividades y juegos de voleibol

-Puesta en práctica de pruebas de habilidades específicas del voleibol

-Práctica de competición deportiva

Actitudes y valores

-Valoración del carácter lúdico-recreativo de los deportes de equipo, se gane o se pierda, no permitiendo ningún tipo de discriminación por razón de capacidad, sexo, raza, etc.

-Aceptación y respeto de las normas de clase y las reglas específicas de los juegos deportivos practicados

-Valoración de los hábitos higiénicos de cuidado corporal

-Autonomía en el aseo personal y cambio de vestuario

DISTRIBUCIÓN TEMPORAL 3º de E.S.O.

RELACIÓN UNIDADES DIDÁCTICAS
UNIDAD DIDÁCTICA 1: "Condición Física y Salud"
UNIDAD DIDÁCTICA 2: “Balonmano”
UNIDAD DIDÁCTICA 3: “Hockey”
UNIDAD DIDÁCTICA 4: “Los Juegos Olímpicos”
UNIDAD DIDÁCTICA 5: “Expresión corporal”
UNIDAD DIDÁCTICA 6: “Acrosport”
UNIDAD DIDÁCTICA 7: “Actividades en el medio natural: la orientación”.
UNIDAD DIDÁCTICA 8: “Deportes de raqueta”: Bádminton.
UNIDAD DIDÁCTICA 9: “El Voleibol”

TEMPORALIZACIÓN UNIDADES DIDÁCTICAS	
PRIMER TRIMESTRE	U.D. 1-6
SEGUNDO TRIMESTRE	U.D. 3-8-9
TERCER TRIMESTRE	U.D. 2-4-5-7

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD 3º de E.S.O.

Hablar de atención a la diversidad en la escuela implica constatar que el alumnado presenta la misma diversidad que encontramos en la sociedad. La diversidad está presente desde diversos puntos de vista: geográfico, cultural, social, económico, etc.; pero también por causas familiares, por caracteres individuales, etc. Respetar las diferencias y no convertirlas en desigualdades, ha de ser el propósito de la escuela.

El planteamiento de un currículo abierto y flexible permite y exige al profesorado adecuar la docencia a las características individuales de su alumnado y a la realidad educativa de su centro.

Enlazando con la etapa educativa anterior, la E.S.O. adopta un currículo ampliamente diversificado que intenta responder a la progresiva diferenciación de intereses, capacidades y necesidades de su alumnado.

Como en todas las materias, en la educación física, el diferente nivel de aprendizajes con el que acceden los alumnos y alumnas será una causa de diversidad importante.. Esta realidad requerirá una buena detección a través de la evaluación inicial y una serie de adaptaciones, que presentamos a continuación:

9. Programación de *actividades de refuerzo* sobre los contenidos más básicos, necesarios para la asimilación de los nuevos aprendizajes.
10. Programación de *actividades de ampliación*, y que han de atender las necesidades de ciertos alumnos con intereses concretos o un ritmo de aprendizaje rápido. En este sentido es conveniente proponer actividades a realizar en el tiempo libre, que pueden tener un carácter voluntario.
11. Elección de metodologías que permitan el aprendizaje autónomo de los alumnos y alumnas, a través de la práctica individual o en grupos homogéneos.
12. La selección y medio de transmisión de la información, la distribución del tiempo de práctica, la organización de los alumnos y alumnas o la adaptación de los materiales didácticos, serán aspectos a programar teniendo en cuenta la diversidad existente.

Programas de adaptación curricular

La adaptación curricular es una medida de modificación de los elementos del currículo, a fin de dar respuesta al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (Orden de 25 de julio de 2008).

Destacamos los siguientes tipos:

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

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

Alumnado Exento de práctica física:

A los alumnos/as que por motivos debidamente justificados no puedan realizar actividad física temporalmente se les adaptará el currículo, reduciendo su porcentaje de destrezas y habilidades aumentando su carga respecto a los bloques de contenidos así como la parte de actitudes y valores. Realizará aquellas actividades que no afecten negativamente a la patología o enfermedad que presente.

Proponemos a continuación algunas posibilidades de actuación:

- Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están llevando a cabo, con la posibilidad de exponerlos a sus compañeros.
- Elaboración de diario de clase según “modelo de sesión para exentos de práctica”
- Elaboración de apuntes de la materia.
- Implicación en las actividades deportivas, ejerciendo roles diferentes al de deportista (p.e. como árbitro, anotador, etc).
- Dirección de actividades a sus compañeros.

3.3.3. 4º de E.S.O.

CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1: “La Condición Física y Salud”

Bloques de contenidos

-El calentamiento

-La resistencia. Sistemas de entrenamiento.

-La velocidad. Sistemas de entrenamiento.

-La fuerza. Sistemas de entrenamiento.

-El desarrollo de la condición física. Bases para el entrenamiento de las capacidades físicas básicas.

-La nutrición humana y el ejercicio físico.

Destrezas y habilidades

-Acondicionamiento físico general. Desarrollo de la flexibilidad, resistencia, velocidad y fuerza.

-Práctica de resistencia aeróbica y anaeróbica.

-Práctica de velocidad de reacción y de desplazamiento.

-Práctica de trabajo de fuerza.

-Planificación del trabajo de condición física.

-Realización de pruebas funcionales para la valoración de la propia capacidad física.

Actitudes y valores

-Toma de conciencia de la propia condición física y responsabilidad en el desarrollo de la misma.

-Valoración del hecho de alcanzar una buena condición física como base de unas mejores condiciones de salud.

-Disposición favorable hacia la práctica habitual de actividad física sistemática como medio de mejora de las capacidades físicas.

-Valoración de los efectos de los hábitos alimenticios sobre la actividad física.

UNIDAD DIDÁCTICA 2: “La comba”

Bloques de contenidos

-Aspectos básicos históricos, reglamentarios y técnicos del salto de comba

-El salto de comba como juego tradicional y de paso de generación en generación.

Destrezas y habilidades

-Aspectos técnicos individuales y grupales del salto de comba

-Experimentación de diferentes tipos de salto de comba (individuales, por parejas,..., grupales)

-Dominio de diferentes tipos de salto de comba (individuales, por parejas,..., grupales)

-Creación, tanto individuales como por parejas o grupales, de ejercicios de salto a la comba.

Actitudes y valores

-Valoración de la propia habilidad como punto de partida para la superación personal.

-Valoración de la variedad, intensidad y posibilidades del trabajo con combas.

-Autocontrol, superación de miedos e inhibiciones motrices.

-Valoración de la existencia de diferentes niveles de destreza, tanto en lo que concierne a sí mismo como a los otros.

-Respeto de todos los compañeros con independencia de sus cualidades motrices.

-Cooperación con los compañeros para la consecución de metas comunes.

- Respeto de las normas de higiene, prevención y seguridad en la práctica de la actividad física.

UNIDAD DIDÁCTICA 3: “Deportes de raqueta: Bádminton.”

Bloques de contenidos

- Aspectos reglamentarios y técnico-tácticos del bádminton

Destrezas y habilidades

- Práctica de juegos y actividades motrices propias de los deportes del bádminton.
- Práctica de técnicas específicas de actividades de pala o raqueta, transfiriendo para su aprendizaje los principios fundamentales de los deportes de cancha dividida

Actitudes y valores

- Valoración del carácter lúdico-recreativo de los deportes de equipo, se gane o se pierda, no permitiendo ningún tipo de discriminación por razón de capacidad, sexo, etc.
- Aceptación y respeto de las normas de clase y las reglas específicas de los juegos deportivos practicados
- Participación activa en las actividades desarrolladas
- Valoración de los hábitos higiénicos de cuidado corporal
- Autonomía en el aseo personal y cambio de vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA 4: “Rugby”

Bloques de contenidos

- Historia del rugby
- Aspectos básicos reglamentarios y técnico-tácticos del rugby adaptado.

