

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA

EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

2023/2024

ASPECTOS GENERALES

1. Contextualización y relación con el Plan de centro
2. Marco legal
3. Organización del Departamento de coordinación didáctica:
4. Objetivos de la materia
5. Principios Pedagógicos
6. Evaluación y calificación del alumnado

CONCRECIÓN ANUAL

1º de E.S.O.

2º de E.S.O.

3º de E.S.O.

4º de E.S.O.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EDUCACIÓN FÍSICA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA 2023/2024

ASPECTOS GENERALES

1. Contextualización y relación con el Plan de centro (Planes y programas, tipo de alumnado y centro):

Nuestra programación no tiene finalidad por sí misma. Debemos de entenderla dentro de un contexto tanto físico como social en el cuál se enclavan todas las raíces de nuestra labor y que entramos a desarrollar a continuación. Las características contextuales del centro se proponen en el proyecto educativo, pero es tarea del departamento de Educación Física, exponer aquellas que condicionarán nuestro currículo de E.F.

El centro se encuentra situado en un pueblo de unos 78.000 habitantes de la Costa del Sol, cerca de la playa, parques, senderos, y cerca del entorno natural.

Desde el punto de vista económico, la población del municipio, en su mayoría pertenecen al sector servicios y tanto las madres como los padres, trabajan por lo que el poder adquisitivo es medio.

Existe un alto porcentaje de alumnos y alumnas extranjeros, sobre todo de familias procedentes del norte y este de Europa, los cuales suelen presentar problemas con el idioma. Hay también un buen número de alumnado magrebí, pero estos no presentan problemas de idioma ya que en su mayoría llevan muchos años en España.

Se trata de un centro de doce años de antigüedad y que por la tanto se ajusta a las normas propuestas en el R.D.1004/1991 (en la fecha de construcción era la norma en vigor), cumple los requisitos mínimos de los Centros Educativos no universitarios.

El proyecto que presento pretende fundamentalmente incidir en la faceta de la Educación Física como generadora de valores individuales y sociales. Consideramos que estructurando adecuadamente los contenidos, situaciones y vivencias propias de esta área se puede contribuir a educar personas libres y autónomas que a su vez estén positivamente integradas en su entorno social y medioambiental.

Esta programación, que pretende ser la guía de actuación del profesor en sus actividades educativas está inmersa en un marco de referencia psicopedagógico, desde el que se propone una concepción constructivista del aprendizaje escolar y de la enseñanza. Para la realización de la programación se ha tenido en cuenta las fuentes epistemológicas, psicológicas, pedagógicas y socio- culturales relacionadas con las características de nuestro alumnado y nuestra área. Es decir, partimos de las características de nuestro centro y nuestro alumnado para así construir nuestra programación en función de sus necesidades y siempre en consonancia con la forma de trabajar y los diferentes proyectos que realiza nuestro centro.

El centro pertenece al proyecto de centros TIC, contando con aulas específicas para tal uso y ordenadores en las aulas a razón de uno por cada dos alumnos. Funciona el grupo de trabajo fomento a la lectura con el plan lector de centro y biblioteca para fomentar la utilización de la biblioteca como espacio educativo y de estudio, con préstamos de libros a los alumnos, y Educación para la paz. Además desde el departamento colaboraremos en los distintos planes y programas que se desarrollan en el centro. Entre estos planes se encuentran, el plan de convivencia, el de igualdad, el plan de salud y Forma Joven. También participaremos en el plan Aldea que en estos momentos se encuentra pendiente de publicación y solicitud.

2. Marco legal:

De acuerdo con lo dispuesto en los puntos 2 y 3 del artículo 27 del Decreto 102/2023, de 9 de mayo de 2023, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, «2. En el marco de las funciones asignadas a los distintos órganos existentes en los centros en la normativa reguladora de la organización y el funcionamiento de los mismos, los centros docentes desarrollarán y concretarán, en su caso, el currículo en su Proyecto educativo y lo adaptarán a las necesidades de su alumnado y a las características específicas del entorno social y cultural en el que se encuentra, configurando así su oferta formativa. 3. De conformidad con lo dispuesto en el artículo 120.4 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, los centros docentes, en el ejercicio de su autonomía, podrán adoptar experimentaciones, innovaciones pedagógicas, programas educativos, planes de trabajo, formas de organización, normas de convivencia o ampliación del calendario escolar o del horario lectivo de ámbitos, áreas o materias de acuerdo con lo que establezca al respecto la Consejería competente en materia de educación y dentro de las posibilidades que permita la normativa aplicable, incluida la laboral, sin que, en ningún caso, suponga discriminación de ningún tipo, ni se impongan aportaciones a las familias ni exigencias a la Administración educativa. ».

Asimismo y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 4.3 de la Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas

educativas, «Sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 2.4, los departamentos de coordinación didáctica concretarán las líneas de actuación en la Programación didáctica, incluyendo las distintas medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales que deban llevarse a cabo de acuerdo con las necesidades del alumnado y en el marco establecido en el capítulo V del Decreto 102/2023, de 9 de mayo.».

Además y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 2.4 de la Orden de 30 de mayo de 2023, «El profesorado integrante de los distintos departamentos de coordinación didáctica elaborará las programaciones didácticas, según lo dispuesto en el artículo 29 del Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, de las materias de cada curso que tengan asignadas, a partir de lo establecido en los Anexos II, III, IV y V, mediante la concreción de las competencias específicas, de los criterios de evaluación, de la adecuación de los saberes básicos y de su vinculación con dichos criterios de evaluación, así como el establecimiento de situaciones de aprendizaje que integren estos elementos y contribuyan a la adquisición de las competencias, respetando los principios pedagógicos regulados en el artículo 6 del citado Decreto 102/2023, de 9 de mayo.».

Justificación Legal:

- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.
- Decreto 102/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.
- Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre las diferentes etapas educativas
- Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los institutos de educación secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.

3. Organización del Departamento de coordinación didáctica:

Para este curso 2023/2024 el Departamento de Educación Física del I.E.S. Torre Almenara cuenta con el trabajo de:

- D. Francisco Ramos Olmedo (Jefe de departamento) que se encargará de impartir EF en los grupos: 1ºESO-A, 3ºESO A, 3ºESO D, 4ºESO-A, 4ºESO B y 4º ESO-D.
- D. Felipe Morales Ruíz, que impartirá clase en 2ºESO A, 2ºESO B, 2ºESO C, 2º ESO D, 2ºESO E, 2ºESO F, 4ºESO C y 4ºESO E. Además es tutor de 4º ESO C.
- D. Nicolás Valera Martínez que llevará la EF en los grupos de: 1ºESO-B, 1ºESO-C, 1ºESO D, 1ºESO E, 3ºESO-B, 3ºESO C y 3º ESO-E.

Nuestro departamento pertenece al Área Artística junto con música y EPV. En cuanto a instalaciones deportivas, nuestro departamento dispone de un pabellón polideportivo con dos canastas y espalderas, y dos pistas deportivas (una de baloncesto y otra de fútbol sala multideportiva con cuatro canastas y dos porterías) en el exterior. La división de los espacios según el horario de los componentes del departamento es el siguiente, una hora en el gimnasio y una hora en el pabellón cada semana.

4. Objetivos de la etapa:

Conforme a lo dispuesto en el artículo 5 del Decreto 102/2023, de 9 de mayo de 2023. la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver

pacíficamente los conflictos.

e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propia y de las demás personas, apreciando los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, así como otros hechos diferenciadores como el flamenco, para que sean conocidos, valorados y respetados como patrimonio propio.

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de las otras personas, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales y el medioambiente, contribuyendo a su conservación y mejora, reconociendo la riqueza paisajística y medioambiental andaluza.

l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

m) Conocer y apreciar la peculiaridad lingüística andaluza en todas sus variedades.

n) Conocer y respetar el patrimonio cultural de Andalucía, partiendo del conocimiento y de la comprensión de nuestra cultura, reconociendo a Andalucía como comunidad de encuentro de culturas.

5. Principios Pedagógicos:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 6 Decreto 102/2023, de 9 de mayo de 2023. Sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 6 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, en Andalucía el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria responderá a los siguientes principios:

a) La lectura constituye un factor fundamental para el desarrollo de las competencias clave. Las programaciones didácticas de todas las materias incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística. Los centros, al organizar su práctica docente, deberán garantizar la incorporación de un tiempo diario, no inferior a 30 minutos, en todos los niveles de la etapa, para el desarrollo planificado de dicha competencia. Asimismo, deben permitir que el alumnado desarrolle destrezas orales básicas, potenciando aspectos clave como el debate y la oratoria.

b) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten a cada alumno o alumna una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de segundo curso y en el Perfil de salida del alumnado al término de la Enseñanza Básica.

c) Desde las distintas materias se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.

d) Asimismo, se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión 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 medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida.

e) Se potenciará el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) con objeto de garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado. Para ello, en la práctica docente se desarrollarán dinámicas de trabajo que ayuden a descubrir el talento y el potencial de cada alumno y alumna y se integrarán diferentes formas de presentación del currículo, metodologías variadas y recursos que respondan a los distintos estilos y ritmos de aprendizaje del alumnado.

f) Se fomentará el uso de herramientas de inteligencia emocional para el acercamiento del alumnado a las estrategias de gestión de emociones, desarrollando principios de empatía y resolución de conflictos que le permitan convivir en la sociedad plural en la que vivimos.

g) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folclore, las distintas

variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas, entre ellas, el flamenco, la música, la literatura o la pintura, tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de su ciudadanía a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte del desarrollo del currículo.

h) Atendiendo a lo recogido en el capítulo I del título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres.

i) En los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, con objeto de fomentar la integración de las competencias clave, se dedicará un tiempo del horario lectivo a la realización de proyectos significativos para el alumnado, así como a la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, el emprendimiento, la reflexión y la responsabilidad del alumnado.

j) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, de sistematización y de presentación de la información, para aplicar procesos de análisis, de observación y de experimentación, mejorando habilidades de cálculo y desarrollando la capacidad de resolución de problemas, fortaleciendo así habilidades y destrezas de razonamiento matemático.

6. Evaluación y calificación del alumnado:

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 10.1 de la Orden de 30 de mayo de 2023, «La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua, competencial, formativa, integradora, diferenciada y objetiva según las distintas materias del currículo y será un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje. Tomará como referentes los criterios de evaluación de las diferentes materias curriculares, a través de los cuales se medirá el grado de consecución de las competencias específicas.»

Igualmente, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 11.1 de la Orden de 30 de mayo de 2023, «El profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje en relación con los criterios de evaluación y el grado de desarrollo de las competencias específicas de cada materia.»

Asimismo en el artículo 11.4 de la citada ley: «Para la evaluación del alumnado se utilizarán diferentes instrumentos tales como cuestionarios, formularios, presentaciones, exposiciones orales, edición de documentos, pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, coherentes con los criterios de evaluación y con las características específicas del alumnado, garantizando así que la evaluación responde al principio de atención a la diversidad y a las diferencias individuales. Se fomentarán los procesos de coevaluación, evaluación entre iguales, así como la autoevaluación del alumnado, potenciando la capacidad del mismo para juzgar sus logros respecto a una tarea determinada.»

Igualmente, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 13.6 del Decreto 102/2023, de 9 de mayo, «El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente.»

CONCRECIÓN ANUAL

Educación Física - 1º de E.S.O.

1. Evaluación inicial:

La evaluación de nuestra materia tendrá un carácter competencial, estará basada en la observación y tendrá como referente las competencias específicas de la Educación Física, por lo que le aplicaremos un porcentaje a cada uno de los criterios de cada uno de los cursos. Para hacerlo de un modo más práctico, agruparemos los criterios en tres grupos según sus características y a cada uno de esos grupos le daremos un porcentaje. Debemos tener en cuenta que, debido al carácter tan particular y tan práctico de nuestra materia, en cada una de las unidades se evaluarán numerosos criterios. La evaluación será continua aunque al final de cada trimestre se le evaluará con carácter informativo, siendo la evaluación final, el resultado de media de las tres evaluaciones.

La evaluación inicial consistirá en realizar una batería de pruebas físicas estandarizadas además de la realización de diferentes actividades que nos permitirán evaluar de forma rápida y concisa los principales criterios a tener en cuenta durante el curso.

A través de esta evaluación inicial hemos decidido los contenidos a impartir este curso para eliminar las carencias y fortalecer los contenidos que creemos necesario reforzar.

2. Principios Pedagógicos:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 6 Decreto 102/2023, de 9 de mayo de 2023. Sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 6 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, en Andalucía el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria responderá a los siguientes principios:

a) La lectura constituye un factor fundamental para el desarrollo de las competencias clave. Las programaciones didácticas de todas las materias incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística. Los centros, al organizar su práctica docente, deberán garantizar la incorporación de un tiempo diario, no inferior a 30 minutos, en todos los niveles de la etapa, para el desarrollo planificado de dicha competencia. Asimismo, deben permitir que el alumnado desarrolle destrezas orales básicas, potenciando aspectos clave como el debate y la oratoria.

b) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten a cada alumno o alumna una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de segundo curso y en el Perfil de salida del alumnado al término de la Enseñanza Básica.

c) Desde las distintas materias se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.

d) Asimismo, se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión 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 medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida.

e) Se potenciará el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) con objeto de garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado. Para ello, en la práctica docente se desarrollarán dinámicas de trabajo que ayuden a descubrir el talento y el potencial de cada alumno y alumna y se integrarán diferentes formas de presentación del currículo, metodologías variadas y recursos que respondan a los distintos estilos y ritmos de aprendizaje del alumnado.

f) Se fomentará el uso de herramientas de inteligencia emocional para el acercamiento del alumnado a las estrategias de gestión de emociones, desarrollando principios de empatía y resolución de conflictos que le permitan convivir en la sociedad plural en la que vivimos.

g) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folclore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas, entre ellas, el flamenco, la música, la literatura o la pintura, tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de su ciudadanía a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte del desarrollo del currículo.

h) Atendiendo a lo recogido en el capítulo I del título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres.

i) En los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, con objeto de fomentar la integración de las competencias clave, se dedicará un tiempo del horario lectivo a la realización de proyectos significativos para el alumnado, así como a la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, el emprendimiento, la reflexión y la responsabilidad del alumnado.

j) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, de sistematización y de presentación de la información, para aplicar procesos de análisis, de observación y de experimentación,

mejorando habilidades de cálculo y desarrollando la capacidad de resolución de problemas, fortaleciendo así habilidades y destrezas de razonamiento matemático.

Para el desarrollo de estas habilidades lingüísticas la Educación Física en la ESO contribuye sobre todo en las sesiones exclusivamente conceptuales en cada trimestre. En todos los trimestres se aprenden, se analizan, y se relacionan los conceptos correspondientes a ese periodo, en concreto, tres por trimestre. En la clase teórica los alumnos y alumnas deben participar activamente en la elaboración de preguntas de dudas de los contenidos, además cada unidad temática conceptual incluye una lectura sobre un tema de actualidad físico-deportiva de carácter axiológico, que los alumnos deben leer obligatoriamente (en público o individualmente) y posteriormente realizar un foro de debate donde verter sus opiniones personales al respecto, ya sea de forma oral o escrita a tenor de las necesidades temporales y de las decisiones del profesorado.

La expresión escrita tiene su territorio en forma de respuestas a las preguntas cortas en las pruebas conceptuales y en las fichas de clase, existiendo además la posibilidad de realizar algún trabajo teórico en función de las decisiones del profesorado.

CONTRIBUCIÓN DE LA ASIGNATURA AL PLAN LECTOR DEL CENTRO.

- a) Despertar, aumentar y consolidar el interés del alumnado por la lectura
- b) Potenciar la comprensión lectora desde todas las áreas del currículo
- c) Promover en el alumnado la capacidad de expresarse sobre diferentes temas con claridad, coherencia y sencillez.
- d) Lograr que el alumnado conserve, o en su caso descubra, el hábito de la lectura como un elemento de disfrute personal.
- e) Fomentar en el alumnado, a través de la lectura y la escritura, una actitud reflexiva y crítica ante las manifestaciones del entorno, potenciando la utilización de fuentes de información variadas.
- f) Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación como consulta, mejora y apoyo al fomento de la lectura y al desarrollo de la comprensión lectora.
- g) Potenciar la utilización de las bibliotecas escolares como centros de recursos para el aprendizaje continuo, adaptándolas a las exigencias de la sociedad del conocimiento.

Para el desarrollo de esta parcela utilizaremos principalmente los textos de E.F. de ESO proporcionados por el departamento de educación física.

El alumnado realizará alternadamente lectura pública a voz en alto con lectura individual silenciosa de seguimiento del narrador y lectura íntima individual sin apoyo. Posteriormente para demostrar el grado de comprensión lectora el alumno deberá responder las baterías de preguntas referidas a las lecturas mencionadas. Nuestro plan lector se encuentra enmarcado dentro del plan lector del centro, por ello, hemos establecido un horario común donde indicamos qué días en semanas alternativas, vamos a leer con cada clase.

CONTENIDOS TRANSVERSALES

Dentro de la transversalidad de los contenidos, vamos a trabajar una serie de valores que son comunes a todas las áreas. La ordenación de los valores a trabajar en este nivel vendrá dada por la secuenciación de los contenidos organizados en las unidades didácticas correspondientes, que se podrá visualizar en las correspondientes fichas en el apartado ¿Unidades Didácticas¿(17).

AUTOESTIMA. Reflejada en la adquisición de hábitos posturales, de higiene corporal y cuidado del cuerpo.

AUTOSUPERACIÓN. Se pondrá de manifiesto en las pruebas y sesiones de desarrollo de condición física y capacidades físicas.

RESPECTO. A las normas de convivencia, a los demás compañeros y compañeras, al profesor, al material didáctico.

COEDUCACIÓN. Desde edades tempranas debemos hacer hincapié en desterrar actitudes sexistas en nuestra asignatura, desde la agrupación del alumnado, la elección de intereses, selección de tareas, hasta en los momentos de ocio, debemos defender la igualdad de géneros que emana del respeto hacia el ¿otro¿.

CONSTANCIA Y PERSEVERANCIA. En el trabajo físico e intelectual, en entrenamientos, juegos, y deportes, debemos transmitir el principio que afirma que con la práctica constante llegan las mejoras en los trabajos.

TRABAJO EN EQUIPO. Por encima de los intereses y logros individuales debemos ser capaces de trabajar responsablemente en un grupo, respetando a todos sus componentes, mostrando una participación activa, y un compromiso con los intereses del grupo.

EMPATÍA. Ser capaz de situarse en el lugar del otro, comprenderlo y respetarlo, son condiciones para el desarrollo de la humanidad. En nuestra asignatura debemos luchar contra la indolencia y la falta de sensibilidad que promueven los medios de comunicación; por lo tanto debemos mostrar esa empatía cuando aceptemos los distintos niveles de habilidad, o las diferentes manifestaciones corporales de las personas, huyendo de la mofa o la burla.

HUMILDAD. La consecución de grandes logros deportivos, o el desarrollo brillante de las distintas habilidades motrices no debe derivar por los derroteros de la arrogancia. Debemos encauzar y reconducir estas actitudes hacia

la humildad que ha de mostrarse en la sobriedad de la gestualidad y el respeto a los demás.