Destrezas y habilidades

- Aspectos técnico-tácticos individuales (desplazamiento, pateo,.....) y grupales (pase,..) en situaciones globales
- Juegos de rugby
- Pruebas de habilidades específicas del rugby
- Práctica de competición deportiva en situaciones reducidas
- Autonomía en el aseo personal y cambio de vestuario

Actitudes y valores

- Valoración del carácter lúdico-recreativo de los deportes de equipo, se gane o se pierda, no permitiendo ningún tipo de discriminación por razón de capacidad, sexo, ...

- Aceptación y respeto de las normas de clase y las reglas específicas de los juegos deportivos practicados
- Valoración de los hábitos higiénicos de cuidado corporal
- Participación activa en las actividades propuestas

UNIDAD DIDÁCTICA 5: “Acrosport”

Bloques de contenidos

- Conocimiento del deporte del acrosport como medio para desarrollar capacidades como la fuerza y el equilibrio.

Destrezas y habilidades

- Construcción de formaciones humanas
- Práctica de actividades progresivas para el aprendizaje de habilidades específicas del deporte (portor – ágil)
- Creación de un montaje grupal

Actitudes y valores

- Autosuperación y exigencia
- Respeto a normas propias de la actividad
- Cooperación

UNIDAD DIDÁCTICA 6: “Balonmano”

Bloques de contenidos

- Aspectos históricos, reglamentarios y técnico-tácticos del balonmano.

Destrezas y habilidades

- Aspectos técnico-tácticos individuales (conducción, tiro,...) y grupales (pase,..) en situaciones globales
- Actividades y juegos de balonmano
- Pruebas de habilidades específicas del balonmano
- Sistemas de juego
- Práctica de competición deportiva

Actitudes y valores

- Valoración del carácter lúdico-recreativo de los deportes de equipo, se gane o se pierda, no permitiendo ningún tipo de discriminación por razón de capacidad, sexo, ...
- Aceptación y respeto de las normas de clase y las reglas específicas de los juegos deportivos practicados

- Valoración de los hábitos higiénicos de cuidado corporal
- Autonomía en el aseo personal y cambio de vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA 7: “Equilibrio: slackline”

Bloques de contenidos

- Equilibrio. Concepto. Clasificación. Factores de los que depende.

Destrezas y habilidades

- Práctica de actividades progresivas para el aprendizaje de habilidades de equilibrio.
- Práctica y vivencia de la actividad del slackline.

Actitudes y valores

- Autosuperación y exigencia
- Respeto a normas propias de la actividad
- Cooperación y ayuda

UNIDAD DIDÁCTICA 8: “El Voleibol”

Bloques de contenidos

- El voleibol. Fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios.
- La práctica deportiva en la Comunidad Andaluza.

Destrezas y habilidades

- Práctica técnico-táctica del voleibol.
- Adquisición de las habilidades específicas propias de este deporte.
- Práctica de actividades deportivas en competición del Voleibol.
- Ajuste de respuestas motrices individuales a la estrategia del grupo: la táctica colectiva en la práctica del Voleibol.
- Utilización correcta de las instalaciones deportivas.

Actitudes y valores

- Disposición favorable a la autoexigencia y superación de los propios límites.
- Aprecio a la función de integración social e igualdad de oportunidades que tiene la práctica de actividades físicas de carácter deportivo-recreativas.
- Participación en actividades grupales independientemente del nivel de destreza alcanzado.
- Cooperación y aceptación de las funciones atribuidas dentro de una labor de equipo.
- Aprecio de la función de integración social e igualdad de oportunidades que ofrece la práctica de actividades físicas de carácter deportivo.

UNIDAD DIDÁCTICA 9: “Juegos y deportes alternativos”

Bloques de contenidos

- El reglamento de actividades como indíaca y beisbol.
- La importancia del trabajo físico que requiere la práctica de estas actividades lúdico-recreativas
- Las posibilidades que ofrecen estas actividades y su fácil puesta en práctica fuera del ámbito escolar. (Utilización en el tiempo libre y ocio).

Destrezas y habilidades

- Práctica de las actividades físico-deportivas y recreativas
- Desarrollo y mejora de las cualidades coordinativas (óculo-manual y dinámico general), la percepción espacio-temporal, la disociación segmentaria así como las cualidades físicas básicas

Actitudes y valores

- Valoración de las múltiples posibilidades y nuevas experiencias de movimiento, juego y recreación que aportan los juegos y deportes alternativos.

Descubrimiento del valor positivo de estos juegos y deportes no habituales como elementos que pueden formar parte del tiempo libre.

- Valoración de la práctica de estas actividades como posibles elementos que nos sirvan para liberarnos de las tensiones y el estrés.

UNIDAD DIDÁCTICA 10: “Expresión corporal”

Bloques de contenidos

- Concepto de expresión corporal: el lenguaje del gesto y el movimiento

Destrezas y habilidades

- Juegos expresivos (estados de ánimo, imitaciones, sensaciones,.....)
- Exploración expresiva del cuerpo, del espacio, del tiempo y la intensidad
- Creación y representación de situaciones, acontecimientos, historias, etc utilizando los recursos expresivos del cuerpo

Actitudes y valores

- Desinhibición, espontaneidad, expresividad
- Participación activa
- Hábitos de higiene y cuidado corporal

UNIDAD DIDÁCTICA 11: “Bailes latinos”

Bloques de contenidos

- Concepto y pasos básicos. Estructuración musical

Destrezas y habilidades

-Ajuste de movimientos a diferentes esquemas rítmicos: Coordinación

-Práctica de Pasos Básicos y sus enlaces

-Creación de coreografías sencillas mediante nuevos pasos

Actitudes y valores

-Participación y desinhibición

-Relaciones interpersonales de cooperación, ayuda e igualdad

-Actitud crítica ante prejuicios sexistas

-Hábitos higiénicos de cuidado corporal

DISTRIBUCIÓN TEMPORAL 4º de E.S.O.

RELACIÓN UNIDADES DIDÁCTICAS
UNIDAD DIDÁCTICA 1: “La Condición Física y Salud”
UNIDAD DIDÁCTICA 2: “La comba”
UNIDAD DIDÁCTICA 3: “Deportes de raqueta: Bádminton.”
UNIDAD DIDÁCTICA 4: “Rugby”
UNIDAD DIDÁCTICA 5: “Acrosport”
UNIDAD DIDÁCTICA 6: “Balonmano”
UNIDAD DIDÁCTICA 7: “Equilibrio: slackline”
UNIDAD DIDÁCTICA 8: “El Voleibol”
UNIDAD DIDÁCTICA 9: “Juegos y deportes alternativos”
UNIDAD DIDÁCTICA 10: “Expresión corporal”
UNIDAD DIDÁCTICA 11: “Bailes latinos”

TEMPORALIZACIÓN UNIDADES DIDÁCTICAS	
PRIMER TRIMESTRE	U.D. 1-2-3
SEGUNDO TRIMESTRE	U.D. 4-5-6-7
TERCER TRIMESTRE	U.D. 8-9-10-11

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD 4º de E.S.O.

Hablar de atención a la diversidad en la escuela implica constatar que el alumnado presenta la misma diversidad que encontramos en la sociedad. La diversidad está presente desde diversos puntos de vista: geográfico, cultural, social, económico, etc.; pero también por causas familiares,

por caracteres individuales, etc. Respetar las diferencias y no convertirlas en desigualdades, ha de ser el propósito de la escuela.

El planteamiento de un currículo abierto y flexible permite y exige al profesorado adecuar la docencia a las características individuales de su alumnado y a la realidad educativa de su centro.

Enlazando con la etapa educativa anterior, la E.S.O. adopta un currículo ampliamente diversificado que intenta responder a la progresiva diferenciación de intereses, capacidades y necesidades de su alumnado.

Como en todas las materias, en la educación física, el diferente nivel de aprendizajes con el que acceden los alumnos y alumnas será una causa de diversidad importante.. Esta realidad requerirá una buena detección a través de la evaluación inicial y una serie de adaptaciones, que presentamos a continuación:

13. Programación de *actividades de refuerzo* sobre los contenidos más básicos, necesarios para la asimilación de los nuevos aprendizajes.

14. Programación de *actividades de ampliación*, y que han de atender las necesidades de ciertos alumnos con intereses concretos o un ritmo de aprendizaje rápido. En este sentido es conveniente proponer actividades a realizar en el tiempo libre, que pueden tener un carácter voluntario.

15. Elección de metodologías que permitan el aprendizaje autónomo de los alumnos y alumnas, a través de la práctica individual o en grupos homogéneos.

16. La selección y medio de transmisión de la información, la distribución del tiempo de práctica, la organización de los alumnos y alumnas o la adaptación de los materiales didácticos, serán aspectos a programar teniendo en cuenta la diversidad existente.

Programas de adaptación curricular

La adaptación curricular es una medida de modificación de los elementos del currículo, a fin de dar respuesta al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (Orden de 25 de julio de 2008).

Destacamos los siguientes tipos:

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

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

Alumnado Exento de práctica física:

A los alumnos/as que por motivos debidamente justificados no puedan realizar actividad física temporalmente se les adaptará el currículo, reduciendo su porcentaje de destrezas y habilidades aumentando su carga respecto a los bloques de contenidos así como la parte de actitudes y valores. Realizará aquellas actividades que no afecten negativamente a la patología o enfermedad que presente.

Proponemos a continuación algunas posibilidades de actuación:

- Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están llevando a cabo, con la posibilidad de exponerlos a sus compañeros.
- Elaboración de diario de clase según “modelo de sesión para exentos de práctica”
- Elaboración de apuntes de la materia.
- Implicación en las actividades deportivas, ejerciendo roles diferentes al de deportista (p.e. como árbitro, anotador, etc).
- Dirección de actividades a sus compañeros.

3.4. Elementos transversales

De acuerdo con el Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía se potenciará:

- a) El respeto al Estado de Derecho y a los derechos y libertades fundamentales recogidos en la Constitución Española y en el Estatuto de Autonomía para Andalucía.
- b) El desarrollo de las competencias personales y las habilidades sociales para el ejercicio de la participación, desde el conocimiento de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, el pluralismo político y la democracia.
- c) La educación para la convivencia y el respeto en las relaciones interpersonales, la competencia emocional, el autoconcepto, la imagen corporal y la autoestima como elementos necesarios para el adecuado desarrollo personal, el rechazo y la prevención de situaciones de acoso escolar,

discriminación o maltrato, la promoción del bienestar, de la seguridad y de la protección de todos los miembros de la comunidad educativa.

d) El fomento de los valores y las actuaciones necesarias para el impulso de la igualdad real y efectiva entre mujeres y hombres, el reconocimiento de la contribución de ambos sexos al desarrollo de nuestra sociedad y al conocimiento acumulado por la humanidad, el análisis de las causas, situaciones y posibles soluciones a las desigualdades por razón de sexo, el respeto a la orientación y a la identidad sexual, el rechazo de comportamientos, contenidos y actitudes sexistas y de los estereotipos de género, la prevención de la violencia de género y el rechazo a la explotación y abuso sexual.

e) El fomento de los valores inherentes y las conductas adecuadas a los principios de igualdad de oportunidades, accesibilidad universal y no discriminación, así como la prevención de la violencia contra las personas con discapacidad.

f) El fomento de la tolerancia y el reconocimiento de la diversidad y la convivencia intercultural, el conocimiento de la contribución de las diferentes sociedades, civilizaciones y culturas al desarrollo de la humanidad, el conocimiento de la historia y la cultura del pueblo gitano, la educación para la cultura de paz, el respeto a la libertad de conciencia, la consideración a las víctimas del terrorismo, el conocimiento de los elementos fundamentales de la memoria democrática vinculados principalmente con hechos que forman parte de la historia de Andalucía, y el rechazo y la prevención de la violencia terrorista y de cualquier otra forma de violencia, racismo o xenofobia.

g) El desarrollo de las habilidades básicas para la comunicación interpersonal, la capacidad de escucha activa, la empatía, la racionalidad y el acuerdo a través del diálogo.

h) La utilización crítica y el autocontrol en el uso de las tecnologías de la información y la comunicación y los medios audiovisuales, la prevención de las situaciones de riesgo derivadas de su utilización inadecuada, su aportación a la enseñanza, al aprendizaje y al trabajo del alumnado, y los procesos de transformación de la información en conocimiento.

i) La promoción de los valores y conductas inherentes a la convivencia vial, la prudencia y la prevención de los accidentes de tráfico. Asimismo se tratarán temas relativos a la protección ante emergencias y catástrofes.

j) La promoción de la actividad física para el desarrollo de la competencia motriz, de los hábitos de vida saludable, la utilización responsable del tiempo libre y del ocio y el fomento de la dieta equilibrada y de la alimentación saludable para el bienestar individual y colectivo, incluyendo conceptos relativos a la educación para el consumo y la salud laboral.

k) La adquisición de competencias para la actuación en el ámbito económico y para la creación y desarrollo de los diversos modelos de empresas, la aportación al crecimiento económico desde principios y modelos de desarrollo sostenible y utilidad social, la formación de una conciencia ciudadana que favorezca el cumplimiento correcto de las obligaciones tributarias y la lucha contra el fraude, como formas de contribuir al sostenimiento de los servicios públicos de acuerdo con los principios de solidaridad, justicia, igualdad y responsabilidad social, el fomento del emprendimiento, de la ética empresarial y de la igualdad de oportunidades.

l) La toma de conciencia sobre temas y problemas que afectan a todas las personas en un mundo globalizado, entre los que se considerarán la salud, la pobreza en el mundo, la emigración y la desigualdad entre las personas, pueblos y naciones, así como los principios básicos que rigen el funcionamiento del medio físico y natural y las repercusiones que sobre el mismo tienen las actividades humanas, el agotamiento de los recursos naturales, la superpoblación, la contaminación o el calentamiento de la Tierra, todo ello, con objeto de fomentar la contribución activa en la defensa, conservación y mejora de nuestro entorno como elemento determinante de la calidad de vida.

Del mismo modo también se potenciará:

a) La toma de conciencia sobre temas y problemas que afectan a todas las personas en un mundo globalizado, entre los que se considerarán:

- la salud,
- la pobreza en el mundo,
- el agotamiento de los recursos naturales,
- la superpoblación,
- la contaminación,
- el calentamiento de la Tierra,
- la violencia,
- el racismo,
- la emigración y
- la desigualdad entre las personas, pueblos y naciones.

b) El análisis de las formas de exclusión social que dificultan la igualdad de los seres humanos, con especial dedicación a la desigualdad de las mujeres.

c) El análisis y la valoración de las contribuciones más importantes para el progreso humano en los campos de la salud, el bienestar, las comunicaciones, la difusión del conocimiento, las formas de gobierno y las maneras de satisfacer las necesidades humanas básicas.

Si realizamos un análisis de los distintos elementos del currículo del área de Educación Física, podemos observar que la mayoría de estos contenidos transversales se abordan desde el área.