EDUCACIÓN PARA LA PAZ. Desterrar la violencia en todas sus manifestaciones es la primera meta axiológica de nuestra asignatura. Este valor junto con el de la empatía debe cristalizarse en la resolución pacífica y dialogante de los conflictos.

ECOLOGÍA. Debemos inculcar el respeto, la conservación y mejora del medio natural que habitamos, desde el patio del instituto hasta el globo terráqueo.

3. Aspectos metodológicos para la construcción de situaciones de aprendizaje:

En función de los pilares fundamentales se extraen una serie de aspectos metodológicos que nos ayudarán en la construcción de las situaciones de aprendizaje:

Fomentar la autonomía de los alumnos/as, en cuestiones de organización y gestión de las clases y actividades.

Fomentar el interés hacia la práctica de la educación física: la motivación, el juego, el entusiasmo, la actitud relajada, y la autoestima serán constantes en las propuestas.

Globalidad utilizaremos el juego como estrategia metodológica, confiriéndolo un tratamiento especial, más interesante, al resto de contenidos, consiguiendo crear un ambiente de motivación.

Favorecer las relaciones sociales, coeducativas y entre iguales: para ello los alumnos siempre deberán respetar a todos sus compañeros y compañeras, facilitarán el trabajo y la realización de las actividades.

Generalidad y variedad, de nuevo la consecuencia va a ser la creación de un currículo más atractivo y motivante para los alumnos/as, el aprendizaje al ser practicado, será más significativo.

Creación de una serie de hábitos de comportamiento y de trabajo en relación a la E.F. Como consecuencia seremos estrictos en el establecimiento y cumplimiento de las normas, tanto de clase como de seguridad, utilizando en ocasiones una enseñanza dirigida al control de la clase.

Respeto entre los compañeros y compañeras, no se permitirá bajo ningún concepto actitudes discriminatorias, faltas de respeto, etc. hacia los compañeros y compañeras. Se debe crear un clima de aula donde los alumnos / as serán animados a que jueguen, a que practiquen y a que aprendan.

Seguridad evitando cualquier situación de riesgo para la salud de los alumnos y alumnas. De este modo partiremos de su nivel de desarrollo motor y evitaremos ejercicios contraindicados para su nivel de capacidad. Deberán aprender desde el primer momento, desde la primera unidad didáctica cuales son las normas para realizar actividad física segura y saludable. No se plantearán ejercicios que sobrepasen sus limitaciones físicas, desde el punto de vista de la intensidad, del tiempo de ejecución, del material utilizado etc. Se vigilará que el material y las instalaciones estén en óptimas condiciones.

Intervención didáctica en el aula.

En el desarrollo práctico de la sesión de E.F., el docente debe tomar una serie de decisiones en relación a la técnica de enseñanza, organización-control (de los alumnos/as, de las actividades, del espacio y tiempo), clima de aula, estrategia en la práctica y recursos a utilizar, de este modo se irá conformando el estilo de enseñanza adecuado para el aprendizaje de los contenidos:

a) Técnica de enseñanza:

A lo largo del curso iremos progresando de una técnica de enseñanza basada en la instrucción directa, donde el alumnado repetirá los modelos de ejecución propuestos por el docente, hacia una técnica de enseñanza basada en la indagación, donde los alumnos y alumnas deberán buscar sus propias soluciones, tal y como abogan las directrices de la educación actual. La información inicial de la tarea será breve, clara y sencilla.

b) Organización y control:

De los alumnos y alumnas:

A lo largo del curso del curso iremos progresando de una organización de tipo formal, donde la mayoría de las decisiones las tomará el docente, hacia una organización de tipo semiformal, donde los alumnos/as tomarán algunas decisiones, se plantearán circuitos por estaciones, habrá mayor libertad, se formarán parejas para ayudar al compañero, incluso para algunas unidades didácticas se plantea una organización de tipo informal, donde los alumnos y alumnas toman todas las decisiones.

Los alumnos y alumnas se van a organizar de forma individual, grupal y masiva. Los grupos casi nunca excederán de seis componentes. Siempre serán mixtos. También utilizaremos criterios aleatorios para formar grupos: color de la ropa, baraja de cartas, o grupos de interés.

De las actividades:

Las actividades en cuarto de ESO tienden a ser de carácter general para ir evolucionando a una mayor independencia en el aprendizaje. De esta manera se ejerce un mayor control de la actividad de clase y se evitan conductas disruptivas. Conforme vaya avanzando el curso se irán planteando actividades donde los alumnos y alumnas puedan elegir según su nivel de ejecución.

Del tiempo:

Las clases van a tener una duración real de unos 50 minutos. Los alumnos tienen que bajar a clase, cambiarse, y

esperar a que estén todos para explicar. Se dividen en tres partes: inicial, donde se pasa lista, siempre en el mismo lugar, se reparten fichas, se dan explicaciones teóricas y se realiza el calentamiento; intermedia o parte principal, donde se trabajan los contenidos propios de la sesión; final, donde se realiza actividades de vuelta a la calma, actividades de reflexión grupal, actividades del cuaderno, además los alumnos y alumnas se deben asear, y mudarse al menos de camiseta.

Las tareas serán de ejecución simultánea para optimizar el tiempo útil de compromiso motor. Cuando la ejecución sea de tipo alternativo, se intentará que la pareja observe y analice a su compañero o compañera. Cuando la ejecución sea de tipo consecutivo, se intentará que el tiempo de espera sea el menor posible. Cuando la intensidad de las actividades sea alta será conveniente el planteamiento de una ejecución de tipo consecutivo donde haya turnos de espera, para que de esta forma el alumnado descanse, por ejemplo en juegos de relevos.

Del profesor:

La ubicación del profesor será destacada, en el espacio desde donde nos permita un buen control de los mismos. Intentaremos que todos estén en nuestro campo de visión. Además hay que tener en cuenta la ubicación del alumnado en el espacio para evitar accidentes, choques, golpes, etc. No se permitirá que los alumnos o alumnas más capaces ocupen los mejores espacios, mientras que los menos capaces ocupen los espacios marginales, coeducación.

c) Clima de aula.

El clima de aula debe ser positivo, el alumnado debe sentirse en un ambiente de afecto y confianza. Pero además deben comprender que las clases de E.F. para que funcionen deben estar sujetas a unas normas que se han de cumplir. No se debe coartar la actuación de ningún alumno o alumnos, sino todo lo contrario, para lo cual el docente deberá tener expectativas de éxito en todo momento y convertirse en dinamizador de la clase, procurando atender a todos los alumnos y alumnas, dando conocimiento de resultados de tipo positivo y dialogando con el alumnado y favoreciendo las relaciones sociales entre los alumnos y alumnas.

d) Estrategia en la práctica.

La estrategia en la práctica va a estar muy mediatizada por el contenido que se vaya a trabajar. En general en las unidades didácticas va a predominar la utilización de la estrategia en la práctica de tipo global, también mixta, mostrando el ejercicio global para posteriormente desfragmentarlo y volver a la realización global para finalizar, siempre en función de la situación de aprendizaje.

4. Materiales y recursos:

El departamento dispone completamente de material necesario para llevar a cabo esta programación, a fecha de septiembre de 2021, aunque se irá adquiriendo nuevo material para ir renovando el que se estropee.

- Respecto a recursos bibliográficos, no se dispone de un libro de texto, que sustituimos con apuntes y fotocopias, en formato papel o soporte digital, como contenidos teóricos específicos, los cuales estarán subidos a la plataforma moodle del centro. Además de ello, y como forma de contribución al fomento de la lectura, utilizaremos también artículos de periódicos, revistas, etc., que lleven, junto a lo anterior, a la lectura y a la reflexión, y completen así los aprendizajes. En este sentido el departamento también seguirá, en la medida de lo posible, las indicaciones dadas en la E.T.C.P. al respecto.

- El uso de fichas con finalidad variada: recogida de información, investigación evaluación de conocimientos previos, coevaluación, evaluación del profesor, etc., son un recurso en el que nos apoyaremos en determinados momentos.

- También usamos otros recursos de índole audiovisual e informático, equipo de música para determinados contenidos rítmico-expresivos, cámara de vídeo y de fotos digital con la que grabar y retratar ejecuciones y producciones de los alumnos, y como no, las pizarras digitales de las que dispone también el centro, siempre y cuando estén libres, y así poder visualizar aspectos relacionados con la práctica, vídeos que hagan de actividad de motivación, presentaciones de ¿powerpoint¿, posibilidad de Classroom, explicar baremos con la hoja de cálculo, etc., y como no, recurrir a esa fuente inagotable de información que es Internet, y es que, la visualización es siempre más efectiva que la palabra, y más en una materia como la nuestra que es fundamentalmente visual principalmente.

- Como recursos didácticos empleamos los cañones digitales y pizarra digitales de cada clase para hacer consultas en Internet y exponer las presentaciones necesarias. La pizarra clásica y la tiza también son utilizadas como recurso didáctico. Se propone para este curso la compra de una pizarra de rotulador para explicaciones en pista exterior.

Materiales: En cuanto a los medios materiales el centro está dotado del suficiente como para plantear un currículo variado, aunque se comprarán algunas cosas para mejorarlo. Hay balones de distintos deportes, picas, aros, pelotas de rítmica, balones medicinales, raquetas de bádminton, de shuttball, de tenis de mesa, cuerdas, colchonetas finas y gordas, vallas de atletismo, brújulas, bancos suecos, freesbes, recursos audiovisuales (Danzas

del mundo, dvds contenidos, equipo de música, documentos flash sobre deportes, programas de ordenador interactivos...), bibliografía variada, libros de texto de la mayoría de las editoriales.

El enfoque general del currículo para el área de Educación física vendrá propuesto en el Proyecto Curricular de Centro (PCC). En líneas generales se caracteriza por la variedad en la selección y trabajo de los contenidos. Se le da más importancia a los aspectos relacionados con la vivencia y variedad que a los aspectos relacionados con la mejora y perfección. Primarán los aspectos lúdicos y recreativos más que los competitivos. Los valores morales y sociales siempre serán un referente en el trabajo de cualquier contenido. En definitiva, los alumnos y alumnas cuando finalicen la ESO, deben estar capacitados y motivados para realizar actividad física saludable en su tiempo libre, con variabilidad en la práctica, que tengan la posibilidad de realizar todo tipo de actividad física.

TRABAJO CON LAS TIC¿S.

Las técnicas de información y comunicación se emplearán principalmente en las clases teóricas:

- Utilización de los cañones para proyectar las presentaciones con los temas teóricos.
- Utilización de internet para consultas teóricas y exposición de videos e imágenes de la materia.
- Utilización de la plataforma classroom para difundir los apuntes y tareas teóricas, y artículos, actividades de refuerzo y ampliación en todos los cursos.
- Utilización del correo electrónico y la plataforma Seneca para el contacto con los padres y compañeros.

HERRAMIENTAS G-SUITE.

Utilizaremos algunas herramientas de las que ofrece G-SUITE como son classroom para estar en contacto con los alumnos, subir apuntes y mandar tareas. También utilizaremos DRIVE para compartir documentos, imágenes o artículos con los alumnos. Para las reuniones telemáticas utilizaremos MEET. Para la exposición de videos que nos puedan ayudar en el proceso de enseñanza aprendizaje, utilizaremos YOUTUBE.

Este apartado queda abierto para la posible utilización de otras herramientas que existan o que se puedan crear durante el curso.

5. Evaluación: criterios de calificación y herramientas:

A modo de introducción hemos de decir que la evaluación nos permitirá controlar y encauzar todo el proceso educativo: alumnos, medios, métodos, objetivos, la propia programación, etc.

Será una evaluación basada en la observación continua, con una evaluación inicial de diagnóstico; una evaluación formativa que nos irá mostrando el desarrollo de ese aprendizaje, y al final realizaremos una evaluación sumativa o global, juntos a la autoevaluación y coevaluación.

Deberá cumplir una función diagnóstica y orientadora, así como también será integral, compartida, continua y reguladora del proceso educativo.

Los alumnos y alumnas serán evaluados por sus conocimientos, actitudes y progresos conseguidos, tomando como referencia su estado inicial al comienzo del curso y lo realizado en cursos anteriores. Por ello, al comienzo de las tareas creemos interesante realizar una evaluación inicial de diagnóstico, con el fin de conocer el nivel y estado de los alumnos y del grupo, y así adecuar los objetivos de aprendizaje a las necesidades y capacidades de éstos. En la medida de lo posible, determinaremos niveles mínimos de ejecución para orientar al alumno en relación con los objetivos que debe alcanzar. Dichos niveles mínimos estarán en función de las posibilidades de cada alumno y de los medios de los que se dispongan.

Siguiendo con el alumnado, la evaluación deberá ser lo más completa posible valorándose:

- El rendimiento en el ámbito cognitivo.
- Las capacidades físicas, las habilidades motoras básicas, las habilidades motoras específicas, el grado de aplicación a situaciones reales de las habilidades adquiridas, las diversas tareas que realizan durante las clases.
- La motivación y la disposición para el trabajo de educación física y el aprendizaje en general, el esfuerzo y perseverancia en las tareas, la toma de responsabilidades, el respeto hacia los demás, la creatividad, el buen uso del material e instalaciones, la aportación y participación, la capacidad de trabajo en grupo, la cooperación, la aceptación de valores y normas con respecto a la actividad física, la salud, el medio ambiente, las reglas sociales.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

En cada una de las situaciones de aprendizaje, se trabajarán las distintas competencias específicas y criterios de evaluación, que mediante su evaluación nos proporcionarán una calificación. Cada situación de aprendizaje se evaluará por separado y en cada una de ellas se trabajarán algunos criterios los cuales tendrán todo el mismo valor. La nota del trimestre se obtendrá de la media aritmética de todos los criterios trabajados. La nota final del curso será la nota aritmética de los tres trimestres.

Para nuestro departamento resulta muy importante la actitud de los alumnos hacia la asignatura y el respeto hacia los compañeros/as y hacia los profesores, además del cuidado del material. Por ello, existirán una serie de criterios de evaluación, que serán comunes para todas las situaciones de aprendizaje, y que serán evaluados en todas ellas. Esta serie de criterios son de carácter actitudinal.

HERRAMIENTAS:

Para las pruebas de valoración de la condición física los elementos de evaluación tendrán que ver con el interés, el esfuerzo y la actitud ante ellas, más que con los resultados obtenidos, de tal forma que se relacionen con objetivos personales de mejora. No obstante, dada la implicación individual en la mejora de los resultados, a partir del trabajo sistemático y del propio compromiso podrían establecerse criterios de calificación que repercutan en la evaluación.

Para ayudarnos a realizar una evaluación lo más acertada posible podemos utilizar entre otras las siguientes técnicas e instrumentos:

- Técnicas de pruebas.

o Instrumentos.

- Pruebas de conocimiento objetivas: Cuestionarios (de elección múltiples, de correspondencias, de frases incompletas, etc.)

- Tests motores y pruebas funcionales.

- Pruebas de ejecución (hay que atender no sólo al resultado, sino también a la destreza en la realización, el manejo del material, la rapidez, etc).

- Revisión de las tareas de los alumnos.

o Instrumentos.

- Trabajos documentales y trabajos creativos. Web o Classroom.

- Fichas de clase.

- Técnicas de observación.

- Registro de anécdotas. Se anotan diversos acontecimientos o comportamientos que parecen significativos para el profesor.

- Listas de control. Expresan conductas positivas y negativas de los alumnos en una determinada actuación. Utilizan un juicio simple por ejemplo ¿sí o no¿ sin añadir matices cualitativos.

- Escalas de evaluación. Permiten indicar la cualidad, cantidad, o nivel de rendimiento observado (numéricas, gráficas, descriptivas)

- Procedimientos de verificación. Permiten observar y registrar hechos que suceden en situaciones reales, es decir, sin alterar el comportamiento del individuo. Hay muchos tipos de planillas de observación:

- Cronometraje de comportamientos. Se controla la duración de cada comportamiento y/o actividad observados.

- Muestreo de tiempos. Durante un periodo de tiempo corto se comprueba si el comportamiento definido se verifica.

- Registro de acontecimientos. Utilizado sobre todo en partidos y situaciones de juego, anotando los datos estadísticos de un jugador/alumno.

- La autoevaluación. Dependiendo de los cursos y sobre todo a título informativo para conocer las referencias y valoraciones que sobre su proceso educativo tienen los alumnos y alumnas.

6. Actividades complementarias y extraescolares:

Las Actividades que aquí se programan están basadas en las líneas de actuación marcadas en el departamento, como son la ocupación del Tiempo Libre y la creación de hábitos de Salud e Higiene Corporal, incidiendo con ellas sobre el bienestar de nuestros alumnos y en la mejora de su calidad de vida. Todas las actividades que se proponen serán realizadas por los miembros de este departamento haciéndose responsables de las mismas. Además se podrán realizar otras actividades que puedan surgir a lo largo del curso y que sean interesantes para nuestros alumnos.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Competiciones deportivas en horario de recreos: fútbol-sala, baloncesto, ping-pong, voleibol, balonmano y mate. Organizadas por el departamento, ayudado por alumnos de 4º ESO y junto a la jefatura de estudios del centro. Se introduce la norma de suspender a aquellos alumnos que sean sancionados con partes, a través de jefatura de estudios.

Partido de profesores contra alumnos y alumnas en los deportes en los que se haya competido en las ligas internas, a desarrollar en la semana cultural del centro. Organización de feria de juegos populares por el alumnado de 4º ESO se desarrollará en las pistas y el pabellón.

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES.

Son muchos los factores que entran en juego: desde los climatológicos a los organizativos, debiendo considerarse también las posibilidades económicas del alumnado en general. Supone, además, un esfuerzo económico adicional si se organizan salidas en autobús. Una alternativa a estos inconvenientes podría ser la utilización del entorno natural más próximo al centro, con salidas de corta duración. Se creará una autorización para salidas puntuales de distintos cursos, en el horario de Educación Física, para aprovechar el entorno natural y practicar distintas actividades físicas, así como la posible utilización de instalaciones que nos rodean como campo de fútbol, área recreativa o polideportivo.

La puesta en práctica de cualquier actividad complementaria o extraescolar conlleva un gran esfuerzo por parte no sólo de los profesores directamente implicados, sino de otros que colaboran en estas tareas.

ACTIVIDADES DEL CURSO

1. Patinaje sobre hielo. Pista de hielo de Benalmádena.
2. Carrera de orientación en COIN.
3. Senderismo.
4. Jornadas recreativas Anima-playa. Playa Malapesquera. les Arroyo de la miel. Tafad.
5. Gymkana ecológica.
6. Carrera Save the children.
7. Visita a Amazonia.

Además, ya que la programación es abierta, se realizarán las actividades que puedan surgir durante el curso y que estén relacionadas con los contenidos que están propuestos en la programación.

7. Atención a la diversidad y a las diferencias individuales:

7.1. Medidas generales:

- Agrupamientos flexibles.
- Aprendizaje por proyectos.
- Tutoría entre iguales.