De igual modo, el Decreto establece que:

- la comprensión lectora,
- la expresión oral y escrita,
- la comunicación audiovisual,
- las tecnologías de la información y la comunicación,
- el espíritu emprendedor y
- la educación cívica y constitucional

3.5. Contenidos interdisciplinarios

La acción educativa de manera aislada e independiente desde cada área de aprendizaje pierde sentido en esta etapa educativa. Desde esta premisa y teniendo en cuenta la obligatoriedad curricular del trabajo en equipo en esta etapa, podemos establecer líneas generales de coexistencia curricular entre la materia de educación física y el resto de materias.

-Música: Trabajo del ritmo, estructura musical, en las unidades didácticas de ritmo, coreografía y danza

-Ciencias sociales: historia y evolución de diferentes juegos y deportes, geografía del municipio, geografía local con las salidas de senderismo y orientación en el medio natural

-Tecnología: autoconstrucción de materiales, el funcionamiento de aparatos como la brújula, el pulsómetro, etc

-Lengua Extranjera: empleo de cierta terminología anglosajona en las unidades de ritmo y baile (Beat, Break mixer, ...) o badminton (drop, lob,...), entre otras.

-Lengua Castellana y su Literatura: por ejemplo, mediante el trabajo de fichas conceptuales de las diferentes unidades.

-Matemáticas: Cálculo de frecuencia cardiaca, aplicación de fórmulas matemáticas, unidades de medida (tiempo, distancia,etc)

-Ciencias de la naturaleza: aparato cardiovascular, respiratorio, salud y calidad de vida, alimentación (dieta). En las unidades de senderismo y orientación: botánica, fauna,...

-Educación Plástica y Visual: En contenidos como orientación en el medio natural se realizarán mapas topográficos, donde el alumno utilizará contenidos propios de Dibujo, como escalas, simbologías,...

4. CONTRIBUCIÓN DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA A LAS COMPETENCIAS CLAVE

Se entiende por competencias básicas de la E.S.O. el conjunto de destrezas, conocimientos y actitudes adecuadas al contexto que todo el alumnado que cursa esta etapa educativa debe alcanzar para su realización y desarrollo personal, así como para la ciudadanía activa, la integración social y el empleo (Decreto 231/20017).

La materia de Educación Física contribuye de manera directa y clara a la consecución de dos competencias básicas: la competencia en el **conocimiento y la interacción con el mundo físico** y la competencia **social y ciudadana**. El cuerpo humano constituye una pieza clave en la interrelación de la persona con el entorno y la educación física está directamente comprometida con la adquisición del máximo estado de bienestar físico, mental y social posible, en un entorno saludable.

La Educación Física ayuda al desarrollo de otras competencias como la matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT) ofreciendo situaciones en las que el alumnado debe aplicar el razonamiento matemático para resolver situaciones asociadas a la cantidad, el espacio y la forma, el cambio y las relaciones, y la incertidumbre y los datos (resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte de orientación, relación entre ingesta y gasto calórico, la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deportes de cooperación-oposición, etc.) y competencias clave en ciencia y tecnología facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos (aspectos relacionados con la conservación de la naturaleza, el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, el uso de instrumentos utilizados frecuentemente en el ámbito de la actividad física y deportiva, etc.).

La Educación Física como se expone al principio, contribuye de manera esencial al desarrollo de las competencias sociales y cívicas (CSC) fomentando el respeto, la igualdad, la cooperación y el

trabajo en equipo. Las reglas que se establecen en los juegos y los deportes, las normas de seguridad vial, la prevención de lesiones, los primeros auxilios, etc. son elementos de la Educación Física que, por su propia naturaleza, desarrollan esta competencia y preparan al alumnado para la vida en sociedad.

La Educación Física contribuye al desarrollo de la competencia aprender a aprender (CAA) potenciando las capacidades de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumnado diseñar así, su propio plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorece la motivación y la confianza que son factores cruciales para la adquisición de esta competencia.

El sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP) será fomentado desde la materia otorgando al alumnado funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal. Asimismo, se trabajará la competencia en comunicación lingüística (CCL) a través de la amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva. Esta materia también contribuye al desarrollo de la competencia conciencia y expresiones culturales (CEC) a través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

Finalmente, la Educación Física facilita el desarrollo de la competencia digital en el alumnado (CD) con la realización de tareas de acceso y gestión de la información en Internet en el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, entre otras.

5. METODOLOGÍA Y RECURSOS DIDÁCTICOS.

5.1. Metodología

Dentro de este marco, conviene ofrecer una serie de pautas que guíen la actuación del docente en los procesos de enseñanza y favorezcan, paralelamente, los procesos de aprendizaje de los alumnos.

Las características propias del Área de Educación Física aconsejan un tratamiento global

que debe buscar la integración del mayor número de aspectos posibles recogidos dentro de los diferentes núcleos de contenidos, relacionando conocimientos, destrezas y actitudes.

Dicho tratamiento implica que, en la práctica de educación física, el desarrollo de las capacidades motrices debe tratarse junto al de otras capacidades, potenciando para ello estructuras que favorezcan el trabajo conjunto del equipo docente.

El desarrollo de habilidades y destrezas ha de partir de aquellas consideradas como básicas y atender al logro de las habilidades específicas mediante la transferencia de aspectos cuantitativos que sitúen al alumno en disposición de poder realizar prácticas deportivas. Deberá proponerse una variada gama de actividades que puedan practicarse en el entorno, favoreciéndose así transferencias válidas a posteriores etapas educativas y diferentes momentos de ocio y recreación.

El tiempo de actuación del alumno debe adecuarse a la tarea que se realiza y a su duración, intercalando períodos de trabajo y descanso proporcionados. Habrá que determinar períodos relacionados con el calentamiento, como elemento preparatorio y otros destinados a la relajación o vuelta a la calma. El ritmo dentro de la unidad de clase debe garantizar la utilización real del tiempo estableciendo progresiones en la actividad y mecanismos adecuados para ello.

Antes y después de la actividad física deberán favorecerse hábitos como el aseo corporal, cambio de vestuario, calentamiento, prevención ante la fatiga, relajación, etc. En todo momento habrá de garantizarse la seguridad de los alumnos, valorando periódicamente su estado físico con objeto de evitar riesgos y acondicionando las actividades propuestas al desarrollo normalizado de cada alumno, sin forzarlo.

Las actividades propuestas deben poseer diferentes niveles de solución y posibilidad de adaptaciones. Así mismo, deben adecuarse a las diferentes situaciones climáticas y la selección, duración e intensidad de las mismas.

También habrá que diferenciar entre trabajo individual, es decir, la misma tarea para todos realizada de forma individual y el trabajo individualizado, adaptado a cada alumno y preparado para él. Las *adaptaciones curriculares* tienen aquí su máxima expresión, para dar respuesta adecuada a todos los alumnos, en función de sus características e intereses. En cualquier caso, esta necesaria adaptación no debe implicar una distinta asignación de tareas a los alumnos y alumnas en función de sus supuestas diferencias en relación con la potencia física y la resistencia ante el esfuerzo.

Los intereses de los alumnos van definiéndose a lo largo de la etapa, por lo que es aconsejable diferenciar entre actividades comunes y actividades diversificadas, que atienden a los diferentes intereses y aptitudes. Las actividades comunes incluirán aspectos de salud física y

hábitos de ejercicio físico y de práctica deportiva, como medios de inserción social y empleo creativo del ocio.

Las actividades diversificadas estarán enfocadas a cubrir los intereses de especialización de los alumnos en determinadas habilidades y actividades deportivas.

Respecto a la *utilización del material* en las clases de educación física, cabe reseñar que deben emplearse materiales que posean un carácter multifuncional, carentes de peligrosidad, sin que por ello deban ser sofisticados: pelotas de diferentes tamaños, colores y texturas, aros, picas, bancos suecos, combas, plintos, cuerdas, espalderas,... son elementos que favorecen notablemente la práctica de la educación física.

Conviene tomar precauciones a fin de que los espacios de trabajo, así como los materiales utilizados no supongan un peligro, potenciando al mismo tiempo hábitos que favorezcan su cuidado y mantenimiento.

El *cuidado de las instalaciones y su uso*, la manipulación correcta de materiales, la adecuación de diferentes ejercicios a las edades y niveles de los alumnos, el establecimiento de períodos alternativos de trabajo y descanso... son algunos factores que inciden en el aumento de la seguridad en la práctica de educación física.

En cuanto a la *actuación del profesor* respecto al proceso de enseñanza, es decir, su *intervención didáctica*, será variable según las características de los contenidos que se desarrollen. Por lo que se emplearán distintos *estilos de enseñanza, técnicas de enseñanza y estrategias de práctica*.

Los estilos de enseñanza a utilizar pueden ir desde los más tradicionales como la *Modificación del Mando Directo* (en sesiones donde se requiera un gran control del alumnado como en las sesiones de tests de condición física o habilidades gimnásticas) y la *Asignación de Tareas* (donde el papel del profesor no es tan destacado y el alumno comienza a tomar decisiones), hasta estilos *individualizadores*, donde el alumno adquiere un aprendizaje en el cual puede evaluar su ejecución y tomar decisiones durante un período largo.

También son muy interesantes los estilos de enseñanza que posibilitan la participación del alumno, tales como la *Enseñanza Recíproca* y la *Enseñanza en Grupos Reducidos*. Igualmente se pondrán en práctica los estilos socializadores y aquellos que promueven la creatividad.

En cuanto a la técnica de enseñanza, o forma en que el profesor transmite lo que quiere enseñar, se utilizarán principalmente la *Instrucción Directa* en aquellas sesiones donde se precise un mayor control del alumnado, y la *Indagación* se llevará a cabo en sesiones donde se solicite la resolución de problemas, el descubrimiento, la creatividad.

Respecto a la estrategia en la práctica o forma de progresión de los distintos utilizándose *estrategias globales* en el aprendizaje de tareas motrices sencillas (Ej.: aprendizaje del volteo

hacia delante), y *estrategias analíticas* en aquellas habilidades donde el gesto motor deba descomponerse en partes dada su complejidad (Ej.: aprendizaje del equilibrio invertido de brazos).

El profesor debe valorar de forma fundamental el proceso de aprendizaje, reflexionando constantemente sobre sus actuaciones y considerando el progreso del alumno en relación con el trabajo realizado y su evolución, y no únicamente en función de los resultados obtenidos.

El proceso de enseñanza-aprendizaje debe poseer un carácter sistematizado y adecuado a las diferencias y peculiaridades de los alumnos, detectadas mediante una exploración inicial. El profesor debe planificar su intervención a partir de dicha situación, considerando que las diferencias individuales no han de suponer planteamientos discriminatorios.

El papel del profesor es básico para la eliminación de los estereotipos, potenciando la igualdad de roles y la participación en grupos mixtos. La diversificación se presenta como una solución tanto para el logro de una coherente coeducación, como para la integración, dentro del respeto de la individualidad, en un programa común.

Deberemos de tener presente en la configuración de su diseño, y por tanto en toda la planificación, la diversidad de actividades e informaciones que atiendan a las necesidades e intereses de cada uno de los alumnos, tratando de contemplarlas de forma individualizada en los criterios de evaluación establecidos.

Dado que el estudio del cuerpo y su movimiento no son competencia exclusiva de la Educación Física, es importante considerar las aportaciones fundamentales de las diversas áreas, correspondiendo al equipo docente su integración y ordenación.

5.2. Recursos didácticos.

En todos los cursos de la E.S.O. se utilizará el libro de texto para el alumnado (editorial Edelvives), excepto en cuarto de la E.S.O., además de una guía didáctica para el profesorado tanto en formato papel como en digital.

Evidentemente se utilizarán multitud de recursos aparte de los mencionados, como fichas, libreta del alumno, diccionario de terminología específica,..., además de los recursos específicos propios de nuestra materia (balones, implementos, etc)

6. EVALUACIÓN Y LOS ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES.

6.1 Evaluación del proceso de aprendizaje

La evaluación será individualizada, continua y formativa; mostrando la evolución del alumno y el grado de efectividad en la consecución de los objetivos, marcando a su vez el punto

de partida para la continuidad del proceso docente.

La evaluación es un indicador de la evolución personal del alumno, de la superación de sus propias limitaciones a través del hábito de trabajo, para así mejorar el concepto que posee de sí mismo y motivarle en un futuro hacia una actividad física metódica.

La evaluación debe abarcar todo el conjunto de factores educativos que inciden no sólo en el aprendizaje, sino en la educación integral de los sujetos.

La evaluación debe ser entendida como un proceso de obtención y análisis de informaciones útiles, con la finalidad de emitir un juicio y/o realizar una toma de decisiones al respecto de una persona, un fenómeno, una situación o un objeto, en función de determinados criterios.

Entendemos que el resultado o producto final de nuestra enseñanza es importante, pero también consideramos de igual o mayor importancia el proceso para llegar al objetivo. Proponemos una evaluación cuantitativa (producto) y cualitativa (proceso).

6.1.1. Instrumentos de evaluación. ¿Cómo evaluar?

Bloques de contenidos.

En este apartado se podrá utilizar los siguientes instrumentos de evaluación:

- Trabajos teóricos (individuales y en grupo)
- Exámenes o pruebas escritas.
- Cuaderno de clase.

Destrezas y habilidades.

En este apartado se podrá utilizar los siguientes instrumentos de evaluación:

- Escala de valoración
- Observación sistemática y registro en el cuaderno del profesor.
- Exámenes prácticos de los elementos técnico-tácticos trabajados en las unidades didácticas.
- Test y pruebas de actividades físicas.

Actitudes y valores:

- Registro anecdótico
- Cuaderno del Alumno: mediante las reflexiones que realizarán en diferentes fichas
- Cuestionarios
- Listas de Control
- Escala de Valoración

6.1.2. Evaluación inicial-procesual-sumativa: ¿cuándo evaluar?

Evaluación Continua:

Evaluación Inicial o Diagnóstica

La finalidad de esta evaluación es la de conseguir la mayor cantidad de información posible acerca de nuestros nuevos alumnos y alumnas para poder establecer los niveles iniciales de cada uno de ellos.

Se llevará a cabo durante las tres primeras sesiones del curso. La primera sesión tendrá un marcado carácter conceptual acerca de los datos personales del alumno, de la educación física que conoce, enfermedades que le impidan la práctica de actividad física, intereses deportivos y de sus conocimientos previos con la finalidad de ajustar lo más posible el nivel inicial del alumnado.

La segunda y tercera sesión serán clases prácticas donde se pondrán en acción una serie de actividades y juegos propios de todos los núcleos temáticos (de condición física y salud, de ritmo, de expresión corporal, de orientación, de cooperación,...) de esta forma tendremos más cantidad de información para establecer la programación de una manera más adaptada al alumnado.

Evaluación Procesual

La evaluación procesual consiste en la emisión de juicios constantes sobre la actuación de los alumnos y acerca de los problemas y dificultades que tienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje para de esta forma poder aplicar las medidas correspondientes.