7.2. Medidas específicas:

- Programas de profundización.
- Programas de refuerzo del aprendizaje.

8. Situaciones de aprendizaje:

- Acrogym
- Actividades en la naturaleza.
- BÁDMINTON
- Condición física
- Deportes alternativos.
- deportes colectivos
- El circo
- Higiene postural, calentamiento y salud.
- Orientación

9. Descriptores operativos:

Competencia clave: Competencia emprendedora.

Descriptorios operativos:
CE1. Se inicia en el análisis y reconocimiento de necesidades y hace frente a retos con actitud crítica, valorando las posibilidades de un desarrollo sostenible, reflexionando sobre el impacto que puedan generar en el entorno, para plantear ideas y soluciones originales y sostenibles en el ámbito social, educativo y profesional.
CE2. Identifica y analiza las fortalezas y debilidades propias, utilizando estrategias de autoconocimiento, comprendiendo los elementos económicos y financieros elementales y aplicándolos a actividades y situaciones concretas, usando destrezas básicas que le permitan la colaboración y el trabajo en equipo y le ayuden a resolver problemas de la vida diaria para poder llevar a cabo experiencias emprendedoras que generen valor.
CE3. Participa en el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas, así como en la realización de tareas previamente planificadas e interviene en procesos de toma de decisiones que puedan surgir, considerando el proceso realizado y el resultado obtenido para la creación de un modelo emprendedor e innovador, teniendo en cuenta la experiencia como una oportunidad para aprender.
Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.
Descriptorios operativos:
CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal, iniciándose progresivamente en el uso de la coherencia, corrección y adecuación en diferentes ámbitos personal, social y educativo y participa de manera activa y adecuada en interacciones comunicativas, mostrando una actitud respetuosa, tanto para el intercambio de información y creación de conocimiento como para establecer vínculos personales.
CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud reflexiva textos orales, escritos, signados o multimodales de relativa complejidad correspondientes a diferentes ámbitos personal, social y educativo, participando de manera activa e intercambiando opiniones en diferentes contextos y situaciones para construir conocimiento.
CCL3. Localiza, selecciona y contrasta, siguiendo indicaciones, información procedente de diferentes fuentes y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera creativa, valorando aspectos más significativos relacionados con los objetivos de lectura, reconociendo y aprendiendo a evitar los riesgos de desinformación y adoptando un punto de vista crítico y personal con la propiedad intelectual.
CCL4. Lee de manera autónoma obras diversas adecuadas a su edad y selecciona las más cercanas a sus propios gustos e intereses, reconociendo muestras relevantes del patrimonio literario como un modo de simbolizar la experiencia individual y colectiva, interpretando y creando obras con intención literaria, a partir de modelos dados, reconociendo la lectura como fuente de enriquecimiento cultural y disfrute personal.
CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, identificando y aplicando estrategias para detectar usos discriminatorios, así como rechazar los abusos de poder, para favorecer un uso eficaz y ético de los diferentes sistemas de comunicación.
Competencia clave: Competencia plurilingüe.
Descriptorios operativos:
CP1. Usa con cierta eficacia una lengua, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a necesidades comunicativas breves, sencillas y predecibles, de manera adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a situaciones y contextos cotidianos y frecuentes de los ámbitos personal, social y educativo.
CP2. A partir de sus experiencias, utiliza progresivamente estrategias adecuadas que le permiten comunicarse entre distintas lenguas en contextos cotidianos a través del uso de transferencias que le ayuden a ampliar su repertorio lingüístico individual.
CP3. Conoce, respeta y muestra interés por la diversidad lingüística y cultural presente en su entorno próximo, permitiendo conseguir su desarrollo personal y valorando su importancia como factor de diálogo, para mejorar la convivencia y promover la cohesión social.
Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.
Descriptorios operativos:
CPSAA1. Toma conciencia y expresa sus propias emociones afrontando con éxito, optimismo y empatía la búsqueda de un propósito y motivación para el aprendizaje, para iniciarse, de manera progresiva, en el tratamiento y la gestión de los retos y cambios que surgen en su vida cotidiana y adecuarlos a sus propios objetivos.
CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes para la salud, desarrolla hábitos encaminados a la conservación de la salud física, mental y social (hábitos posturales, ejercicio físico, control del estrés), e identifica conductas contrarias a la convivencia, planteando distintas estrategias para abordarlas.
CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones, experiencias y comportamientos de las demás personas y

reflexiona sobre su importancia en el proceso de aprendizaje, asumiendo tareas y responsabilidades de manera equitativa, empleando estrategias cooperativas de trabajo en grupo dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.
CPSAA4. Reflexiona y adopta posturas críticas sobre la mejora de los procesos de autoevaluación que intervienen en su aprendizaje, reconociendo el valor del esfuerzo y la dedicación personal, que ayuden a favorecer la adquisición de conocimientos, el contraste de información y la búsqueda de conclusiones relevantes.
CPSAA5. Se inicia en el planteamiento de objetivos a medio plazo y comienza a desarrollar estrategias que comprenden la auto y coevaluación y la retroalimentación para mejorar el proceso de construcción del conocimiento a través de la toma de conciencia de los errores cometidos.

Competencia clave: Competencia ciudadana.
Descriptor operativo:
CC1. Comprende ideas y cuestiones relativas a la ciudadanía activa y democrática, así como a los procesos históricos y sociales más importantes que modelan su propia identidad, tomando conciencia de la importancia de los valores y normas éticas como guía de la conducta individual y social, participando de forma respetuosa, dialogante y constructiva en actividades grupales en cualquier contexto.
CC2. Conoce y valora positivamente los principios y valores básicos que constituyen el marco democrático de convivencia de la Unión Europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando, de manera progresiva, en actividades comunitarias de trabajo en equipo y cooperación que promuevan una convivencia pacífica, respetuosa y democrática de la ciudadanía global, tomando conciencia del compromiso con la igualdad de género, el respeto por la diversidad, la cohesión social y el logro de un desarrollo sostenible.
CC3. Reflexiona y valora sobre los principales problemas éticos de actualidad, desarrollando un pensamiento crítico que le permita afrontar y defender las posiciones personales, mediante una actitud dialogante basada en el respeto, la cooperación, la solidaridad y el rechazo a cualquier tipo de violencia y discriminación provocado por ciertos estereotipos y prejuicios.
CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia y ecoddependencia con el entorno a través del análisis de los principales problemas ecosociales locales y globales, promoviendo estilos de vida comprometidos con la adopción de hábitos que contribuyan a la conservación de la biodiversidad y al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

Competencia clave: Competencia digital.
Descriptor operativo:
CD1. Realiza, de manera autónoma, búsquedas en internet, seleccionando la información más adecuada y relevante, reflexiona sobre su validez, calidad y fiabilidad y muestra una actitud crítica y respetuosa con la propiedad intelectual.
CD2. Gestiona su entorno personal digital de aprendizaje, integrando algunos recursos y herramientas digitales e iniciándose en la búsqueda y selección de estrategias de tratamiento de la información, identificando la más adecuada según sus necesidades para construir conocimiento y contenidos digitales creativos.
CD3. Participa y colabora a través de herramientas o plataformas virtuales que le permiten interactuar y comunicarse de manera adecuada a través del trabajo cooperativo, compartiendo contenidos, información y datos, para construir una identidad digital adecuada, reflexiva y cívica, mediante un uso activo de las tecnologías digitales, realizando una gestión responsable de sus acciones en la red.
CD4. Conoce los riesgos y adopta, con progresiva autonomía, medidas preventivas en el uso de las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, tomando conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, responsable, seguro y saludable de dichas tecnologías.
CD5. Desarrolla, siguiendo indicaciones, algunos programas, aplicaciones informáticas sencillas y determinadas soluciones digitales que le ayuden a resolver problemas concretos y hacer frente a posibles retos propuestos de manera creativa, valorando la contribución de las tecnologías digitales en el desarrollo sostenible, para poder llevar a cabo un uso responsable y ético de las mismas.

Competencia clave: Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
Descriptor operativo:
STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios de la actividad matemática en situaciones habituales de la realidad y aplica procesos de razonamiento y estrategias de resolución de problemas, reflexionando y comprobando las soluciones obtenidas.
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos observados que suceden en la realidad más cercana, favoreciendo la reflexión crítica, la formulación de hipótesis y la tarea investigadora, mediante la realización de experimentos sencillos, a través de un proceso en el que cada uno asume la

responsabilidad de su aprendizaje.
STEM3. Realiza proyectos, diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos, buscando soluciones, de manera creativa e innovadora, mediante el trabajo en equipo a los problemas a los que se enfrenta, facilitando la participación de todo el grupo, favoreciendo la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia para avanzar hacia un futuro sostenible.
STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes centrados en el análisis y estudios de casos vinculados a experimentos, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos, en diferentes formatos (tablas, diagramas, gráficos, fórmulas, esquemas, etc.) y aprovechando de forma crítica la cultura digital, usando el lenguaje matemático apropiado, para adquirir, compartir y transmitir nuevos conocimientos.
STEM5. Aplica acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y cuidar el medio ambiente y los seres vivos, identificando las normas de seguridad desde modelos o proyectos que promuevan el desarrollo sostenible y utilidad social, con objeto de fomentar la mejora de la calidad de vida, a través de propuestas y conductas que reflejen la sensibilización y la gestión sobre el consumo responsable.

Competencia clave: Competencia en conciencia y expresión culturales.
Descriptor operativo:
CCEC1. Conoce y aprecia con sentido crítico los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, tomando conciencia de la importancia de su conservación, valorando la diversidad cultural y artística como fuente de enriquecimiento personal.
CCEC2. Reconoce, disfruta y se inicia en el análisis de las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, desarrollando estrategias que le permitan distinguir tanto los diversos canales y medios como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones, desarrollando, de manera progresiva, su autoestima y creatividad en la expresión, a través de su propio cuerpo, de producciones artísticas y culturales, mostrando empatía, así como una actitud colaborativa, abierta y respetuosa en su relación con los demás.
CCEC4. Conoce y se inicia en el uso de manera creativa de diversos soportes y técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, seleccionando las más adecuadas a su propósito, para la creación de productos artísticos y culturales tanto de manera individual como colaborativa y valorando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral.

10. Competencias específicas:

Denominación
EFI.1.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.
EFI.1.2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.
EFI.1.3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.
EFI.1.4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.
EFI.1.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

11. Criterios de evaluación:

Competencia específica: EFI.1.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

Criterios de evaluación:

EFI.1.1.1. Identificar y establecer secuencias sencillas de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con progresiva autonomía instrumentos de autoevaluación para ello, respetando y aceptando la propia realidad corporal.

EFI.1.1.2. Comenzar a incorporar procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

EFI.1.1.3. Identificar y adoptar de manera responsable medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer posibles situaciones de riesgo.

EFI.1.1.4. Identificar los protocolos de intervención y medidas básicas de primeros auxilios que es necesario aplicar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física.

EFI.1.1.5. Identificar y analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, evitando su reproducción en su entorno escolar y en las actividades de su vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.

EFI.1.1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

Competencia específica: EFI.1.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Criterios de evaluación:

EFI.1.2.1. Participar en el proceso de creación de proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con ayuda estrategias de autoevaluación y coevaluación e iniciando actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.

EFI.1.2.2. Actuar correctamente con una interpretación aceptable en contextos motrices variados, aplicando con ayuda principios básicos de la toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o compañera y de la persona oponente y a la lógica interna en contextos de actuación reales o simulados, reflexionando sobre los resultados obtenidos.

EFI.1.2.3. Iniciarse en la muestra de evidencias de control y dominio corporal y al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas de forma guiada en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.

Competencia específica: EFI.1.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Criterios de evaluación:

EFI.1.3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos.

EFI.1.3.2. Colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos, para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

EFI.1.3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, ético, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia respetando al propio cuerpo y al de los demás.

Competencia específica: EFI.1.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

Criterios de evaluación:

EFI.1.4.1.Gestionar la participación en juegos propios de Andalucía, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

EFI.1.4.2.Reconocer las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.

EFI.1.4.3.Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical, prestando especial atención a la educación socio-afectiva y fomento de la creatividad.

Competencia específica: EFI.1.5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

Criterios de evaluación:

EFI.1.5.1.Participar en actividades físico-deportivas sencillas en entornos naturales de Andalucía, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir e iniciando una conciencia sobre su huella ecológica.

EFI.1.5.2.Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, siguiendo las normas de seguridad individuales y colectivas marcadas.

12. Sáberes básicos:

A. Vida activa y saludable

1. Salud física.

1. Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.
2. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.
3. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, alimentación y actividad física.
4. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, respiración y relajación.
5. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.
6. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

2. Salud social.

1. Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.
2. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

3. Salud mental.

1. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.
2. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

B. Organización y gestión de la actividad física.

7. Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

1. Calzado deportivo y ergonomía.
 2. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
 3. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.
 4. Técnica PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112.
1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

2. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas de higiene como elemento imprescindible en contextos de práctica de la actividad física y deportiva.
3. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
5. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.
6. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

1. Toma de decisiones. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.
2. Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.
3. Capacidades perceptivo-motrices en el contexto de la práctica deportiva condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
6. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la actividad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.
7. Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.
8. Adaptación de las acciones propias a las estrategias básicas de ataque y defensa en diferentes situaciones motrices en deportes de colaboración-oposición con y sin interacción con un móvil.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

1. Gestión emocional.
1. El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.
2. Estrategias de autorregulación individual y colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.
3. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
4. Reconocimiento y concienciación emocional.
2. Habilidades sociales.
1. Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad.
2. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.
3. Funciones de arbitraje deportivo.
4. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.
2. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
3. Deporte y perspectiva de género. Medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

1. Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
2. Nuevos espacios y prácticas deportivas.
3. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).
4. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.

13. Vinculación de las competencias específicas con las competencias clave:

	CC1	CC2	CC3	CC4	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CE1	CE2	CE3	CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CCEC1	CCEC2	CCEC3	CCEC4	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CPSAA1	CPSAA2	CPSAA3	CPSAA4	CPSAA5	CP1	CP2	CP3
EFl.1.1					X	X		X							X								X				X							
EFl.1.2											X	X																						
EFl.1.3			X														X									X		X						
EFl.1.4		X	X				X											X	X	X	X													X
EFl.1.5				X	X	X				X		X													X									

Leyenda competencias clave	
Código	Descripción
CC	Competencia ciudadana.
CD	Competencia digital.
CE	Competencia emprendedora.
CCL	Competencia en comunicación lingüística.
CCEC	Competencia en conciencia y expresión culturales.
STEM	Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
CPSAA	Competencia personal, social y de aprender a aprender.
CP	Competencia plurilingüe.

CONCRECIÓN ANUAL

Educación Física - 2º de E.S.O.

1. Evaluación inicial:

La evaluación de nuestra materia tendrá un carácter competencial, estará basada en la observación y tendrá como referente las competencias específicas de la Educación Física, por lo que le aplicaremos un porcentaje a cada uno de los criterios de cada uno de los cursos. Para hacerlo de un modo más práctico, agruparemos los criterios en tres grupos según sus características y a cada uno de esos grupos le daremos un porcentaje. Debemos tener en cuenta que, debido al carácter tan particular y tan práctico de nuestra materia, en cada una de las unidades se evaluarán numerosos criterios. La evaluación será continua aunque al final de cada trimestre se le evaluará con carácter informativo, siendo la evaluación final, el resultado de media de las tres evaluaciones.

La evaluación inicial consistirá en realizar una batería de pruebas físicas estandarizadas además de la realización de diferentes actividades que nos permitirán evaluar de forma rápida y concisa los principales criterios a tener en cuenta durante el curso.

A través de esta evaluación inicial hemos decidido los contenidos a impartir este curso para eliminar las carencias y fortalecer los contenidos que creemos necesario reforzar.

2. Principios Pedagógicos:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 6 Decreto 102/2023, de 9 de mayo de 2023. Sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 6 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, en Andalucía el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria responderá a los siguientes principios:

a) La lectura constituye un factor fundamental para el desarrollo de las competencias clave. Las programaciones didácticas de todas las materias incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística. Los centros, al organizar su práctica docente, deberán garantizar la incorporación de un tiempo diario, no inferior a 30 minutos, en todos los niveles de la etapa, para el desarrollo planificado de dicha competencia. Asimismo, deben permitir que el alumnado desarrolle destrezas orales básicas, potenciando aspectos clave como el debate y la oratoria.

b) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten a cada alumno o alumna una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de segundo curso y en el Perfil de salida del alumnado al término de la Enseñanza Básica.

c) Desde las distintas materias se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.

d) Asimismo, se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión 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 medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida.

e) Se potenciará el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) con objeto de garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado. Para ello, en la práctica docente se desarrollarán dinámicas de trabajo que ayuden a descubrir el talento y el potencial de cada alumno y alumna y se integrarán diferentes formas de presentación del currículo, metodologías variadas y recursos que respondan a los distintos estilos y ritmos de aprendizaje del alumnado.

f) Se fomentará el uso de herramientas de inteligencia emocional para el acercamiento del alumnado a las estrategias de gestión de emociones, desarrollando principios de empatía y resolución de conflictos que le permitan convivir en la sociedad plural en la que vivimos.

g) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folclore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas, entre ellas, el flamenco, la música, la literatura o la pintura, tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de su ciudadanía a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte del desarrollo del currículo.

h) Atendiendo a lo recogido en el capítulo I del título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres.

i) En los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, con objeto de fomentar la integración de las competencias clave, se dedicará un tiempo del horario lectivo a la realización de proyectos significativos para el alumnado, así como a la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, el emprendimiento, la reflexión y la responsabilidad del alumnado.

j) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, de sistematización y de presentación de la información, para aplicar procesos de análisis, de observación y de experimentación,

mejorando habilidades de cálculo y desarrollando la capacidad de resolución de problemas, fortaleciendo así habilidades y destrezas de razonamiento matemático.

Para el desarrollo de estas habilidades lingüísticas la Educación Física en la ESO contribuye sobre todo en las sesiones exclusivamente conceptuales en cada trimestre. En todos los trimestres se aprenden, se analizan, y se relacionan los conceptos correspondientes a ese periodo, en concreto, tres por trimestre. En la clase teórica los alumnos y alumnas deben participar activamente en la elaboración de preguntas de dudas de los contenidos, además cada unidad temática conceptual incluye una lectura sobre un tema de actualidad físico-deportiva de carácter axiológico, que los alumnos deben leer obligatoriamente (en público o individualmente) y posteriormente realizar un foro de debate donde verter sus opiniones personales al respecto, ya sea de forma oral o escrita a tenor de las necesidades temporales y de las decisiones del profesorado.

La expresión escrita tiene su territorio en forma de respuestas a las preguntas cortas en las pruebas conceptuales y en las fichas de clase, existiendo además la posibilidad de realizar algún trabajo teórico en función de las decisiones del profesorado.

CONTRIBUCIÓN DE LA ASIGNATURA AL PLAN LECTOR DEL CENTRO.