Esta evaluación se llevará a cabo durante todas las sesiones de educación física y para ello utilizaremos los instrumentos anteriormente descritos, sobre todo los procedimentales y los actitudinales.

Evaluación Sumativa

Realizada al final de las unidades didácticas, donde se aplicarán diferentes tipos de instrumentos de evaluación (lista de control, escala de valoración, pruebas teóricas, cuaderno del alumno,...) que nos permitirán emitir juicios sobre la adquisición de los objetivos de dicha unidad didáctica. Se realizarán actividades culminativas donde se pretende integrar los contenidos vistos durante la unidad.

6.2. Los estándares de aprendizaje

Aspecto incluido en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, en la redacción dada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.

Permiten definir los resultados de aprendizaje y concretan lo que el estudiante debe saber, comprender y saber hacer en la materia; deben ser observables, medibles y evaluables y permitir graduar el rendimiento o logro alcanzado.

6.3 CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE POR CURSOS

RESUMEN COMPETENCIAS	
conocimiento y la interacción con el mundo físico y la competencia social y ciudadana	(CIMF)
matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología	(CMCT)
competencias sociales y cívicas	(CSC)
competencia aprender a aprender	(CAA)
sentido de iniciativa y espíritu emprendedor	(SIEP)
comunicación lingüística	(CCL)
competencia conciencia y expresiones culturales	(CEC)
competencia digital en el alumnado	(CD)

6.3.1. 1º DE LA ESO

Criterios de evaluación y competencias clave

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

CMCT, CAA, CSC, SIEP, CIMF

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, CIMF

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, CIMF
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 cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. CCL, CD, CAA, CSC, CEC, CIMF

Estándares de aprendizaje para 1º E.S.O.

UNIDAD DIDACTICA	ESTANDARES DE APRENDIZAJE
U.D 1: "Condición Física y Salud" (Tema 1-2-3 libro texto)	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica del calentamiento y de la condición física y salud (examen teórico primer trimestre). - Mostrar nivel básico de condición física: resultado de los test de diferentes capacidades físicas básicas en función de baremos establecidos. - Actitud positiva y de esfuerzo hacia las actividades de condición física.
U.D 2: "Los bailes populares": Las Sevillanas. La primera (Apuntes)	<ul style="list-style-type: none"> - Demostrar nivel mínimo en la ejecución del baile de las sevillanas (examen práctico de "La primera"). - Actitud positiva y de esfuerzo hacia el baile de las sevillanas.
U.D 3: "El atletismo" (Tema 4 libro texto)	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica del atletismo (examen teórico) - Mostrar nivel básico de ejecución de diferentes pruebas atléticas. - Actitud positiva y de esfuerzo hacia las actividades propuestas.
U.D 4: "Habilidades gimnásticas y acrobáticas" (Tema 5 del libro de texto).	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica de la gimnasia deportiva (examen teórico) - Mostrar nivel básico de ejecución de diferentes habilidades gimnásticas. - Actitud positiva y de esfuerzo hacia las actividades propuestas.
U.D 5: "Juegos y deportes colectivos" (Tema 6 del libro de texto)	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica de los juegos y deportes colectivos (examen teórico) - Mostrar nivel básico de ejecución de diferentes habilidades técnicas del baloncesto: lanzamiento en salto, entrada a canasta por ambos lados y bote de velocidad.
U.D 6: "Jugamos al baloncesto" (Tema 7 del libro de texto)	<ul style="list-style-type: none"> - Actitud positiva y de esfuerzo hacia las actividades propuestas.

U.D 7: “La expresión de nuestro cuerpo: Ritmo y coreografías” (Tema 8 del libro de texto).	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica de la expresión corporal (examen teórico) - Ejecutar una coreografía de aerobio determinada de manera correcta. - Llevar el ritmo de la melodía en coordinación con los pasos de aerobio establecidos. - Actitud positiva, de respeto y esfuerzo hacia las actividades propuestas.
U.D 8: “Jugamos en el medio natural” (Tema 9 del libro de texto)	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica de los contenidos desarrollados en el tema (examen teórico) - Realizar en el tiempo establecido una carrera de orientación en el medio natural. - Presentar un mapa de las instalaciones del centro. - Actitud positiva, de respeto al medio natural y esfuerzo hacia las actividades propuestas.
U.D 9: “Los juegos y deportes alternativos: slipline, unihockey, diábolo” (Apuntes)	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica de los contenidos desarrollados en el tema (examen teórico) - Realizar equilibrio sobre la cinta de slipline de al menos 5’. - Ejecutar correctamente diferentes tipos de pases y control de la pelota. - Ejecutar de manera correcta al menos 5 trucos de diábolo trabajados en clase. - Actitud positiva, de respeto al medio natural y esfuerzo hacia las actividades propuestas.

6.3.2 2º DE LA ESO

Criterios de evaluación y competencias clave

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 CIMF
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC, CIMF
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, CIMF
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, CIMF

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, CIMF
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, CIMF
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
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,

Estándares de aprendizaje para 2º E.S.O.

UNIDAD DIDACTICA	ESTANDARES DE APRENDIZAJE
Condición física y salud	<ul style="list-style-type: none"> -Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. -Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. -Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus

	<p>posibilidades.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. - 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.
Badminton	<ul style="list-style-type: none"> -Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas. - Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de oposición para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. -Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
Step	<ul style="list-style-type: none"> -Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. -Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. - Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. -Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
Acrosport	<ul style="list-style-type: none"> -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. - 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.
Rugby	<ul style="list-style-type: none"> -Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición-colaboración propuestas. - Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de oposición-colaboración para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. -Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
Voleibol	<ul style="list-style-type: none"> -Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición-colaboración propuestas. - Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de oposición-colaboración para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. -Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
Slackline	<ul style="list-style-type: none"> -Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. -Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

	<p>-Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>-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.</p> <p>-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.</p>
Teatro de sombras	<p>-Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>-Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>- Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>-Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>
Estandares de aprendizaje comunes	<p>-Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>-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.</p> <p>-Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p> <p>-Lleva a cabo hábitos de higiene y salud</p>

6.3.3. 3º DE LA ESO

Criterios de evaluación y competencias clave

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, CIMF
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
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, CIMF

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

Estándares de aprendizaje para 3º E.S.O.

UNIDAD DIDACTICA	ESTANDARES DE APRENDIZAJE
U.D 1: "Condición Física y Salud" (tema 1-2-3-4 libro texto)	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica del calentamiento y de la condición física y salud (examen teórico primer trimestre). - Mostrar nivel básico de condición física: resultado de los test de diferentes capacidades físicas básicas en función de baremos establecidos. - Actitud positiva y de esfuerzo hacia las actividades de condición física.
U.D 2: "Balonmano" (tema 5 libro texto)	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica del deporte de balonmano (examen teórico) - Mostrar nivel básico de ejecución de diferentes gestos técnicos del deporte: lanzamiento, bote, pase. - Actitud positiva y de esfuerzo hacia las actividades propuestas.