- a) Despertar, aumentar y consolidar el interés del alumnado por la lectura
- b) Potenciar la comprensión lectora desde todas las áreas del currículo
- c) Promover en el alumnado la capacidad de expresarse sobre diferentes temas con claridad, coherencia y sencillez.
- d) Lograr que el alumnado conserve, o en su caso descubra, el hábito de la lectura como un elemento de disfrute personal.
- e) Fomentar en el alumnado, a través de la lectura y la escritura, una actitud reflexiva y crítica ante las manifestaciones del entorno, potenciando la utilización de fuentes de información variadas.
- f) Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación como consulta, mejora y apoyo al fomento de la lectura y al desarrollo de la comprensión lectora.
- g) Potenciar la utilización de las bibliotecas escolares como centros de recursos para el aprendizaje continuo, adaptándolas a las exigencias de la sociedad del conocimiento.

Para el desarrollo de esta parcela utilizaremos principalmente los textos de E.F. de ESO proporcionados por el departamento de educación física.

El alumnado realizará alternadamente lectura pública a voz en alto con lectura individual silenciosa de seguimiento del narrador y lectura íntima individual sin apoyo. Posteriormente para demostrar el grado de comprensión lectora el alumno deberá responder las baterías de preguntas referidas a las lecturas mencionadas. Nuestro plan lector se encuentra enmarcado dentro del plan lector del centro, por ello, hemos establecido un horario común donde indicamos qué días en semanas alternativas, vamos a leer con cada clase.

CONTENIDOS TRANSVERSALES

Dentro de la transversalidad de los contenidos, vamos a trabajar una serie de valores que son comunes a todas las áreas. La ordenación de los valores a trabajar en este nivel vendrá dada por la secuenciación de los contenidos organizados en las unidades didácticas correspondientes, que se podrá visualizar en las correspondientes fichas en el apartado ¿Unidades Didácticas¿(17).

AUTOESTIMA. Reflejada en la adquisición de hábitos posturales, de higiene corporal y cuidado del cuerpo.

AUTOSUPERACIÓN. Se pondrá de manifiesto en las pruebas y sesiones de desarrollo de condición física y capacidades físicas.

RESPECTO. A las normas de convivencia, a los demás compañeros y compañeras, al profesor, al material didáctico.

COEDUCACIÓN. Desde edades tempranas debemos hacer hincapié en desterrar actitudes sexistas en nuestra asignatura, desde la agrupación del alumnado, la elección de intereses, selección de tareas, hasta en los momentos de ocio, debemos defender la igualdad de géneros que emana del respeto hacia el ¿otro¿.

CONSTANCIA Y PERSEVERANCIA. En el trabajo físico e intelectual, en entrenamientos, juegos, y deportes, debemos transmitir el principio que afirma que con la práctica constante llegan las mejoras en los trabajos.

TRABAJO EN EQUIPO. Por encima de los intereses y logros individuales debemos ser capaces de trabajar responsablemente en un grupo, respetando a todos sus componentes, mostrando una participación activa, y un compromiso con los intereses del grupo.

EMPATÍA. Ser capaz de situarse en el lugar del otro, comprenderlo y respetarlo, son condiciones para el desarrollo de la humanidad. En nuestra asignatura debemos luchar contra la indolencia y la falta de sensibilidad que promueven los medios de comunicación; por lo tanto debemos mostrar esa empatía cuando aceptemos los distintos niveles de habilidad, o las diferentes manifestaciones corporales de las personas, huyendo de la mofa o la burla.

HUMILDAD. La consecución de grandes logros deportivos, o el desarrollo brillante de las distintas habilidades motrices no debe derivar por los derroteros de la arrogancia. Debemos encauzar y reconducir estas actitudes hacia

la humildad que ha de mostrarse en la sobriedad de la gestualidad y el respeto a los demás.

EDUCACIÓN PARA LA PAZ. Desterrar la violencia en todas sus manifestaciones es la primera meta axiológica de nuestra asignatura. Este valor junto con el de la empatía debe cristalizarse en la resolución pacífica y dialogante de los conflictos.

ECOLOGÍA. Debemos inculcar el respeto, la conservación y mejora del medio natural que habitamos, desde el patio del instituto hasta el globo terráqueo.

3. Aspectos metodológicos para la construcción de situaciones de aprendizaje:

En función de los pilares fundamentales se extraen una serie de aspectos metodológicos que nos ayudarán en la construcción de las situaciones de aprendizaje:

Fomentar la autonomía de los alumnos/as, en cuestiones de organización y gestión de las clases y actividades.

Fomentar el interés hacia la práctica de la educación física: la motivación, el juego, el entusiasmo, la actitud relajada, y la autoestima serán constantes en las propuestas.

Globalidad utilizaremos el juego como estrategia metodológica, confiriéndolo un tratamiento especial, más interesante, al resto de contenidos, consiguiendo crear un ambiente de motivación.

Favorecer las relaciones sociales, coeducativas y entre iguales: para ello los alumnos siempre deberán respetar a todos sus compañeros y compañeras, facilitarán el trabajo y la realización de las actividades.

Generalidad y variedad, de nuevo la consecuencia va a ser la creación de un currículo más atractivo y motivante para los alumnos/as, el aprendizaje al ser practicado, será más significativo.

Creación de una serie de hábitos de comportamiento y de trabajo en relación a la E.F. Como consecuencia seremos estrictos en el establecimiento y cumplimiento de las normas, tanto de clase como de seguridad, utilizando en ocasiones una enseñanza dirigida al control de la clase.

Respeto entre los compañeros y compañeras, no se permitirá bajo ningún concepto actitudes discriminatorias, faltas de respeto, etc. hacia los compañeros y compañeras. Se debe crear un clima de aula donde los alumnos / as serán animados a que jueguen, a que practiquen y a que aprendan.

Seguridad evitando cualquier situación de riesgo para la salud de los alumnos y alumnas. De este modo partiremos de su nivel de desarrollo motor y evitaremos ejercicios contraindicados para su nivel de capacidad. Deberán aprender desde el primer momento, desde la primera unidad didáctica cuales son las normas para realizar actividad física segura y saludable. No se plantearán ejercicios que sobrepasen sus limitaciones físicas, desde el punto de vista de la intensidad, del tiempo de ejecución, del material utilizado etc. Se vigilará que el material y las instalaciones estén en óptimas condiciones.

Intervención didáctica en el aula.

En el desarrollo práctico de la sesión de E.F., el docente debe tomar una serie de decisiones en relación a la técnica de enseñanza, organización-control (de los alumnos/as, de las actividades, del espacio y tiempo), clima de aula, estrategia en la práctica y recursos a utilizar, de este modo se irá conformando el estilo de enseñanza adecuado para el aprendizaje de los contenidos:

a) Técnica de enseñanza:

A lo largo del curso iremos progresando de una técnica de enseñanza basada en la instrucción directa, donde el alumnado repetirá los modelos de ejecución propuestos por el docente, hacia una técnica de enseñanza basada en la indagación, donde los alumnos y alumnas deberán buscar sus propias soluciones, tal y como abogan las directrices de la educación actual. La información inicial de la tarea será breve, clara y sencilla.

b) Organización y control:

De los alumnos y alumnas:

A lo largo del curso del curso iremos progresando de una organización de tipo formal, donde la mayoría de las decisiones las tomará el docente, hacia una organización de tipo semiformal, donde los alumnos/as tomarán algunas decisiones, se plantearán circuitos por estaciones, habrá mayor libertad, se formarán parejas para ayudar al compañero, incluso para algunas unidades didácticas se plantea una organización de tipo informal, donde los alumnos y alumnas toman todas las decisiones.

Los alumnos y alumnas se van a organizar de forma individual, grupal y masiva. Los grupos casi nunca excederán de seis componentes. Siempre serán mixtos. También utilizaremos criterios aleatorios para formar grupos: color de la ropa, baraja de cartas, o grupos de interés.

De las actividades:

Las actividades en cuarto de ESO tienden a ser de carácter general para ir evolucionando a una mayor independencia en el aprendizaje. De esta manera se ejerce un mayor control de la actividad de clase y se evitan conductas disruptivas. Conforme vaya avanzando el curso se irán planteando actividades donde los alumnos y alumnas puedan elegir según su nivel de ejecución.

Del tiempo:

Las clases van a tener una duración real de unos 50 minutos. Los alumnos tienen que bajar a clase, cambiarse, y

esperar a que estén todos para explicar. Se dividen en tres partes: inicial, donde se pasa lista, siempre en el mismo lugar, se reparten fichas, se dan explicaciones teóricas y se realiza el calentamiento; intermedia o parte principal, donde se trabajan los contenidos propios de la sesión; final, donde se realiza actividades de vuelta a la calma, actividades de reflexión grupal, actividades del cuaderno, además los alumnos y alumnas se deben asear, y mudarse al menos de camiseta.

Las tareas serán de ejecución simultánea para optimizar el tiempo útil de compromiso motor. Cuando la ejecución sea de tipo alternativo, se intentará que la pareja observe y analice a su compañero o compañera. Cuando la ejecución sea de tipo consecutivo, se intentará que el tiempo de espera sea el menor posible. Cuando la intensidad de las actividades sea alta será conveniente el planteamiento de una ejecución de tipo consecutivo donde haya turnos de espera, para que de esta forma el alumnado descanse, por ejemplo en juegos de relevos.

Del profesor:

La ubicación del profesor será destacada, en el espacio desde donde nos permita un buen control de los mismos. Intentaremos que todos estén en nuestro campo de visión. Además hay que tener en cuenta la ubicación del alumnado en el espacio para evitar accidentes, choques, golpes, etc. No se permitirá que los alumnos o alumnas más capaces ocupen los mejores espacios, mientras que los menos capaces ocupen los espacios marginales, coeducación.

c) Clima de aula.

El clima de aula debe ser positivo, el alumnado debe sentirse en un ambiente de afecto y confianza. Pero además deben comprender que las clases de E.F. para que funcionen deben estar sujetas a unas normas que se han de cumplir. No se debe coartar la actuación de ningún alumno o alumnos, sino todo lo contrario, para lo cual el docente deberá tener expectativas de éxito en todo momento y convertirse en dinamizador de la clase, procurando atender a todos los alumnos y alumnas, dando conocimiento de resultados de tipo positivo y dialogando con el alumnado y favoreciendo las relaciones sociales entre los alumnos y alumnas.

d) Estrategia en la práctica.

La estrategia en la práctica va a estar muy mediatizada por el contenido que se vaya a trabajar. En general en las unidades didácticas va a predominar la utilización de la estrategia en la práctica de tipo global, también mixta, mostrando el ejercicio global para posteriormente desfragmentarlo y volver a la realización global para finalizar, siempre en función de la situación de aprendizaje.

4. Materiales y recursos:

El departamento dispone completamente de material necesario para llevar a cabo esta programación, a fecha de septiembre de 2021, aunque se irá adquiriendo nuevo material para ir renovando el que se estropee.

- Respecto a recursos bibliográficos, no se dispone de un libro de texto, que sustituimos con apuntes y fotocopias, en formato papel o soporte digital, como contenidos teóricos específicos, los cuales estarán subidos a la plataforma moodle del centro. Además de ello, y como forma de contribución al fomento de la lectura, utilizaremos también artículos de periódicos, revistas, etc., que lleven, junto a lo anterior, a la lectura y a la reflexión, y completen así los aprendizajes. En este sentido el departamento también seguirá, en la medida de lo posible, las indicaciones dadas en la E.T.C.P. al respecto.

- El uso de fichas con finalidad variada: recogida de información, investigación evaluación de conocimientos previos, coevaluación, evaluación del profesor, etc., son un recurso en el que nos apoyaremos en determinados momentos.

- También usamos otros recursos de índole audiovisual e informático, equipo de música para determinados contenidos rítmico-expresivos, cámara de vídeo y de fotos digital con la que grabar y retratar ejecuciones y producciones de los alumnos, y como no, las pizarras digitales de las que dispone también el centro, siempre y cuando estén libres, y así poder visualizar aspectos relacionados con la práctica, vídeos que hagan de actividad de motivación, presentaciones de ¿powerpoint¿, posibilidad de Classroom, explicar baremos con la hoja de cálculo, etc., y como no, recurrir a esa fuente inagotable de información que es Internet, y es que, la visualización es siempre más efectiva que la palabra, y más en una materia como la nuestra que es fundamentalmente visual principalmente.

- Como recursos didácticos empleamos los cañones digitales y pizarra digitales de cada clase para hacer consultas en Internet y exponer las presentaciones necesarias. La pizarra clásica y la tiza también son utilizadas como recurso didáctico. Se propone para este curso la compra de una pizarra de rotulador para explicaciones en pista exterior.

Materiales: En cuanto a los medios materiales el centro está dotado del suficiente como para plantear un currículo variado, aunque se comprarán algunas cosas para mejorarlo. Hay balones de distintos deportes, picas, aros, pelotas de rítmica, balones medicinales, raquetas de bádminton, de shuttleball, de tenis de mesa, cuerdas, colchonetas finas y gordas, vallas de atletismo, brújulas, bancos suecos, freesbes, recursos audiovisuales (Danzas

del mundo, Batuka 2015, dvds contenidos, equipo de música, documentos flash sobre deportes, programas de ordenador interactivos...), bibliografía variada, libros de texto de la mayoría de las editoriales.

El enfoque general del currículo para el área de Educación física vendrá propuesto en el Proyecto Curricular de Centro (PCC). En líneas generales se caracteriza por la variedad en la selección y trabajo de los contenidos. Se le da más importancia a los aspectos relacionados con la vivencia y variedad que a los aspectos relacionados con la mejora y perfección. Primarán los aspectos lúdicos y recreativos más que los competitivos. Los valores morales y sociales siempre serán un referente en el trabajo de cualquier contenido. En definitiva, los alumnos y alumnas cuando finalicen la ESO, deben estar capacitados y motivados para realizar actividad física saludable en su tiempo libre, con variabilidad en la práctica, que tengan la posibilidad de realizar todo tipo de actividad física.

TRABAJO CON LAS TIC¿S.

Las técnicas de información y comunicación se emplearán principalmente en las clases teóricas:

- Utilización de los cañones para proyectar las presentaciones con los temas teóricos.
- Utilización de internet para consultas teóricas y exposición de videos e imágenes de la materia.
- Utilización de la plataforma classroom para difundir los apuntes y tareas teóricas, y artículos, actividades de refuerzo y ampliación en todos los cursos.
- Utilización del correo electrónico y la plataforma Seneca para el contacto con los padres y compañeros.

HERRAMIENTAS G-SUITE.

Utilizaremos algunas herramientas de las que ofrece G-SUITE como son classroom para estar en contacto con los alumnos, subir apuntes y mandar tareas. También utilizaremos DRIVE para compartir documentos, imágenes o artículos con los alumnos. Para las reuniones telemáticas utilizaremos MEET. Para la exposición de videos que nos puedan ayudar en el proceso de enseñanza aprendizaje, utilizaremos YOUTUBE.

Este apartado queda abierto para la posible utilización de otras herramientas que existan o que se puedan crear durante el curso.

5. Evaluación: criterios de calificación y herramientas:

A modo de introducción hemos de decir que la evaluación nos permitirá controlar y encauzar todo el proceso educativo: alumnos, medios, métodos, objetivos, la propia programación, etc.

Será una evaluación basada en la observación continua, con una evaluación inicial de diagnóstico; una evaluación formativa que nos irá mostrando el desarrollo de ese aprendizaje, y al final realizaremos una evaluación sumativa o global, juntos a la autoevaluación y coevaluación.

Deberá cumplir una función diagnóstica y orientadora, así como también será integral, compartida, continua y reguladora del proceso educativo.

Los alumnos y alumnas serán evaluados por sus conocimientos, actitudes y progresos conseguidos, tomando como referencia su estado inicial al comienzo del curso y lo realizado en cursos anteriores. Por ello, al comienzo de las tareas creemos interesante realizar una evaluación inicial de diagnóstico, con el fin de conocer el nivel y estado de los alumnos y del grupo, y así adecuar los objetivos de aprendizaje a las necesidades y capacidades de éstos. En la medida de lo posible, determinaremos niveles mínimos de ejecución para orientar al alumno en relación con los objetivos que debe alcanzar. Dichos niveles mínimos estarán en función de las posibilidades de cada alumno y de los medios de los que se dispongan.

Siguiendo con el alumnado, la evaluación deberá ser lo más completa posible valorándose:

- El rendimiento en el ámbito cognitivo.
- Las capacidades físicas, las habilidades motoras básicas, las habilidades motoras específicas, el grado de aplicación a situaciones reales de las habilidades adquiridas, las diversas tareas que realizan durante las clases.
- La motivación y la disposición para el trabajo de educación física y el aprendizaje en general, el esfuerzo y perseverancia en las tareas, la toma de responsabilidades, el respeto hacia los demás, la creatividad, el buen uso del material e instalaciones, la aportación y participación, la capacidad de trabajo en grupo, la cooperación, la aceptación de valores y normas con respecto a la actividad física, la salud, el medio ambiente, las reglas sociales.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

En cada una de las situaciones de aprendizaje, se trabajarán las distintas competencias específicas y criterios de evaluación, que mediante su evaluación nos proporcionarán una calificación. Cada situación de aprendizaje se evaluará por separado y en cada una de ellas se trabajarán algunos criterios los cuales tendrán todo el mismo valor. La nota del trimestre se obtendrá de la media aritmética de todos los criterios trabajados. La nota final del curso será la nota aritmética de los tres trimestres.

Para nuestro departamento resulta muy importante la actitud de los alumnos hacia la asignatura y el respeto hacia los compañeros/as y hacia los profesores, además del cuidado del material. Por ello, existirán una serie de criterios de evaluación, que serán comunes para todas las situaciones de aprendizaje, y que serán evaluados en todas

ellas. Esta serie de criterios son de carácter actitudinal.

HERRAMIENTAS:

Para las pruebas de valoración de la condición física los elementos de evaluación tendrán que ver con el interés, el esfuerzo y la actitud ante ellas, más que con los resultados obtenidos, de tal forma que se relacionen con objetivos personales de mejora. No obstante, dada la implicación individual en la mejora de los resultados, a partir del trabajo sistemático y del propio compromiso podrían establecerse criterios de calificación que repercutan en la evaluación.

Para ayudarnos a realizar una evaluación lo más acertada posible podemos utilizar entre otras las siguientes técnicas e instrumentos:

- Técnicas de pruebas.

o Instrumentos.

- Pruebas de conocimiento objetivas: Cuestionarios (de elección múltiples, de correspondencias, de frases incompletas, etc.)

- Tests motores y pruebas funcionales.

- Pruebas de ejecución (hay que atender no sólo al resultado, sino también a la destreza en la realización, el manejo del material, la rapidez, etc).

- Revisión de las tareas de los alumnos.

o Instrumentos.

- Trabajos documentales y trabajos creativos. Web o Classroom.

- Fichas de clase.

- Técnicas de observación.

- Registro de anécdotas. Se anotan diversos acontecimientos o comportamientos que parecen significativos para el profesor.

- Listas de control. Expresan conductas positivas y negativas de los alumnos en una determinada actuación. Utilizan un juicio simple por ejemplo ¿sí o no¿ sin añadir matices cualitativos.