U.D 3: “Hockey” (tema 6 libro texto)	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica (historia, técnica y reglamento) del hockey (examen teórico) - Mostrar nivel básico de ejecución de diferentes gestos técnicos (slap-punch-control de pelota-juego colectivo) - Actitud positiva y de esfuerzo hacia las actividades propuestas.
U.D 4: “Los juegos olímpicos” (tema 7 libro texto)	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica de los juegos olímpicos antiguos (examen teórico) - Mostrar nivel básico de ejecución en habilidades de diferentes deportes del calendario olímpico. - Actitud positiva y de esfuerzo hacia las actividades propuestas.
U.D 5: “Expresión corporal”: danzas aeróbicas (tema 8 libro de texto)	<ul style="list-style-type: none"> - Ejecutar coreografía de step acorde a pasos establecidos - Actitud positiva, de respeto y desinhibición hacia las actividades propuestas.
U.D 6: “Acrosport”	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica de las habilidades gimnásticas así como de breve reseña histórica del deporte del acrosport (examen teórico) - Desarrollar una coreografía grupal con acompañamiento musical donde entren en juego diferentes formaciones humanas o pirámides. - Actitud positiva y de esfuerzo hacia las actividades propuestas.
U.D 7: “Actividades en el medio natural: orientación”	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica del deporte de orientación así como sus elementos (examen teórico) - Realizar una carrera de orientación en un tiempo determinado. - Actitud positiva, de respeto al medio natural y esfuerzo hacia las actividades propuestas.
U.D 8: “Deportes de raqueta”: Bádminton.	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica (historia, técnica y reglamento) del bádminton (examen teórico) - Mostrar nivel básico de ejecución de diferentes habilidades técnicas del bádminton. - Actitud positiva y de esfuerzo hacia las actividades propuestas.
U.D 9: “El Voleibol”	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer fundamentación teórica (historia, técnica y reglamento) del voleibol (examen teórico) - Mostrar nivel básico de ejecución de diferentes habilidades técnicas del voleibol: toque de dedos, antebrazos, saque y remate. - Actitud positiva, de respeto y esfuerzo hacia las actividades propuestas.

6.3.4. 4º DE LA ESO

Criterios de evaluación y competencias clave

1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físicodeportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CIMF
2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
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, CIMF
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.

Estándares de aprendizaje para 4º E.S.O.

UNIDAD DIDACTICA	ESTANDARES DE APRENDIZAJE
Condición física y salud	<ul style="list-style-type: none"> -Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud. -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. -Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. -Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud. -Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física. -Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. -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.
Badminton	<ul style="list-style-type: none"> -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. -Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario. - Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.
Comba	<ul style="list-style-type: none"> -Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. -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. - Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas. -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.
Acrosport	<p>-Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.</p> <p>-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.</p> <p>-Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.</p> <p>-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.</p>
Rugby	<p>-Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.</p> <p>-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.</p> <p>-Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.</p> <p>-Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.</p>
Voleibol	<p>-Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.</p> <p>-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.</p> <p>-Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.</p> <p>-Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.</p> <p>-Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.</p>
Bailes latinos	<p>-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.</p> <p>-Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p>
Expresión corporal	<p>-Explora la capacidad expresiva del cuerpo, del espacio, del tiempo y la intensidad</p> <p>-Crea y representa de situaciones, acontecimientos, historias, etc utilizando los recursos</p>

	expresivos del cuerpo
Balonmano	<p>-Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.</p> <p>-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.</p> <p>-Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.</p> <p>-Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.</p> <p>-Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno</p>
Equilibrio: Slackline	<p>- Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>- Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p>
Estandares de aprendizaje comunes	<p>-Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>-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.</p> <p>-Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p> <p>-Lleva a cabo hábitos de higiene y salud</p>

6.4.Criterios de calificación, recuperación de un trimestre no superado, pruebas extraordinarias y programas de recuperación de los aprendizajes no adquiridos (materia pendiente)

Criterios de calificación

Bloques de contenidos: este apartado tiene un valor de 2 puntos sobre 10 y se califican:

- Trabajos teóricos (individuales y/o en grupo)
- Exámenes o pruebas escritas.
- Cuaderno de clase.

Destrezas y habilidades: este apartado tiene un valor de 3 puntos sobre 10 en el primer ciclo de la E.S.O., y 4 puntos sobre 10 en el segundo ciclo de la E.S.O., y se califican:

- Exámenes o pruebas prácticas de los elementos técnico-tácticos trabajados en las unidades didácticas.
- Situaciones de aplicación de los contenidos desarrollados
- Test y pruebas de actividades físicas.
- Participación y ejecución de las sesiones ordinarias. Aquellas clases en las cuales el alumno o alumna no realice la sesión práctica por encontrarse enfermo o por cualquier otra circunstancia, deberán ser justificadas a través de certificado médico o en caso no haber acudido al médico a través de la agenda escolar u otro medio equivalente*

Actitudes y valores: este apartado tiene un valor de 5 puntos sobre 10 en el primer ciclo de la E.S.O., y 4 puntos sobre 10 en el segundo ciclo de la E.S.O., y se califican aspectos tales como:

- Faltas de asistencia: con más de 5 sin justificar al trimestre el alumno tendrá evaluación negativa en este apartado.(cada falta sin justificar resta 0,4 puntos)
- Puntualidad *.
- Traer material necesario para trabajar (atuendo deportivo, libro de texto, libreta,...)*
- Respeto a otros compañeros, profesor, material e instalaciones *
- Esfuerzo.*
- Participación activa.*
- Colaboración.*
- Ayuda al compañero*
- Higiene y aseo después de clase*
- Otras normas: chicle, lenguaje soez, pulseras, anillos, zapatillas ajustadas, etc.*

*La valoración negativa en cada uno de estos aspectos resta 0,2 puntos en la calificación final

Valoración porcentual para el primer ciclo de la E.S.O:

Bloques de contenidos	Destrezas y habilidades	Actitudes y valores
20%	30%	50%

Valoración porcentual para el segundo ciclo de la E.S.O:

Bloques de contenidos	Destrezas y habilidades	Actitudes y valores
20%	40%	40%

MUY IMPORTANTE:

Para la obtención de una calificación positiva, el alumno/a deberá obtener una evaluación positiva en las tres partes y por separado de al menos un 40%, es decir, de los bloques de contenidos, destrezas – habilidades y actitudes - valores independientemente (debe obtener al menos un 4 en cada uno de ellos). El trimestre se considerará superado siempre que la media de los tres apartados sea igual o superior a 5.

Se realizará la media de los tres trimestres para obtener la calificación final de la convocatoria ordinaria.

Recuperación de un trimestre no superado

Con uno o varios trimestres entre 3 y 4.9.: hará media con el resto de trimestres y no tiene que realizar recuperación de ese trimestre suspenso. Si la media de los tres trimestres es inferior a 5 el alumnado podrá realizar un examen de recuperación antes de la convocatoria ordinaria de evaluación.

Con uno o varios trimestres con menos de un 3: al final del tercer trimestre tendrá que realizar recuperación (teórica y/o práctica de aquel trimestre con menos de 3, para poder hacer media con el resto de trimestres).

Pruebas extraordinarias

Aquellos alumnos/as que no consigan evaluación positiva al final de curso, se les plantearán varias propuestas que apoyen el trabajo de estos alumnos y la adquisición de los conocimientos no adquiridos.

- Actividades de orientación y apoyo encaminadas a la superación de las pruebas extraordinarias.
- Programa de refuerzo para la recuperación de los aprendizajes no adquiridos.
- Planes específicos personalizados.

Para ello, el profesor elaborará un informe sobre:

- objetivos y contenidos no alcanzados.
- propuesta de actividades de recuperación.

La calificación final de dicha convocatoria extraordinaria se obtendrá teniendo en cuenta el resultado de las pruebas realizadas por el alumno o alumna en la misma, además del resto de calificaciones obtenidas durante el presente curso, aplicando los porcentajes y criterios de calificación determinados en el apartado 6.4.

Programa de recuperación de los aprendizajes no adquiridos (materia pendiente)

Al comienzo de curso a cada alumno se le informará de forma individualizada del plan de recuperación de la materia pendiente de evaluación positiva.

Para poder recuperar la materia pendiente del curso anterior el alumno deberá superar los objetivos mínimos del curso pasado (reflejados en la programación). Para ello deberá realizar las siguientes tareas en cada uno de los trimestres del presente curso:

-Trabajo teórico sobre los contenidos del curso anterior (40%).

-Examen escrito de los contenidos de dicho trabajo (50%).

- Progresión y evolución positiva del alumnado con la materia pendiente en el nivel actual: se valorará el esfuerzo, la actitud de colaboración y el grado de implicación que muestre el alumnado en el nivel que cursa. (10%)

El alumnado que, por el procedimiento regular establecido para la recuperación de la materia pendiente, no haya obtenido calificación positiva, podrá realizar una prueba final y/o entregar el trabajo pendiente en las fechas establecidas: última quincena de mayo para la convocatoria ordinaria. La calificación de la prueba final se ajustará a la ponderación de las pruebas parciales.

Si el alumno no obtiene evaluación positiva en el programa de recuperación, podrá presentarse a la convocatoria extraordinaria de evaluación del nivel correspondiente. Para ello, el profesor elaborará un informe individualizado donde aparezcan:

- objetivos y contenidos no alcanzados.
- propuesta de actividades de recuperación.

6.5. Evaluación de la programación y la práctica docente

Al finalizar cada uno de los trimestres se realizará una reunión específica para valorar tanto el desarrollo de los contenidos planificados como la consecución y desarrollo de las competencias básicas que intervienen en cada uno de esos contenidos.

Los instrumentos que se utilizarán serán:

- Diario del Profesor:** Al final de cada sesión se contempla un apartado destinado a “Observaciones” donde se anotarán las impresiones más significativas, las posibles dificultades encontradas, el grado de satisfacción de las actividades en el alumnado, etc, con el fin de mejorar el proceso de enseñanza y la propia programación
- Cuestionarios:** realizados por los alumnos y referidos al proceso de enseñanza
- Valoración de los aprendizajes del alumnado:** determinando su progreso a lo largo de las unidades didácticas.

7. ACTIVIDADES QUE ESTIMULEN EL INTERÉS Y EL HÁBITO DE LA LECTURA Y EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA.

En el departamento de educación física consideramos que uno de nuestros objetivos generales es la formación integral de las personas que forman parte de la comunidad educativa que nos rodea: familiares, profesorado, sociedad cercana y, por encima de todo, el alumnado. Pretendemos una educación física integral y catalizadora del proceso de desarrollo integral del individuo. Por todo ello, nos gusta integrar dentro de ella facetas educativas que consideramos transversales dentro del proceso general de formación a lo largo de toda la vida, o dicho de otra manera más simple: actividades clave para la promoción de las personas. La lectura como hábito, modalidad de ocio, sana costumbre, etc. es una excelente actividad educativa que debería promocionarse desde todas las vertientes, y lo que resulta más complicado, relacionarse con todas ellas. Qué mayor placer que compaginar deporte y lectura (dar un paseo con la bicicleta de montaña, llegar bajo un árbol y sacar el libro de la mochila y echar un rato de lectura) En esta página presentamos nuestro catálogo de lecturas recomendadas. Está compuesto por las referencias a unas cuantas obras (novelas, relatos y algún ensayo), que están basadas o muy directamente relacionadas con el deporte.

AUTOR	TÍTULO	EDITORIAL	AÑO	TEMÁTICA
Sierra i Fabra, J.	El último set	SM	1991	Novela de una adolescente tenista de nivel mundial, que debe resolver sus problemas personales, para poder continuar con su carrera deportiva. Entretenida.
Sierra e Fabra, J.	El oro de los dioses	Del Bronce	1998.	Marc tiene sólo diecisiete años y se entrena seriamente para ser atleta profesional. Quiere participar en los Juegos Olímpicos, como hizo su padre, quien estuvo a una centésima de segundo de ganar la medalla de oro. Veinticinco años más tarde, se descubre que en esa competición muchos participantes subieron al podio gracias al dopaje. Marc luchará por esclarecer los hechos y recuperar la medalla de oro que pertenece a su padre.
Delibes, M.	Mi vida al aire libre	Destino	1989	Autobiográfico y divertido repaso que el famoso escritor realiza de todas sus actividades deportivas pasadas.
Garper, J.	Salida y meta. Historias de ciclismo contadas por fray bicicleta	Dorleta	1997	Cómico y desenfadado compendio sobre el ciclismo de carretera de élite. Con versos, anécdotas y lenguaje muy sencillo.
Trullás, J.	El nacimiento del Martínez Balompié	Don Balón	1989	Novela humorística en la que se describe la creación y desarrollo inicial de un club de fútbol barcelonés en los años 20. Divertida.
Torrecilla Fraguas, M.	Quinta personal	Don Balón	1985	Ejemplarizante relato sobre los reveses de la vida y la correspondiente transformación de las personas. El baloncesto es en esta ocasión el ambiente recreado.
Torbado, J.	Ensayo de banda	Don Balón	1988	De como la creación de un equipo de rugby recupera y cambia la vida de los jóvenes del extrarradio. Novela divertida y muy entretenida.

García Pascuala, M.	Bájame una estrella	Desnivel	1990	Sensaciones y sentimientos personales de una escaladora de roca a lo largo de sus viajes y escaladas. A modo de diario personal.
---------------------	---------------------	----------	------	--

Apoyando estas recomendaciones propondremos también la consulta de revistas relacionadas con el mundo del deporte en su más amplia perspectiva, consultando títulos como:

- Sport-life.
- Montain bike.
- Triatlón.
- Runners.
- Finisher.

Además de estas recomendaciones, la utilización del libro de texto como apoyo conceptual de las diferentes unidades didácticas, se convierte en una herramienta fundamental para el fomento de la lectura, además de la aplicación de técnicas de estudio: resumen, esquematización, ortografía, expresión oral y escrita, etc.

8. UTILIZACIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN

Debido al gran auge de los sistemas informáticos en el siglo XX, el sistema educativo español considera necesario el trabajo con las nuevas tecnologías desde la formación en la escuela. Por ello, además de crear materias propias como la informática o medios de comunicación, también desde el área de educación física debemos introducir el trabajo de las tecnologías de la información y la comunicación para dar un enfoque más globalizado de los contenidos.

Las actividades que se proponen, gracias al uso de las T.I.C., serán de ampliación y refuerzo de aquellos contenidos trabajados en las unidades didácticas, como por ejemplo, buscar juegos sobre capacidades físicas básicas, pruebas de atletismo profesional, juegos populares de Andalucía, reglamentos de diferentes deportes, ...

Este apartado está muy relacionado con el anterior, ya que facilitaremos al alumnado muchas direcciones web donde podrá consultar libros y revistas deportivas, así como noticias y acontecimientos que se desarrollen a nivel provincial (potenciando el conocimiento y la participación en los mismo, ya sea como deportista o bien haciendo otras funciones como

voluntariado, espectador,...) en nuestra localidad se celebran pruebas deportivas como carreras populares, triatlones, travesías a nado, regatas, concursos de pesca, etc.

De esta manera uniremos el uso de las nuevas tecnologías con el de ocupación activa y saludable del tiempo libre.

9. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

ACTIVIDAD	NIVEL / CURSO	PERIODO
Orientación en la naturaleza. Coín	1º E.S.O.	2º trimestre.
Multiaventura Castillo Sohail	1º E.S.O.	3º trimestre
Deportes de playa (fútbol playa, gymkana)	2º E.S.O.	3º trimestre.
Deportes de playa (balonmano playa, gymkana)	3º E.S.O.	3º trimestre.
Patinaje sobre hielo	3º E.S.O.	3º trimestre.
Senderismo	3º E.S.O.	3º trimestre.
Multiaventura (Amazonia o Castillo Sohail)	3º E.S.O.	2º trimestre
Deportes de playa (voley playa, gymkana)	4º E.S.O.	3º trimestre.