- Escalas de evaluación. Permiten indicar la cualidad, cantidad, o nivel de rendimiento observado (numéricas, gráficas, descriptivas)

- Procedimientos de verificación. Permiten observar y registrar hechos que suceden en situaciones reales, es decir, sin alterar el comportamiento del individuo. Hay muchos tipos de planillas de observación:

- Cronometraje de comportamientos. Se controla la duración de cada comportamiento y/o actividad observados.

- Muestreo de tiempos. Durante un periodo de tiempo corto se comprueba si el comportamiento definido se verifica.

- Registro de acontecimientos. Utilizado sobre todo en partidos y situaciones de juego, anotando los datos estadísticos de un jugador/alumno.

- La autoevaluación. Dependiendo de los cursos y sobre todo a título informativo para conocer las referencias y valoraciones que sobre su proceso educativo tienen los alumnos y alumnas.

Para la evaluación de los alumnos con nuestra asignatura pendiente de otros años, la forma de evaluar y recuperar la asignatura, será mediante la realización de unos cuadernillos con los contenidos desarrollados en esos años. Estos cuadernillos se subirán a classroom y se podrán fotocopiar para aquellos alumnos que lo necesiten.

6. Actividades complementarias y extraescolares:

Las Actividades que aquí se programan están basadas en las líneas de actuación marcadas en el departamento, como son la ocupación del Tiempo Libre y la creación de hábitos de Salud e Higiene Corporal, incidiendo con ellas sobre el bienestar de nuestros alumnos y en la mejora de su calidad de vida. Todas las actividades que se proponen serán realizadas por los miembros de este departamento haciéndose responsables de las mismas. Además se podrán realizar otras actividades que puedan surgir a lo largo del curso y que sean interesantes para nuestros alumnos.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Competiciones deportivas en horario de recreos: fútbol-sala, baloncesto, ping-pong, voleibol, balonmano y mate. Organizadas por el departamento, ayudado por alumnos de 4º ESO y junto a la jefatura de estudios del centro. Se introduce la norma de suspender a aquellos alumnos que sean sancionados con partes, a través de jefatura de estudios.

Partido de profesores contra alumnos y alumnas en los deportes en los que se haya competido en las ligas internas, a desarrollar en la semana cultural del centro. Organización de feria de juegos populares por el alumnado de 4º ESO se desarrollará en las pistas y el pabellón.

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES.

Son muchos los factores que entran en juego: desde los climatológicos a los organizativos, debiendo considerarse también las posibilidades económicas del alumnado en general. Supone, además, un esfuerzo económico adicional si se organizan salidas en autobús. Una alternativa a estos inconvenientes podría ser la utilización del entorno natural más próximo al centro, con salidas de corta duración. Se creará una autorización para salidas puntuales de distintos cursos, en el horario de Educación Física, para aprovechar el entorno natural y practicar distintas actividades físicas, así como la posible utilización de instalaciones que nos rodean como campo de fútbol, área recreativa o polideportivo.

La puesta en práctica de cualquier actividad complementaria o extraescolar conlleva un gran esfuerzo por parte no sólo de los profesores directamente implicados, sino de otros que colaboran en estas tareas.

ACTIVIDADES DEL CURSO

1. Asistencia a Jornadas de Atletismo, en el Hipódromo de Mijas.
2. Realización de una orientación deportiva en Coín o Arroyo Toquero.
3. Senderismo.
4. Carrera Save the Children.

Además, ya que la programación es abierta, se realizarán las actividades que puedan surgir durante el curso y que estén relacionadas con los contenidos que están propuestos en la programación.

7. Atención a la diversidad y a las diferencias individuales:**7.1. Medidas generales:**

- Agrupamientos flexibles.
- Aprendizaje por proyectos.
- Tutoría entre iguales.

7.2. Medidas específicas:

- Programas de profundización.
- Programas de refuerzo del aprendizaje.

8. Situaciones de aprendizaje:

- Acrosport y acrobacias
- Bailes del mundo
- Calidad de vida
- Deportes alternativos
- Deportes colectivos
- Deportes en la naturaleza
- Feria de juegos
- Olimpiadas abiertas
- Valoración de la condición física y la salud

9. Descriptores operativos:

Competencia clave: Competencia plurilingüe.

Descriptores operativos:

CP1. Usa con cierta eficacia una lengua, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a necesidades comunicativas breves, sencillas y predecibles, de manera adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a

situaciones y contextos cotidianos y frecuentes de los ámbitos personal, social y educativo.
CP2. A partir de sus experiencias, utiliza progresivamente estrategias adecuadas que le permiten comunicarse entre distintas lenguas en contextos cotidianos a través del uso de transferencias que le ayuden a ampliar su repertorio lingüístico individual.
CP3. Conoce, respeta y muestra interés por la diversidad lingüística y cultural presente en su entorno próximo, permitiendo conseguir su desarrollo personal y valorando su importancia como factor de diálogo, para mejorar la convivencia y promover la cohesión social.

Competencia clave: Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

Descriptores operativos:

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios de la actividad matemática en situaciones habituales de la realidad y aplica procesos de razonamiento y estrategias de resolución de problemas, reflexionando y comprobando las soluciones obtenidas.
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos observados que suceden en la realidad más cercana, favoreciendo la reflexión crítica, la formulación de hipótesis y la tarea investigadora, mediante la realización de experimentos sencillos, a través de un proceso en el que cada uno asume la responsabilidad de su aprendizaje.
STEM3. Realiza proyectos, diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos, buscando soluciones, de manera creativa e innovadora, mediante el trabajo en equipo a los problemas a los que se enfrenta, facilitando la participación de todo el grupo, favoreciendo la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia para avanzar hacia un futuro sostenible.
STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes centrados en el análisis y estudios de casos vinculados a experimentos, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos, en diferentes formatos (tablas, diagramas, gráficos, fórmulas, esquemas, etc.) y aprovechando de forma crítica la cultura digital, usando el lenguaje matemático apropiado, para adquirir, compartir y transmitir nuevos conocimientos.
STEM5. Aplica acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y cuidar el medio ambiente y los seres vivos, identificando las normas de seguridad desde modelos o proyectos que promuevan el desarrollo sostenible y utilidad social, con objeto de fomentar la mejora de la calidad de vida, a través de propuestas y conductas que reflejen la sensibilización y la gestión sobre el consumo responsable.

Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.

Descriptores operativos:

CPSAA1. Toma conciencia y expresa sus propias emociones afrontando con éxito, optimismo y empatía la búsqueda de un propósito y motivación para el aprendizaje, para iniciarse, de manera progresiva, en el tratamiento y la gestión de los retos y cambios que surgen en su vida cotidiana y adecuarlos a sus propios objetivos.
CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes para la salud, desarrolla hábitos encaminados a la conservación de la salud física, mental y social (hábitos posturales, ejercicio físico, control del estrés, etc.), e identifica conductas contrarias a la convivencia, planteando distintas estrategias para abordarlas.
CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones, experiencias y comportamientos de las demás personas y reflexiona sobre su importancia en el proceso de aprendizaje, asumiendo tareas y responsabilidades de manera equitativa, empleando estrategias cooperativas de trabajo en grupo dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.
CPSAA4. Reflexiona y adopta posturas críticas sobre la mejora de los procesos de autoevaluación que intervienen en su aprendizaje, reconociendo el valor del esfuerzo y la dedicación personal, que ayuden a favorecer la adquisición de conocimientos, el contraste de información y la búsqueda de conclusiones relevantes.
CPSAA5. Se inicia en el planteamiento de objetivos a medio plazo y comienza a desarrollar estrategias que comprenden la auto y coevaluación y la retroalimentación para mejorar el proceso de construcción del conocimiento a través de la toma de conciencia de los errores cometidos.

Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.

Descriptores operativos:

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal, iniciándose progresivamente en el uso de la coherencia, corrección y adecuación en diferentes ámbitos personal, social y educativo y participa de manera activa y adecuada en interacciones comunicativas, mostrando una actitud respetuosa, tanto para el intercambio de información y creación de conocimiento como para establecer vínculos personales.
CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud reflexiva textos orales, escritos, signados o multimodales de relativa complejidad correspondientes a diferentes ámbitos personal, social y educativo, participando de manera

<p>activa e intercambiando opiniones en diferentes contextos y situaciones para construir conocimiento.</p>
<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta, siguiendo indicaciones, información procedente de diferentes fuentes y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera creativa, valorando aspectos más significativos relacionados con los objetivos de lectura, reconociendo y aprendiendo a evitar los riesgos de desinformación y adoptando un punto de vista crítico y personal con la propiedad intelectual.</p>
<p>CCL4. Lee de manera autónoma obras diversas adecuadas a su edad y selecciona las más cercanas a sus propios gustos e intereses, reconociendo muestras relevantes del patrimonio literario como un modo de simbolizar la experiencia individual y colectiva, interpretando y creando obras con intención literaria, a partir de modelos dados, reconociendo la lectura como fuente de enriquecimiento cultural y disfrute personal.</p>
<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, identificando y aplicando estrategias para detectar usos discriminatorios, así como rechazar los abusos de poder, para favorecer un uso eficaz y ético de los diferentes sistemas de comunicación.</p>

<p>Competencia clave: Competencia emprendedora.</p>
<p>Descriptorios operativos:</p>
<p>CE1. Se inicia en el análisis y reconocimiento de necesidades y hace frente a retos con actitud crítica, valorando las posibilidades de un desarrollo sostenible, reflexionando sobre el impacto que puedan generar en el entorno, para plantear ideas y soluciones originales y sostenibles en el ámbito social, educativo y profesional.</p>
<p>CE2. Identifica y analiza las fortalezas y debilidades propias, utilizando estrategias de autoconocimiento, comprendiendo los elementos económicos y financieros elementales y aplicándolos a actividades y situaciones concretas, usando destrezas básicas que le permitan la colaboración y el trabajo en equipo y le ayuden a resolver problemas de la vida diaria para poder llevar a cabo experiencias emprendedoras que generen valor.</p>
<p>CE3. Participa en el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas, así como en la realización de tareas previamente planificadas e interviene en procesos de toma de decisiones que puedan surgir, considerando el proceso realizado y el resultado obtenido para la creación de un modelo emprendedor e innovador, teniendo en cuenta la experiencia como una oportunidad para aprender.</p>

<p>Competencia clave: Competencia digital.</p>
<p>Descriptorios operativos:</p>
<p>CD1. Realiza, de manera autónoma, búsquedas en internet, seleccionando la información más adecuada y relevante, reflexiona sobre su validez, calidad y fiabilidad y muestra una actitud crítica y respetuosa con la propiedad intelectual.</p>
<p>CD2. Gestiona su entorno personal digital de aprendizaje, integrando algunos recursos y herramientas digitales e iniciándose en la búsqueda y selección de estrategias de tratamiento de la información, identificando la más adecuada según sus necesidades para construir conocimiento y contenidos digitales creativos.</p>
<p>CD3. Participa y colabora a través de herramientas o plataformas virtuales que le permiten interactuar y comunicarse de manera adecuada a través del trabajo cooperativo, compartiendo contenidos, información y datos, para construir una identidad digital adecuada, reflexiva y cívica, mediante un uso activo de las tecnologías digitales, realizando una gestión responsable de sus acciones en la red.</p>
<p>CD4. Conoce los riesgos y adopta, con progresiva autonomía, medidas preventivas en el uso de las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, tomando conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, responsable, seguro y saludable de dichas tecnologías.</p>
<p>CD5. Desarrolla, siguiendo indicaciones, algunos programas, aplicaciones informáticas sencillas y determinadas soluciones digitales que le ayuden a resolver problemas concretos y hacer frente a posibles retos propuestos de manera creativa, valorando la contribución de las tecnologías digitales en el desarrollo sostenible, para poder llevar a cabo un uso responsable y ético de las mismas.</p>

<p>Competencia clave: Competencia en conciencia y expresión culturales.</p>
<p>Descriptorios operativos:</p>
<p>CCEC1. Conoce y aprecia con sentido crítico los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, tomando conciencia de la importancia de su conservación, valorando la diversidad cultural y artística como fuente de enriquecimiento personal.</p>
<p>CCEC2. Reconoce, disfruta y se inicia en el análisis de las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, desarrollando estrategias que le permitan distinguir tanto los diversos canales y medios como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.</p>
<p>CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones, desarrollando, de manera progresiva, su</p>

autoestima y creatividad en la expresión, a través de de su propio cuerpo, de producciones artísticas y culturales, mostrando empatía, así como una actitud colaborativa, abierta y respetuosa en su relación con los demás.

CCEC4. Conoce y se inicia en el uso de manera creativa de diversos soportes y técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, seleccionando las más adecuadas a su propósito, para la creación de productos artísticos y culturales tanto de manera individual como colaborativa y valorando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral.

Competencia clave: Competencia ciudadana.

Descriptorios operativos:

CC1. Comprende ideas y cuestiones relativas a la ciudadanía activa y democrática, así como a los procesos históricos y sociales más importantes que modelan su propia identidad, tomando conciencia de la importancia de los valores y normas éticas como guía de la conducta individual y social, participando de forma respetuosa, dialogante y constructiva en actividades grupales en cualquier contexto.

CC2. Conoce y valora positivamente los principios y valores básicos que constituyen el marco democrático de convivencia de la Unión Europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando, de manera progresiva, en actividades comunitarias de trabajo en equipo y cooperación que promuevan una convivencia pacífica, respetuosa y democrática de la ciudadanía global, tomando conciencia del compromiso con la igualdad de género, el respeto por la diversidad, la cohesión social y el logro de un desarrollo sostenible.

CC3. Reflexiona y valora sobre los principales problemas éticos de actualidad, desarrollando un pensamiento crítico que le permita afrontar y defender las posiciones personales, mediante una actitud dialogante basada en el respeto, la cooperación, la solidaridad y el rechazo a cualquier tipo de violencia y discriminación provocado por ciertos estereotipos y prejuicios.

CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia y ecoddependencia con el entorno a través del análisis de los principales problemas ecosociales locales y globales, promoviendo estilos de vida comprometidos con la adopción de hábitos que contribuyan a la conservación de la biodiversidad y al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

10. Competencias específicas:

Denominación

EFI.2.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

EFI.2.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

EFI.2.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

EFI.2.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

EFI.2.5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

11. Criterios de evaluación:

Competencia específica: EFI.2.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

Criterios de evaluación:

EFI.2.1.1.Establecer y organizar secuencias de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e intensidad corporal y la de los demás.

EFI.2.1.2.Incorporar hábitos relacionados con procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

EFI.2.1.3.Identificar y adoptar de manera responsable y de manera autónoma medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, en diferentes contextos y situaciones motrices, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

EFI.2.1.4.Identificar y actuar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física de acuerdo a los protocolos de intervención, aplicando medidas básicas de primeros auxilios en diferentes contextos y ante diferentes tipos de lesiones.

EFI.2.1.5.Analizar y valorar críticamente la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, en diferentes contextos y situaciones, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción en el entorno escolar y en las actividades de la vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.

EFI.2.1.6.Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

Competencia específica: EFI.2.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Criterios de evaluación:

EFI.2.2.1.Desarrollar proyectos y aplicaciones de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.

EFI.2.2.2.Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o compañera y del oponente y a la lógica interna en contextos reales o simulados.

EFI.2.2.3.Evidenciar cierto grado de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas con apoyo ocasional en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

Competencia específica: EFI.2.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Criterios de evaluación:

EFI.2.3.1.Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

EFI.2.3.2.Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos y deportes no convencionales, para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

EFI.2.3.3.Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y

respeto ante la diversidad ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, ético, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia.

Competencia específica: EFI.2.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

Criterios de evaluación:

EFI.2.4.1.Practicar y apreciar las manifestaciones artístico expresivas de Andalucía, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

EFI.2.4.2.Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.

EFI.2.4.3.Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical, prestando especial atención a la educación socio-afectiva y desde una perspectiva crítica y creativa.

Competencia específica: EFI.2.5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

Criterios de evaluación:

EFI.2.5.1.Participar en actividades físico-deportivas sencillas en entornos naturales de Andalucía, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.

EFI.2.5.2.Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano de Andalucía, seleccionando y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas establecidas con ayuda.

12. Sáberes básicos:

A. Vida activa y saludable.

1. Salud física.

1. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.
2. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, alimentación y actividad física.
3. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, respiración y relajación.
4. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.
5. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.
6. Características de las actividades físicas saludables.

2. Salud social. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

1. Salud social. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

3. Salud mental.

1. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.
2. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.
3. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

B. Organización y gestión de la actividad física.

7. Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

1. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
2. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.

3. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).
1. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
2. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
3. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
5. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.
6. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

1. Toma de decisiones.
1. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.
2. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.
3. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.
4. Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.
5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil y aplicación de estrategias.
2. Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.
1. Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.
3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
1. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
1. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
1. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

1. Gestión emocional.
1. El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.
2. Estrategias de autorregulación individual y colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.
3. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
4. Reconocimiento y concienciación emocional.
2. Habilidades sociales.
1. Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad.
2. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.
3. Funciones de arbitraje deportivo.
4. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

1. Usos comunicativos de la corporalidad.
1. Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos.
2. Técnicas de interpretación.
2. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. El Flamenco.
1. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. El Flamenco.

3. Deporte y perspectiva de género.

1. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, y otras).
2. Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

1. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales reciclados para la práctica motriz.
2. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos urbanos y naturales de la red de espacios protegidos andaluces.
3. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
4. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

13. Vinculación de las competencias específicas con las competencias clave:

	CC1	CC2	CC3	CC4	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CE1	CE2	CE3	CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CCEC1	CCEC2	CCEC3	CCEC4	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CPSAA1	CPSAA2	CPSAA3	CPSAA4	CPSAA5	CP1	CP2	CP3
EFI.2.1					X	X		X							X								X				X							
EFI.2.2											X	X																						
EFI.2.3			X														X									X		X						
EFI.2.4		X	X				X											X	X	X	X												X	
EFI.2.5				X	X	X				X		X													X									

Leyenda competencias clave	
Código	Descripción
CC	Competencia ciudadana.
CD	Competencia digital.
CE	Competencia emprendedora.
CCL	Competencia en comunicación lingüística.
CCEC	Competencia en conciencia y expresión culturales.
STEM	Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
CPSAA	Competencia personal, social y de aprender a aprender.
CP	Competencia plurilingüe.

CONCRECIÓN ANUAL

Educación Física - 3º de E.S.O.

1. Evaluación inicial:

La evaluación de nuestra materia tendrá un carácter competencial, estará basada en la observación y tendrá como referente las competencias específicas de la Educación Física, por lo que le aplicaremos un porcentaje a cada uno de los criterios de cada uno de los cursos. Para hacerlo de un modo más práctico, agruparemos los criterios en tres grupos según sus características y a cada uno de esos grupos le daremos un porcentaje. Debemos tener en cuenta que, debido al carácter tan particular y tan práctico de nuestra materia, en cada una de las unidades se evaluarán numerosos criterios. La evaluación será continua aunque al final de cada trimestre se le evaluará con carácter informativo, siendo la evaluación final, el resultado de media de las tres evaluaciones.

La evaluación inicial consistirá en realizar una batería de pruebas físicas estandarizadas además de la realización de diferentes actividades que nos permitirán evaluar de forma rápida y concisa los principales criterios a tener en cuenta durante el curso.

A través de esta evaluación inicial hemos decidido los contenidos a impartir este curso para eliminar las carencias y fortalecer los contenidos que creemos necesario reforzar.

2. Principios Pedagógicos:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 6 Decreto 102/2023, de 9 de mayo de 2023. Sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 6 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, en Andalucía el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria responderá a los siguientes principios:

a) La lectura constituye un factor fundamental para el desarrollo de las competencias clave. Las programaciones didácticas de todas las materias incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística. Los centros, al organizar su práctica docente, deberán garantizar la incorporación de un tiempo diario, no inferior a 30 minutos, en todos los niveles de la etapa, para el desarrollo planificado de dicha competencia. Asimismo, deben permitir que el alumnado desarrolle destrezas orales básicas, potenciando aspectos clave como el debate y la oratoria.

b) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten a cada alumno o alumna una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de segundo curso y en el Perfil de salida del alumnado al término de la Enseñanza Básica.

c) Desde las distintas materias se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.

d) Asimismo, se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión 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 medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida.

e) Se potenciará el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) con objeto de garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado. Para ello, en la práctica docente se desarrollarán dinámicas de trabajo que ayuden a descubrir el talento y el potencial de cada alumno y alumna y se integrarán diferentes formas de presentación del currículo, metodologías variadas y recursos que respondan a los distintos estilos y ritmos de aprendizaje del alumnado.

f) Se fomentará el uso de herramientas de inteligencia emocional para el acercamiento del alumnado a las estrategias de gestión de emociones, desarrollando principios de empatía y resolución de conflictos que le permitan convivir en la sociedad plural en la que vivimos.

g) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folclore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas, entre ellas, el flamenco, la música, la literatura o la pintura, tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de su ciudadanía a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte del desarrollo del currículo.

h) Atendiendo a lo recogido en el capítulo I del título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres.

i) En los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, con objeto de fomentar la integración de las competencias clave, se dedicará un tiempo del horario lectivo a la realización de proyectos significativos para el alumnado, así como a la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, el emprendimiento, la reflexión y la responsabilidad del alumnado.

j) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, de sistematización y de presentación de la información, para aplicar procesos de análisis, de observación y de experimentación,

mejorando habilidades de cálculo y desarrollando la capacidad de resolución de problemas, fortaleciendo así habilidades y destrezas de razonamiento matemático.

Para el desarrollo de estas habilidades lingüísticas la Educación Física en la ESO contribuye sobre todo en las sesiones exclusivamente conceptuales en cada trimestre. En todos los trimestres se aprenden, se analizan, y se relacionan los conceptos correspondientes a ese periodo, en concreto, tres por trimestre. En la clase teórica los alumnos y alumnas deben participar activamente en la elaboración de preguntas de dudas de los contenidos, además cada unidad temática conceptual incluye una lectura sobre un tema de actualidad físico-deportiva de carácter axiológico, que los alumnos deben leer obligatoriamente (en público o individualmente) y posteriormente realizar un foro de debate donde verter sus opiniones personales al respecto, ya sea de forma oral o escrita a tenor de las necesidades temporales y de las decisiones del profesorado.

La expresión escrita tiene su territorio en forma de respuestas a las preguntas cortas en las pruebas conceptuales y en las fichas de clase, existiendo además la posibilidad de realizar algún trabajo teórico en función de las decisiones del profesorado.

CONTRIBUCIÓN DE LA ASIGNATURA AL PLAN LECTOR DEL CENTRO.

- a) Despertar, aumentar y consolidar el interés del alumnado por la lectura
- b) Potenciar la comprensión lectora desde todas las áreas del currículo
- c) Promover en el alumnado la capacidad de expresarse sobre diferentes temas con claridad, coherencia y sencillez.
- d) Lograr que el alumnado conserve, o en su caso descubra, el hábito de la lectura como un elemento de disfrute personal.
- e) Fomentar en el alumnado, a través de la lectura y la escritura, una actitud reflexiva y crítica ante las manifestaciones del entorno, potenciando la utilización de fuentes de información variadas.
- f) Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación como consulta, mejora y apoyo al fomento de la lectura y al desarrollo de la comprensión lectora.
- g) Potenciar la utilización de las bibliotecas escolares como centros de recursos para el aprendizaje continuo, adaptándolas a las exigencias de la sociedad del conocimiento.

Para el desarrollo de esta parcela utilizaremos principalmente los textos de E.F. de ESO proporcionados por el departamento de educación física.

El alumnado realizará alternadamente lectura pública a voz en alto con lectura individual silenciosa de seguimiento del narrador y lectura íntima individual sin apoyo. Posteriormente para demostrar el grado de comprensión lectora el alumno deberá responder las baterías de preguntas referidas a las lecturas mencionadas. Nuestro plan lector se encuentra enmarcado dentro del plan lector del centro, por ello, hemos establecido un horario común donde indicamos qué días en semanas alternativas, vamos a leer con cada clase.

CONTENIDOS TRANSVERSALES

Dentro de la transversalidad de los contenidos, vamos a trabajar una serie de valores que son comunes a todas las áreas. La ordenación de los valores a trabajar en este nivel vendrá dada por la secuenciación de los contenidos organizados en las unidades didácticas correspondientes, que se podrá visualizar en las correspondientes fichas en el apartado ¿Unidades Didácticas¿(17).

AUTOESTIMA. Reflejada en la adquisición de hábitos posturales, de higiene corporal y cuidado del cuerpo.

AUTOSUPERACIÓN. Se pondrá de manifiesto en las pruebas y sesiones de desarrollo de condición física y capacidades físicas.

RESPECTO. A las normas de convivencia, a los demás compañeros y compañeras, al profesor, al material didáctico.

COEDUCACIÓN. Desde edades tempranas debemos hacer hincapié en desterrar actitudes sexistas en nuestra asignatura, desde la agrupación del alumnado, la elección de intereses, selección de tareas, hasta en los momentos de ocio, debemos defender la igualdad de géneros que emana del respeto hacia el ¿otro¿.

CONSTANCIA Y PERSEVERANCIA. En el trabajo físico e intelectual, en entrenamientos, juegos, y deportes, debemos transmitir el principio que afirma que con la práctica constante llegan las mejoras en los trabajos.

TRABAJO EN EQUIPO. Por encima de los intereses y logros individuales debemos ser capaces de trabajar responsablemente en un grupo, respetando a todos sus componentes, mostrando una participación activa, y un compromiso con los intereses del grupo.

EMPATÍA. Ser capaz de situarse en el lugar del otro, comprenderlo y respetarlo, son condiciones para el desarrollo de la humanidad. En nuestra asignatura debemos luchar contra la indolencia y la falta de sensibilidad que promueven los medios de comunicación; por lo tanto debemos mostrar esa empatía cuando aceptemos los distintos niveles de habilidad, o las diferentes manifestaciones corporales de las personas, huyendo de la mofa o la burla.

HUMILDAD. La consecución de grandes logros deportivos, o el desarrollo brillante de las distintas habilidades motrices no debe derivar por los derroteros de la arrogancia. Debemos encauzar y reconducir estas actitudes hacia

la humildad que ha de mostrarse en la sobriedad de la gestualidad y el respeto a los demás.

EDUCACIÓN PARA LA PAZ. Desterrar la violencia en todas sus manifestaciones es la primera meta axiológica de nuestra asignatura. Este valor junto con el de la empatía debe cristalizarse en la resolución pacífica y dialogante de los conflictos.

ECOLOGÍA. Debemos inculcar el respeto, la conservación y mejora del medio natural que habitamos, desde el patio del instituto hasta el globo terráqueo.

3. Aspectos metodológicos para la construcción de situaciones de aprendizaje:

En función de los pilares fundamentales se extraen una serie de aspectos metodológicos que nos ayudarán en la construcción de las situaciones de aprendizaje:

Fomentar la autonomía de los alumnos/as, en cuestiones de organización y gestión de las clases y actividades.

Fomentar el interés hacia la práctica de la educación física: la motivación, el juego, el entusiasmo, la actitud relajada, y la autoestima serán constantes en las propuestas.

Globalidad utilizaremos el juego como estrategia metodológica, confiriéndolo un tratamiento especial, más interesante, al resto de contenidos, consiguiendo crear un ambiente de motivación.

Favorecer las relaciones sociales, coeducativas y entre iguales: para ello los alumnos siempre deberán respetar a todos sus compañeros y compañeras, facilitarán el trabajo y la realización de las actividades.

Generalidad y variedad, de nuevo la consecuencia va a ser la creación de un currículo más atractivo y motivante para los alumnos/as, el aprendizaje al ser practicado, será más significativo.

Creación de una serie de hábitos de comportamiento y de trabajo en relación a la E.F. Como consecuencia seremos estrictos en el establecimiento y cumplimiento de las normas, tanto de clase como de seguridad, utilizando en ocasiones una enseñanza dirigida al control de la clase.

Respeto entre los compañeros y compañeras, no se permitirá bajo ningún concepto actitudes discriminatorias, faltas de respeto, etc. hacia los compañeros y compañeras. Se debe crear un clima de aula donde los alumnos / as serán animados a que jueguen, a que practiquen y a que aprendan.

Seguridad evitando cualquier situación de riesgo para la salud de los alumnos y alumnas. De este modo partiremos de su nivel de desarrollo motor y evitaremos ejercicios contraindicados para su nivel de capacidad. Deberán aprender desde el primer momento, desde la primera unidad didáctica cuales son las normas para realizar actividad física segura y saludable. No se plantearán ejercicios que sobrepasen sus limitaciones físicas, desde el punto de vista de la intensidad, del tiempo de ejecución, del material utilizado etc. Se vigilará que el material y las instalaciones estén en óptimas condiciones.

Intervención didáctica en el aula.

En el desarrollo práctico de la sesión de E.F., el docente debe tomar una serie de decisiones en relación a la técnica de enseñanza, organización-control (de los alumnos/as, de las actividades, del espacio y tiempo), clima de aula, estrategia en la práctica y recursos a utilizar, de este modo se irá conformando el estilo de enseñanza adecuado para el aprendizaje de los contenidos:

a) Técnica de enseñanza:

A lo largo del curso iremos progresando de una técnica de enseñanza basada en la instrucción directa, donde el alumnado repetirá los modelos de ejecución propuestos por el docente, hacia una técnica de enseñanza basada en la indagación, donde los alumnos y alumnas deberán buscar sus propias soluciones, tal y como abogan las directrices de la educación actual. La información inicial de la tarea será breve, clara y sencilla.

b) Organización y control:

De los alumnos y alumnas:

A lo largo del curso del curso iremos progresando de una organización de tipo formal, donde la mayoría de las decisiones las tomará el docente, hacia una organización de tipo semiformal, donde los alumnos/as tomarán algunas decisiones, se plantearán circuitos por estaciones, habrá mayor libertad, se formarán parejas para ayudar al compañero, incluso para algunas unidades didácticas se plantea una organización de tipo informal, donde los alumnos y alumnas toman todas las decisiones.

Los alumnos y alumnas se van a organizar de forma individual, grupal y masiva. Los grupos casi nunca excederán de seis componentes. Siempre serán mixtos. También utilizaremos criterios aleatorios para formar grupos: color de la ropa, baraja de cartas, o grupos de interés.

De las actividades:

Las actividades en cuarto de ESO tienden a ser de carácter general para ir evolucionando a una mayor independencia en el aprendizaje. De esta manera se ejerce un mayor control de la actividad de clase y se evitan conductas disruptivas. Conforme vaya avanzando el curso se irán planteando actividades donde los alumnos y alumnas puedan elegir según su nivel de ejecución.

Del tiempo:

Las clases van a tener una duración real de unos 50 minutos. Los alumnos tienen que bajar a clase, cambiarse, y

esperar a que estén todos para explicar. Se dividen en tres partes: inicial, donde se pasa lista, siempre en el mismo lugar, se reparten fichas, se dan explicaciones teóricas y se realiza el calentamiento; intermedia o parte principal, donde se trabajan los contenidos propios de la sesión; final, donde se realiza actividades de vuelta a la calma, actividades de reflexión grupal, actividades del cuaderno, además los alumnos y alumnas se deben asear, y mudarse al menos de camiseta.

Las tareas serán de ejecución simultánea para optimizar el tiempo útil de compromiso motor. Cuando la ejecución sea de tipo alternativo, se intentará que la pareja observe y analice a su compañero o compañera. Cuando la ejecución sea de tipo consecutivo, se intentará que el tiempo de espera sea el menor posible. Cuando la intensidad de las actividades sea alta será conveniente el planteamiento de una ejecución de tipo consecutivo donde haya turnos de espera, para que de esta forma el alumnado descansa, por ejemplo en juegos de relevos.

Del profesor:

La ubicación del profesor será destacada, en el espacio desde donde nos permita un buen control de los mismos. Intentaremos que todos estén en nuestro campo de visión. Además hay que tener en cuenta la ubicación del alumnado en el espacio para evitar accidentes, choques, golpes, etc. No se permitirá que los alumnos o alumnas más capaces ocupen los mejores espacios, mientras que los menos capaces ocupen los espacios marginales, coeducación.

c) Clima de aula.

El clima de aula debe ser positivo, el alumnado debe sentirse en un ambiente de afecto y confianza. Pero además deben comprender que las clases de E.F. para que funcionen deben estar sujetas a unas normas que se han de cumplir. No se debe coartar la actuación de ningún alumno o alumnos, sino todo lo contrario, para lo cual el docente deberá tener expectativas de éxito en todo momento y convertirse en dinamizador de la clase, procurando atender a todos los alumnos y alumnas, dando conocimiento de resultados de tipo positivo y dialogando con el alumnado y favoreciendo las relaciones sociales entre los alumnos y alumnas.

d) Estrategia en la práctica.

La estrategia en la práctica va a estar muy mediatizada por el contenido que se vaya a trabajar. En general en las unidades didácticas va a predominar la utilización de la estrategia en la práctica de tipo global, también mixta, mostrando el ejercicio global para posteriormente desfragmentarlo y volver a la realización global para finalizar, siempre en función de la situación de aprendizaje.

4. Materiales y recursos:

El departamento dispone completamente de material necesario para llevar a cabo esta programación, a fecha de septiembre de 2021, aunque se irá adquiriendo nuevo material para ir renovando el que se estropee.

- Respecto a recursos bibliográficos, no se dispone de un libro de texto, que sustituimos con apuntes y fotocopias, en formato papel o soporte digital, como contenidos teóricos específicos, los cuales estarán subidos a la plataforma moodle del centro. Además de ello, y como forma de contribución al fomento de la lectura, utilizaremos también artículos de periódicos, revistas, etc., que lleven, junto a lo anterior, a la lectura y a la reflexión, y completen así los aprendizajes. En este sentido el departamento también seguirá, en la medida de lo posible, las indicaciones dadas en la E.T.C.P. al respecto.

- El uso de fichas con finalidad variada: recogida de información, investigación evaluación de conocimientos previos, coevaluación, evaluación del profesor, etc., son un recurso en el que nos apoyaremos en determinados momentos.

- También usamos otros recursos de índole audiovisual e informático, equipo de música para determinados contenidos rítmico-expresivos, cámara de vídeo y de fotos digital con la que grabar y retratar ejecuciones y producciones de los alumnos, y como no, las pizarras digitales de las que dispone también el centro, siempre y cuando estén libres, y así poder visualizar aspectos relacionados con la práctica, vídeos que hagan de actividad de motivación, presentaciones de ¿powerpoint¿, posibilidad de Classroom, explicar baremos con la hoja de cálculo, etc., y como no, recurrir a esa fuente inagotable de información que es Internet, y es que, la visualización es siempre más efectiva que la palabra, y más en una materia como la nuestra que es fundamentalmente visual principalmente.

- Como recursos didácticos empleamos los cañones digitales y pizarra digitales de cada clase para hacer consultas en Internet y exponer las presentaciones necesarias. La pizarra clásica y la tiza también son utilizadas como recurso didáctico. Se propone para este curso la compra de una pizarra de rotulador para explicaciones en pista exterior.

Materiales: En cuanto a los medios materiales el centro está dotado del suficiente como para plantear un currículo variado, aunque se comprarán algunas cosas para mejorarlo. Hay balones de distintos deportes, picas, aros, pelotas de rítmica, balones medicinales, raquetas de bádminton, de shuttball, de tenis de mesa, cuerdas, colchonetas finas y gordas, vallas de atletismo, brújulas, bancos suecos, freesbes, recursos audiovisuales (Danzas

del mundo, Batuka 2015, dvds contenidos, equipo de música, documentos flash sobre deportes, programas de ordenador interactivos...), bibliografía variada, libros de texto de la mayoría de las editoriales.

El enfoque general del currículo para el área de Educación física vendrá propuesto en el Proyecto Curricular de Centro (PCC). En líneas generales se caracteriza por la variedad en la selección y trabajo de los contenidos. Se le da más importancia a los aspectos relacionados con la vivencia y variedad que a los aspectos relacionados con la mejora y perfección. Primarán los aspectos lúdicos y recreativos más que los competitivos. Los valores morales y sociales siempre serán un referente en el trabajo de cualquier contenido. En definitiva, los alumnos y alumnas cuando finalicen la ESO, deben estar capacitados y motivados para realizar actividad física saludable en su tiempo libre, con variabilidad en la práctica, que tengan la posibilidad de realizar todo tipo de actividad física.

TRABAJO CON LAS TIC¿S.

Las técnicas de información y comunicación se emplearán principalmente en las clases teóricas:

- Utilización de los cañones para proyectar las presentaciones con los temas teóricos.
- Utilización de internet para consultas teóricas y exposición de videos e imágenes de la materia.
- Utilización de la plataforma classroom para difundir los apuntes y tareas teóricas, y artículos, actividades de refuerzo y ampliación en todos los cursos.
- Utilización del correo electrónico y la plataforma Seneca para el contacto con los padres y compañeros.

HERRAMIENTAS G-SUITE.

Utilizaremos algunas herramientas de las que ofrece G-SUITE como son classroom para estar en contacto con los alumnos, subir apuntes y mandar tareas. También utilizaremos DRIVE para compartir documentos, imágenes o artículos con los alumnos. Para las reuniones telemáticas utilizaremos MEET. Para la exposición de videos que nos puedan ayudar en el proceso de enseñanza aprendizaje, utilizaremos YOUTUBE.

Este apartado queda abierto para la posible utilización de otras herramientas que existan o que se puedan crear durante el curso.

5. Evaluación: criterios de calificación y herramientas:

A modo de introducción hemos de decir que la evaluación nos permitirá controlar y encauzar todo el proceso educativo: alumnos, medios, métodos, objetivos, la propia programación, etc.

Será una evaluación basada en la observación continua, con una evaluación inicial de diagnóstico; una evaluación formativa que nos irá mostrando el desarrollo de ese aprendizaje, y al final realizaremos una evaluación sumativa o global, juntos a la autoevaluación y coevaluación.

Deberá cumplir una función diagnóstica y orientadora, así como también será integral, compartida, continua y reguladora del proceso educativo.

Los alumnos y alumnas serán evaluados por sus conocimientos, actitudes y progresos conseguidos, tomando como referencia su estado inicial al comienzo del curso y lo realizado en cursos anteriores. Por ello, al comienzo de las tareas creemos interesante realizar una evaluación inicial de diagnóstico, con el fin de conocer el nivel y estado de los alumnos y del grupo, y así adecuar los objetivos de aprendizaje a las necesidades y capacidades de éstos. En la medida de lo posible, determinaremos niveles mínimos de ejecución para orientar al alumno en relación con los objetivos que debe alcanzar. Dichos niveles mínimos estarán en función de las posibilidades de cada alumno y de los medios de los que se dispongan.

Siguiendo con el alumnado, la evaluación deberá ser lo más completa posible valorándose:

- El rendimiento en el ámbito cognitivo.
- Las capacidades físicas, las habilidades motoras básicas, las habilidades motoras específicas, el grado de aplicación a situaciones reales de las habilidades adquiridas, las diversas tareas que realizan durante las clases.
- La motivación y la disposición para el trabajo de educación física y el aprendizaje en general, el esfuerzo y perseverancia en las tareas, la toma de responsabilidades, el respeto hacia los demás, la creatividad, el buen uso del material e instalaciones, la aportación y participación, la capacidad de trabajo en grupo, la cooperación, la aceptación de valores y normas con respecto a la actividad física, la salud, el medio ambiente, las reglas sociales.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

En cada una de las situaciones de aprendizaje, se trabajarán las distintas competencias específicas y criterios de evaluación, que mediante su evaluación nos proporcionarán una calificación. Cada situación de aprendizaje se evaluará por separado y en cada una de ellas se trabajarán algunos criterios los cuales tendrán todo el mismo valor. La nota del trimestre se obtendrá de la media aritmética de todos los criterios trabajados. La nota final del curso será la nota aritmética de los tres trimestres.

Para nuestro departamento resulta muy importante la actitud de los alumnos hacia la asignatura y el respeto hacia los compañeros/as y hacia los profesores, además del cuidado del material. Por ello, existirán una serie de criterios de evaluación, que serán comunes para todas las situaciones de aprendizaje, y que serán evaluados en todas

ellas. Esta serie de criterios son de carácter actitudinal.

HERRAMIENTAS:

Para las pruebas de valoración de la condición física los elementos de evaluación tendrán que ver con el interés, el esfuerzo y la actitud ante ellas, más que con los resultados obtenidos, de tal forma que se relacionen con objetivos personales de mejora. No obstante, dada la implicación individual en la mejora de los resultados, a partir del trabajo sistemático y del propio compromiso podrían establecerse criterios de calificación que repercutan en la evaluación.

Para ayudarnos a realizar una evaluación lo más acertada posible podemos utilizar entre otras las siguientes técnicas e instrumentos:

- Técnicas de pruebas.

o Instrumentos.

- Pruebas de conocimiento objetivas: Cuestionarios (de elección múltiples, de correspondencias, de frases incompletas, etc.)

- Tests motores y pruebas funcionales.

- Pruebas de ejecución (hay que atender no sólo al resultado, sino también a la destreza en la realización, el manejo del material, la rapidez, etc).

- Revisión de las tareas de los alumnos.

o Instrumentos.

- Trabajos documentales y trabajos creativos. Web o Classroom.

- Fichas de clase.

- Técnicas de observación.

- Registro de anécdotas. Se anotan diversos acontecimientos o comportamientos que parecen significativos para el profesor.

- Listas de control. Expresan conductas positivas y negativas de los alumnos en una determinada actuación. Utilizan un juicio simple por ejemplo ¿sí o no¿ sin añadir matices cualitativos.

- Escalas de evaluación. Permiten indicar la cualidad, cantidad, o nivel de rendimiento observado (numéricas, gráficas, descriptivas)

- Procedimientos de verificación. Permiten observar y registrar hechos que suceden en situaciones reales, es decir, sin alterar el comportamiento del individuo. Hay muchos tipos de planillas de observación:

- Cronometraje de comportamientos. Se controla la duración de cada comportamiento y/o actividad observados.

- Muestreo de tiempos. Durante un periodo de tiempo corto se comprueba si el comportamiento definido se verifica.

- Registro de acontecimientos. Utilizado sobre todo en partidos y situaciones de juego, anotando los datos estadísticos de un jugador/alumno.

- La autoevaluación. Dependiendo de los cursos y sobre todo a título informativo para conocer las referencias y valoraciones que sobre su proceso educativo tienen los alumnos y alumnas.

Para la evaluación de los alumnos con nuestra asignatura pendiente de otros años, la forma de evaluar y recuperar la asignatura, será mediante la realización de unos cuadernillos con los contenidos desarrollados en esos años. Estos cuadernillos se subirán a classroom y se podrán fotocopiar para aquellos alumnos que lo necesiten.

6. Actividades complementarias y extraescolares:

Las Actividades que aquí se programan están basadas en las líneas de actuación marcadas en el departamento, como son la ocupación del Tiempo Libre y la creación de hábitos de Salud e Higiene Corporal, incidiendo con ellas sobre el bienestar de nuestros alumnos y en la mejora de su calidad de vida. Todas las actividades que se proponen serán realizadas por los miembros de este departamento haciéndose responsables de las mismas. Además se podrán realizar otras actividades que puedan surgir a lo largo del curso y que sean interesantes para nuestros alumnos.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Competiciones deportivas en horario de recreos: fútbol-sala, baloncesto, ping-pong, voleibol, balonmano y mate. Organizadas por el departamento, ayudado por alumnos de 4º ESO y junto a la jefatura de estudios del centro. Se introduce la norma de suspender a aquellos alumnos que sean sancionados con partes, a través de jefatura de estudios.

Partido de profesores contra alumnos y alumnas en los deportes en los que se haya competido en las ligas internas, a desarrollar en la semana cultural del centro. Organización de feria de juegos populares por el alumnado de 4º ESO se desarrollará en las pistas y el pabellón.

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES.

Son muchos los factores que entran en juego: desde los climatológicos a los organizativos, debiendo considerarse también las posibilidades económicas del alumnado en general. Supone, además, un esfuerzo económico adicional si se organizan salidas en autobús. Una alternativa a estos inconvenientes podría ser la utilización del entorno natural más próximo al centro, con salidas de corta duración. Se creará una autorización para salidas puntuales de distintos cursos, en el horario de Educación Física, para aprovechar el entorno natural y practicar distintas actividades físicas, así como la posible utilización de instalaciones que nos rodean como campo de fútbol, área recreativa o polideportivo.

La puesta en práctica de cualquier actividad complementaria o extraescolar conlleva un gran esfuerzo por parte no sólo de los profesores directamente implicados, sino de otros que colaboran en estas tareas.

1. Actividad Caminito del Rey.
2. Carrera de orientación en Coín.
3. Anima-playa en Mijas-Costa organizado por el I.E.S. Sierra de Mijas.
4. Convocatoria de pueblos abandonados.
5. Senderismo.
6. Carrera Save the Children.

Además, ya que la programación es abierta, se realizarán las actividades que puedan surgir durante el curso y que estén relacionadas con los contenidos que están propuestos en la programación.

7. Atención a la diversidad y a las diferencias individuales:

7.1. Medidas generales:

- Agrupamientos flexibles.
- Aprendizaje por proyectos.
- Tutoría entre iguales.

7.2. Medidas específicas:

- Programas de profundización.
- Programas de refuerzo del aprendizaje.

8. Situaciones de aprendizaje:

- Bádminton
- Condición Física y salud
- Coreografías
- Deportes adaptados
- Deportes alternativos
- deportes colectivos
- Inventamos juegos.
- Senderismo
- Voleibol

9. Descriptores operativos:

Competencia clave: Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

Descriptores operativos:

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas y

selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos ξ), y aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal, con ética y responsabilidad para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.

Descriptorios operativos:

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

Competencia clave: Competencia digital.

Descriptorios operativos:

CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.

CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.

CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los

dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

Competencia clave: Competencia ciudadana.

Descriptorios operativos:

CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.

CC2. Analiza y asume fundamentalmente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa, y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.

CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecodependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.

Competencia clave: Competencia emprendedora.

Descriptorios operativos:

CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.

CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.

CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

Competencia clave: Competencia plurilingüe.

Descriptorios operativos:

CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.

CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.

Descriptorios operativos:

CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.

CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.

CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.

CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.

CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

Competencia clave: Competencia en conciencia y expresión culturales.

Descriptorios operativos:

CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.

CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.

CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.

CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

10. Competencias específicas:

Denominación

EFI.3.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

EFI.3.2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

EFI.3.3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

EFI.3.4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

EFI.3.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

11. Criterios de evaluación:

Competencia específica: EFI.3.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

Criterios de evaluación:

EFI.3.1.1.Establecer y organizar secuencias de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e intensidad corporal y la de los demás.

EFI.3.1.2.Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

EFI.3.1.3.Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, identificando situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

EFI.3.1.4.Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando con apoyos puntuales medidas específicas de primeros auxilios.

EFI.3.1.5.Identificar y valorar críticamente estereotipos sociales asociados al ámbito de los corporal, al género y a la diversidad sexual vinculados a la actividad física y deportiva, así como los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.

EFI.3.1.6.Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

Competencia específica: EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Criterios de evaluación:

EFI.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.

EFI.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.

EFI.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.

Competencia específica: EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Criterios de evaluación:

EFI.3.3.1.Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

EFI.3.3.2.Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

EFI.3.3.3.Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto

ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.

Competencia específica: EFl.3.4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

Criterios de evaluación:

EFl.3.4.1. Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.

EFl.3.4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.

EFl.3.4.3. Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalmente el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.

Competencia específica: EFl.3.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

Criterios de evaluación:

EFl.3.5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos andaluces, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando con cierto grado ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y promoviendo actuaciones sencillas intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

EFl.3.5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo con ayuda y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas bajo supervisión.

12. Sáberes básicos:

A. Vida activa y saludable.

1. Salud física.

1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.
2. Autorregulación y planificación del entrenamiento.
3. Alimentación saludable (dieta mediterránea, plato de Harvard) y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares).
4. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares.
5. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).
6. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.
7. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

B. Organización y gestión de la actividad física.

1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.
2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
3. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.
4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
6. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.

7. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
8. Actuaciones críticas ante accidentes.
9. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Protocolo RCP. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares.
C. Resolución de problemas en situaciones motrices.
1. Toma de decisiones.
1. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.
2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica.
3. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.
4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.
5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
2. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
1. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
3. Capacidades condicionales.
1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
2. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.
3. Sistemas de entrenamiento.
4. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.
1. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-Problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.
D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
1. Autorregulación emocional.
1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.
2. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
2. Habilidades sociales.
1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.
E. Manifestaciones de la cultura motriz.
1. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
1. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
2. Deporte y perspectiva de género.
1. Historia del deporte desde la perspectiva de género.
2. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Ejemplos que muestren la diversidad en el deporte.
3. Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.
3. Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco.
1. Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco.
4. El deporte en Andalucía.
1. El deporte en Andalucía.
5. Los Juegos Olímpicos. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.
1. Los Juegos Olímpicos. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- | |
|--|
| 1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. |
| 2. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares). |
| 3. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad. |
| 4. Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. |
| 5. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano. |

13. Vinculación de las competencias específicas con las competencias clave:

	CC1	CC2	CC3	CC4	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CE1	CE2	CE3	CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CCEC1	CCEC2	CCEC3	CCEC4	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CPSAA1	CPSAA2	CPSAA3	CPSAA4	CPSAA5	CP1	CP2	CP3
EFI.3.1					X	X		X							X								X				X							
EFI.3.2											X	X																						
EFI.3.3			X														X									X		X						
EFI.3.4		X	X				X											X	X	X	X													X
EFI.3.5				X	X	X				X		X													X									

Leyenda competencias clave	
Código	Descripción
CC	Competencia ciudadana.
CD	Competencia digital.
CE	Competencia emprendedora.
CCL	Competencia en comunicación lingüística.
CCEC	Competencia en conciencia y expresión culturales.
STEM	Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
CPSAA	Competencia personal, social y de aprender a aprender.
CP	Competencia plurilingüe.

CONCRECIÓN ANUAL

Educación Física - 4º de E.S.O.

1. Evaluación inicial:

La evaluación de nuestra materia tendrá un carácter competencial, estará basada en la observación y tendrá como referente las competencias específicas de la Educación Física, por lo que le aplicaremos un porcentaje a cada uno de los criterios de cada uno de los cursos. Para hacerlo de un modo más práctico, agruparemos los criterios en tres grupos según sus características y a cada uno de esos grupos le daremos un porcentaje. Debemos tener en cuenta que, debido al carácter tan particular y tan práctico de nuestra materia, en cada una de las unidades se evaluarán numerosos criterios. La evaluación será continua aunque al final de cada trimestre se le evaluará con carácter informativo, siendo la evaluación final, el resultado de media de las tres evaluaciones.

La evaluación inicial consistirá en realizar una batería de pruebas físicas estandarizadas además de la realización de diferentes actividades que nos permitirán evaluar de forma rápida y concisa los principales criterios a tener en cuenta durante el curso.

A través de esta evaluación inicial hemos decidido los contenidos a impartir este curso para eliminar las carencias y fortalecer los contenidos que creemos necesario reforzar.

2. Principios Pedagógicos:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 6 Decreto 102/2023, de 9 de mayo de 2023. Sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 6 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, en Andalucía el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria responderá a los siguientes principios:

a) La lectura constituye un factor fundamental para el desarrollo de las competencias clave. Las programaciones didácticas de todas las materias incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística. Los centros, al organizar su práctica docente, deberán garantizar la incorporación de un tiempo diario, no inferior a 30 minutos, en todos los niveles de la etapa, para el desarrollo planificado de dicha competencia. Asimismo, deben permitir que el alumnado desarrolle destrezas orales básicas, potenciando aspectos clave como el debate y la oratoria.

b) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten a cada alumno o alumna una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de segundo curso y en el Perfil de salida del alumnado al término de la Enseñanza Básica.

c) Desde las distintas materias se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.

d) Asimismo, se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión 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 medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida.

e) Se potenciará el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) con objeto de garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado. Para ello, en la práctica docente se desarrollarán dinámicas de trabajo que ayuden a descubrir el talento y el potencial de cada alumno y alumna y se integrarán diferentes formas de presentación del currículo, metodologías variadas y recursos que respondan a los distintos estilos y ritmos de aprendizaje del alumnado.

f) Se fomentará el uso de herramientas de inteligencia emocional para el acercamiento del alumnado a las estrategias de gestión de emociones, desarrollando principios de empatía y resolución de conflictos que le permitan convivir en la sociedad plural en la que vivimos.

g) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folclore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas, entre ellas, el flamenco, la música, la literatura o la pintura, tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de su ciudadanía a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte del desarrollo del currículo.

h) Atendiendo a lo recogido en el capítulo I del título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres.

i) En los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, con objeto de fomentar la integración de las competencias clave, se dedicará un tiempo del horario lectivo a la realización de proyectos significativos para el alumnado, así como a la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, el emprendimiento, la reflexión y la responsabilidad del alumnado.

j) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, de sistematización y de presentación de la información, para aplicar procesos de análisis, de observación y de experimentación,

mejorando habilidades de cálculo y desarrollando la capacidad de resolución de problemas, fortaleciendo así habilidades y destrezas de razonamiento matemático.

Para el desarrollo de estas habilidades lingüísticas la Educación Física en la ESO contribuye sobre todo en las sesiones exclusivamente conceptuales en cada trimestre. En todos los trimestres se aprenden, se analizan, y se relacionan los conceptos correspondientes a ese periodo, en concreto, tres por trimestre. En la clase teórica los alumnos y alumnas deben participar activamente en la elaboración de preguntas de dudas de los contenidos, además cada unidad temática conceptual incluye una lectura sobre un tema de actualidad físico-deportiva de carácter axiológico, que los alumnos deben leer obligatoriamente (en público o individualmente) y posteriormente realizar un foro de debate donde verter sus opiniones personales al respecto, ya sea de forma oral o escrita a tenor de las necesidades temporales y de las decisiones del profesorado.

La expresión escrita tiene su territorio en forma de respuestas a las preguntas cortas en las pruebas conceptuales y en las fichas de clase, existiendo además la posibilidad de realizar algún trabajo teórico en función de las decisiones del profesorado.

CONTRIBUCIÓN DE LA ASIGNATURA AL PLAN LECTOR DEL CENTRO.

- a) Despertar, aumentar y consolidar el interés del alumnado por la lectura
- b) Potenciar la comprensión lectora desde todas las áreas del currículo
- c) Promover en el alumnado la capacidad de expresarse sobre diferentes temas con claridad, coherencia y sencillez.
- d) Lograr que el alumnado conserve, o en su caso descubra, el hábito de la lectura como un elemento de disfrute personal.
- e) Fomentar en el alumnado, a través de la lectura y la escritura, una actitud reflexiva y crítica ante las manifestaciones del entorno, potenciando la utilización de fuentes de información variadas.
- f) Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación como consulta, mejora y apoyo al fomento de la lectura y al desarrollo de la comprensión lectora.
- g) Potenciar la utilización de las bibliotecas escolares como centros de recursos para el aprendizaje continuo, adaptándolas a las exigencias de la sociedad del conocimiento.

Para el desarrollo de esta parcela utilizaremos principalmente los textos de E.F. de ESO proporcionados por el departamento de educación física.

El alumnado realizará alternadamente lectura pública a voz en alto con lectura individual silenciosa de seguimiento del narrador y lectura íntima individual sin apoyo. Posteriormente para demostrar el grado de comprensión lectora el alumno deberá responder las baterías de preguntas referidas a las lecturas mencionadas. Nuestro plan lector se encuentra enmarcado dentro del plan lector del centro, por ello, hemos establecido un horario común donde indicamos qué días en semanas alternativas, vamos a leer con cada clase.

CONTENIDOS TRANSVERSALES

Dentro de la transversalidad de los contenidos, vamos a trabajar una serie de valores que son comunes a todas las áreas. La ordenación de los valores a trabajar en este nivel vendrá dada por la secuenciación de los contenidos organizados en las unidades didácticas correspondientes, que se podrá visualizar en las correspondientes fichas en el apartado ¿Unidades Didácticas¿(17).

AUTOESTIMA. Reflejada en la adquisición de hábitos posturales, de higiene corporal y cuidado del cuerpo.

AUTOSUPERACIÓN. Se pondrá de manifiesto en las pruebas y sesiones de desarrollo de condición física y capacidades físicas.

RESPECTO. A las normas de convivencia, a los demás compañeros y compañeras, al profesor, al material didáctico.

COEDUCACIÓN. Desde edades tempranas debemos hacer hincapié en desterrar actitudes sexistas en nuestra asignatura, desde la agrupación del alumnado, la elección de intereses, selección de tareas, hasta en los momentos de ocio, debemos defender la igualdad de géneros que emana del respeto hacia el ¿otro¿.

CONSTANCIA Y PERSEVERANCIA. En el trabajo físico e intelectual, en entrenamientos, juegos, y deportes, debemos transmitir el principio que afirma que con la práctica constante llegan las mejoras en los trabajos.

TRABAJO EN EQUIPO. Por encima de los intereses y logros individuales debemos ser capaces de trabajar responsablemente en un grupo, respetando a todos sus componentes, mostrando una participación activa, y un compromiso con los intereses del grupo.

EMPATÍA. Ser capaz de situarse en el lugar del otro, comprenderlo y respetarlo, son condiciones para el desarrollo de la humanidad. En nuestra asignatura debemos luchar contra la indolencia y la falta de sensibilidad que promueven los medios de comunicación; por lo tanto debemos mostrar esa empatía cuando aceptemos los distintos niveles de habilidad, o las diferentes manifestaciones corporales de las personas, huyendo de la mofa o la burla.

HUMILDAD. La consecución de grandes logros deportivos, o el desarrollo brillante de las distintas habilidades motrices no debe derivar por los derroteros de la arrogancia. Debemos encauzar y reconducir estas actitudes hacia

la humildad que ha de mostrarse en la sobriedad de la gestualidad y el respeto a los demás.

EDUCACIÓN PARA LA PAZ. Desterrar la violencia en todas sus manifestaciones es la primera meta axiológica de nuestra asignatura. Este valor junto con el de la empatía debe cristalizarse en la resolución pacífica y dialogante de los conflictos.

ECOLOGÍA. Debemos inculcar el respeto, la conservación y mejora del medio natural que habitamos, desde el patio del instituto hasta el globo terráqueo.

3. Aspectos metodológicos para la construcción de situaciones de aprendizaje:

En función de los pilares fundamentales se extraen una serie de aspectos metodológicos que nos ayudarán en la construcción de las situaciones de aprendizaje:

Fomentar la autonomía de los alumnos/as, en cuestiones de organización y gestión de las clases y actividades.

Fomentar el interés hacia la práctica de la educación física: la motivación, el juego, el entusiasmo, la actitud relajada, y la autoestima serán constantes en las propuestas.

Globalidad utilizaremos el juego como estrategia metodológica, confiriéndolo un tratamiento especial, más interesante, al resto de contenidos, consiguiendo crear un ambiente de motivación.

Favorecer las relaciones sociales, coeducativas y entre iguales: para ello los alumnos siempre deberán respetar a todos sus compañeros y compañeras, facilitarán el trabajo y la realización de las actividades.

Generalidad y variedad, de nuevo la consecuencia va a ser la creación de un currículo más atractivo y motivante para los alumnos/as, el aprendizaje al ser practicado, será más significativo.

Creación de una serie de hábitos de comportamiento y de trabajo en relación a la E.F. Como consecuencia seremos estrictos en el establecimiento y cumplimiento de las normas, tanto de clase como de seguridad, utilizando en ocasiones una enseñanza dirigida al control de la clase.

Respeto entre los compañeros y compañeras, no se permitirá bajo ningún concepto actitudes discriminatorias, faltas de respeto, etc. hacia los compañeros y compañeras. Se debe crear un clima de aula donde los alumnos / as serán animados a que jueguen, a que practiquen y a que aprendan.

Seguridad evitando cualquier situación de riesgo para la salud de los alumnos y alumnas. De este modo partiremos de su nivel de desarrollo motor y evitaremos ejercicios contraindicados para su nivel de capacidad. Deberán aprender desde el primer momento, desde la primera unidad didáctica cuales son las normas para realizar actividad física segura y saludable. No se plantearán ejercicios que sobrepasen sus limitaciones físicas, desde el punto de vista de la intensidad, del tiempo de ejecución, del material utilizado etc. Se vigilará que el material y las instalaciones estén en óptimas condiciones.

Intervención didáctica en el aula.

En el desarrollo práctico de la sesión de E.F., el docente debe tomar una serie de decisiones en relación a la técnica de enseñanza, organización-control (de los alumnos/as, de las actividades, del espacio y tiempo), clima de aula, estrategia en la práctica y recursos a utilizar, de este modo se irá conformando el estilo de enseñanza adecuado para el aprendizaje de los contenidos:

a) Técnica de enseñanza:

A lo largo del curso iremos progresando de una técnica de enseñanza basada en la instrucción directa, donde el alumnado repetirá los modelos de ejecución propuestos por el docente, hacia una técnica de enseñanza basada en la indagación, donde los alumnos y alumnas deberán buscar sus propias soluciones, tal y como abogan las directrices de la educación actual. La información inicial de la tarea será breve, clara y sencilla.

b) Organización y control:

De los alumnos y alumnas:

A lo largo del curso del curso iremos progresando de una organización de tipo formal, donde la mayoría de las decisiones las tomará el docente, hacia una organización de tipo semiformal, donde los alumnos/as tomarán algunas decisiones, se plantearán circuitos por estaciones, habrá mayor libertad, se formarán parejas para ayudar al compañero, incluso para algunas unidades didácticas se plantea una organización de tipo informal, donde los alumnos y alumnas toman todas las decisiones.

Los alumnos y alumnas se van a organizar de forma individual, grupal y masiva. Los grupos casi nunca excederán de seis componentes. Siempre serán mixtos. También utilizaremos criterios aleatorios para formar grupos: color de la ropa, baraja de cartas, o grupos de interés.

De las actividades:

Las actividades en cuarto de ESO tienden a ser de carácter general para ir evolucionando a una mayor independencia en el aprendizaje. De esta manera se ejerce un mayor control de la actividad de clase y se evitan conductas disruptivas. Conforme vaya avanzando el curso se irán planteando actividades donde los alumnos y alumnas puedan elegir según su nivel de ejecución.

Del tiempo:

Las clases van a tener una duración real de unos 50 minutos. Los alumnos tienen que bajar a clase, cambiarse, y

esperar a que estén todos para explicar. Se dividen en tres partes: inicial, donde se pasa lista, siempre en el mismo lugar, se reparten fichas, se dan explicaciones teóricas y se realiza el calentamiento; intermedia o parte principal, donde se trabajan los contenidos propios de la sesión; final, donde se realiza actividades de vuelta a la calma, actividades de reflexión grupal, actividades del cuaderno, además los alumnos y alumnas se deben asear, y mudarse al menos de camiseta.

Las tareas serán de ejecución simultánea para optimizar el tiempo útil de compromiso motor. Cuando la ejecución sea de tipo alternativo, se intentará que la pareja observe y analice a su compañero o compañera. Cuando la ejecución sea de tipo consecutivo, se intentará que el tiempo de espera sea el menor posible. Cuando la intensidad de las actividades sea alta será conveniente el planteamiento de una ejecución de tipo consecutivo donde haya turnos de espera, para que de esta forma el alumnado descanse, por ejemplo en juegos de relevos.

Del profesor:

La ubicación del profesor será destacada, en el espacio desde donde nos permita un buen control de los mismos. Intentaremos que todos estén en nuestro campo de visión. Además hay que tener en cuenta la ubicación del alumnado en el espacio para evitar accidentes, choques, golpes, etc. No se permitirá que los alumnos o alumnas más capaces ocupen los mejores espacios, mientras que los menos capaces ocupen los espacios marginales, coeducación.

c) Clima de aula.

El clima de aula debe ser positivo, el alumnado debe sentirse en un ambiente de afecto y confianza. Pero además deben comprender que las clases de E.F. para que funcionen deben estar sujetas a unas normas que se han de cumplir. No se debe coartar la actuación de ningún alumno o alumnos, sino todo lo contrario, para lo cual el docente deberá tener expectativas de éxito en todo momento y convertirse en dinamizador de la clase, procurando atender a todos los alumnos y alumnas, dando conocimiento de resultados de tipo positivo y dialogando con el alumnado y favoreciendo las relaciones sociales entre los alumnos y alumnas.

d) Estrategia en la práctica.

La estrategia en la práctica va a estar muy mediatizada por el contenido que se vaya a trabajar. En general en las unidades didácticas va a predominar la utilización de la estrategia en la práctica de tipo global, también mixta, mostrando el ejercicio global para posteriormente desfragmentarlo y volver a la realización global para finalizar, siempre en función de la situación de aprendizaje.

4. Materiales y recursos:

El departamento dispone completamente de material necesario para llevar a cabo esta programación, a fecha de septiembre de 2021, aunque se irá adquiriendo nuevo material para ir renovando el que se estropee.

- Respecto a recursos bibliográficos, no se dispone de un libro de texto, que sustituimos con apuntes y fotocopias, en formato papel o soporte digital, como contenidos teóricos específicos, los cuales estarán subidos a la plataforma moodle del centro. Además de ello, y como forma de contribución al fomento de la lectura, utilizaremos también artículos de periódicos, revistas, etc., que lleven, junto a lo anterior, a la lectura y a la reflexión, y completen así los aprendizajes. En este sentido el departamento también seguirá, en la medida de lo posible, las indicaciones dadas en la E.T.C.P. al respecto.

- El uso de fichas con finalidad variada: recogida de información, investigación evaluación de conocimientos previos, coevaluación, evaluación del profesor, etc., son un recurso en el que nos apoyaremos en determinados momentos.

- También usamos otros recursos de índole audiovisual e informático, equipo de música para determinados contenidos rítmico-expresivos, cámara de vídeo y de fotos digital con la que grabar y retratar ejecuciones y producciones de los alumnos, y como no, las pizarras digitales de las que dispone también el centro, siempre y cuando estén libres, y así poder visualizar aspectos relacionados con la práctica, vídeos que hagan de actividad de motivación, presentaciones de ¿powerpoint¿, posibilidad de Classroom, explicar baremos con la hoja de cálculo, etc., y como no, recurrir a esa fuente inagotable de información que es Internet, y es que, la visualización es siempre más efectiva que la palabra, y más en una materia como la nuestra que es fundamentalmente visual principalmente.

- Como recursos didácticos empleamos los cañones digitales y pizarra digitales de cada clase para hacer consultas en Internet y exponer las presentaciones necesarias. La pizarra clásica y la tiza también son utilizadas como recurso didáctico. Se propone para este curso la compra de una pizarra de rotulador para explicaciones en pista exterior.

Materiales: En cuanto a los medios materiales el centro está dotado del suficiente como para plantear un currículo variado, aunque se comprarán algunas cosas para mejorarlo. Hay balones de distintos deportes, picas, aros, pelotas de rítmica, balones medicinales, raquetas de bádminton, de shuttball, de tenis de mesa, cuerdas, colchonetas finas y gordas, vallas de atletismo, brújulas, bancos suecos, freesbes, recursos audiovisuales (Danzas

del mundo, Batuka 2015, dvds contenidos, equipo de música, documentos flash sobre deportes, programas de ordenador interactivos...), bibliografía variada, libros de texto de la mayoría de las editoriales.

El enfoque general del currículo para el área de Educación física vendrá propuesto en el Proyecto Curricular de Centro (PCC). En líneas generales se caracteriza por la variedad en la selección y trabajo de los contenidos. Se le da más importancia a los aspectos relacionados con la vivencia y variedad que a los aspectos relacionados con la mejora y perfección. Primarán los aspectos lúdicos y recreativos más que los competitivos. Los valores morales y sociales siempre serán un referente en el trabajo de cualquier contenido. En definitiva, los alumnos y alumnas cuando finalicen la ESO, deben estar capacitados y motivados para realizar actividad física saludable en su tiempo libre, con variabilidad en la práctica, que tengan la posibilidad de realizar todo tipo de actividad física.

TRABAJO CON LAS TIC¿S.

Las técnicas de información y comunicación se emplearán principalmente en las clases teóricas:

- Utilización de los cañones para proyectar las presentaciones con los temas teóricos.
- Utilización de internet para consultas teóricas y exposición de videos e imágenes de la materia.
- Utilización de la plataforma classroom para difundir los apuntes y tareas teóricas, y artículos, actividades de refuerzo y ampliación en todos los cursos.
- Utilización del correo electrónico y la plataforma Seneca para el contacto con los padres y compañeros.

HERRAMIENTAS G-SUITE.

Utilizaremos algunas herramientas de las que ofrece G-SUITE como son classroom para estar en contacto con los alumnos, subir apuntes y mandar tareas. También utilizaremos DRIVE para compartir documentos, imágenes o artículos con los alumnos. Para las reuniones telemáticas utilizaremos MEET. Para la exposición de videos que nos puedan ayudar en el proceso de enseñanza aprendizaje, utilizaremos YOUTUBE.

Este apartado queda abierto para la posible utilización de otras herramientas que existan o que se puedan crear durante el curso.

5. Evaluación: criterios de calificación y herramientas:

A modo de introducción hemos de decir que la evaluación nos permitirá controlar y encauzar todo el proceso educativo: alumnos, medios, métodos, objetivos, la propia programación, etc.

Será una evaluación basada en la observación continua, con una evaluación inicial de diagnóstico; una evaluación formativa que nos irá mostrando el desarrollo de ese aprendizaje, y al final realizaremos una evaluación sumativa o global, juntos a la autoevaluación y coevaluación.

Deberá cumplir una función diagnóstica y orientadora, así como también será integral, compartida, continua y reguladora del proceso educativo.

Los alumnos y alumnas serán evaluados por sus conocimientos, actitudes y progresos conseguidos, tomando como referencia su estado inicial al comienzo del curso y lo realizado en cursos anteriores. Por ello, al comienzo de las tareas creemos interesante realizar una evaluación inicial de diagnóstico, con el fin de conocer el nivel y estado de los alumnos y del grupo, y así adecuar los objetivos de aprendizaje a las necesidades y capacidades de éstos. En la medida de lo posible, determinaremos niveles mínimos de ejecución para orientar al alumno en relación con los objetivos que debe alcanzar. Dichos niveles mínimos estarán en función de las posibilidades de cada alumno y de los medios de los que se dispongan.

Siguiendo con el alumnado, la evaluación deberá ser lo más completa posible valorándose:

- El rendimiento en el ámbito cognitivo.
- Las capacidades físicas, las habilidades motoras básicas, las habilidades motoras específicas, el grado de aplicación a situaciones reales de las habilidades adquiridas, las diversas tareas que realizan durante las clases.
- La motivación y la disposición para el trabajo de educación física y el aprendizaje en general, el esfuerzo y perseverancia en las tareas, la toma de responsabilidades, el respeto hacia los demás, la creatividad, el buen uso del material e instalaciones, la aportación y participación, la capacidad de trabajo en grupo, la cooperación, la aceptación de valores y normas con respecto a la actividad física, la salud, el medio ambiente, las reglas sociales.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

En cada una de las situaciones de aprendizaje, se trabajarán las distintas competencias específicas y criterios de evaluación, que mediante su evaluación nos proporcionarán una calificación. Cada situación de aprendizaje se evaluará por separado y en cada una de ellas se trabajarán algunos criterios los cuales tendrán todo el mismo valor. La nota del trimestre se obtendrá de la media aritmética de todos los criterios trabajados. La nota final del curso será la nota aritmética de los tres trimestres.

Para nuestro departamento resulta muy importante la actitud de los alumnos hacia la asignatura y el respeto hacia los compañeros/as y hacia los profesores, además del cuidado del material. Por ello, existirán una serie de criterios de evaluación, que serán comunes para todas las situaciones de aprendizaje, y que serán evaluados en todas

ellas. Esta serie de criterios son de carácter actitudinal.

HERRAMIENTAS:

Para las pruebas de valoración de la condición física los elementos de evaluación tendrán que ver con el interés, el esfuerzo y la actitud ante ellas, más que con los resultados obtenidos, de tal forma que se relacionen con objetivos personales de mejora. No obstante, dada la implicación individual en la mejora de los resultados, a partir del trabajo sistemático y del propio compromiso podrían establecerse criterios de calificación que repercutan en la evaluación.

Para ayudarnos a realizar una evaluación lo más acertada posible podemos utilizar entre otras las siguientes técnicas e instrumentos:

- Técnicas de pruebas.

o Instrumentos.

- Pruebas de conocimiento objetivas: Cuestionarios (de elección múltiples, de correspondencias, de frases incompletas, etc.)

- Tests motores y pruebas funcionales.

- Pruebas de ejecución (hay que atender no sólo al resultado, sino también a la destreza en la realización, el manejo del material, la rapidez, etc).

- Revisión de las tareas de los alumnos.

o Instrumentos.

- Trabajos documentales y trabajos creativos. Web o Classroom.

- Fichas de clase.

- Técnicas de observación.

- Registro de anécdotas. Se anotan diversos acontecimientos o comportamientos que parecen significativos para el profesor.

- Listas de control. Expresan conductas positivas y negativas de los alumnos en una determinada actuación. Utilizan un juicio simple por ejemplo ¿sí o no¿ sin añadir matices cualitativos.

- Escalas de evaluación. Permiten indicar la cualidad, cantidad, o nivel de rendimiento observado (numéricas, gráficas, descriptivas)

- Procedimientos de verificación. Permiten observar y registrar hechos que suceden en situaciones reales, es decir, sin alterar el comportamiento del individuo. Hay muchos tipos de planillas de observación:

- Cronometraje de comportamientos. Se controla la duración de cada comportamiento y/o actividad observados.

- Muestreo de tiempos. Durante un periodo de tiempo corto se comprueba si el comportamiento definido se verifica.

- Registro de acontecimientos. Utilizado sobre todo en partidos y situaciones de juego, anotando los datos estadísticos de un jugador/alumno.

- La autoevaluación. Dependiendo de los cursos y sobre todo a título informativo para conocer las referencias y valoraciones que sobre su proceso educativo tienen los alumnos y alumnas.

Para la evaluación de los alumnos con nuestra asignatura pendiente de otros años, la forma de evaluar y recuperar la asignatura, será mediante la realización de unos cuadernillos con los contenidos desarrollados en esos años. Estos cuadernillos se subirán a classroom y se podrán fotocopiar para aquellos alumnos que lo necesiten.

6. Actividades complementarias y extraescolares:

Las Actividades que aquí se programan están basadas en las líneas de actuación marcadas en el departamento, como son la ocupación del Tiempo Libre y la creación de hábitos de Salud e Higiene Corporal, incidiendo con ellas sobre el bienestar de nuestros alumnos y en la mejora de su calidad de vida. Todas las actividades que se proponen serán realizadas por los miembros de este departamento haciéndose responsables de las mismas. Además se podrán realizar otras actividades que puedan surgir a lo largo del curso y que sean interesantes para nuestros alumnos.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Competiciones deportivas en horario de recreos: fútbol-sala, baloncesto, ping-pong, voleibol, balonmano y mate. Organizadas por el departamento, ayudado por alumnos de 4º ESO y junto a la jefatura de estudios del centro. Se introduce la norma de suspender a aquellos alumnos que sean sancionados con partes, a través de jefatura de estudios.

Partido de profesores contra alumnos y alumnas en los deportes en los que se haya competido en las ligas internas, a desarrollar en la semana cultural del centro. Organización de feria de juegos populares por el alumnado de 4º ESO se desarrollará en las pistas y el pabellón.

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES.

Son muchos los factores que entran en juego: desde los climatológicos a los organizativos, debiendo considerarse también las posibilidades económicas del alumnado en general. Supone, además, un esfuerzo económico adicional si se organizan salidas en autobús. Una alternativa a estos inconvenientes podría ser la utilización del entorno natural más próximo al centro, con salidas de corta duración. Se creará una autorización para salidas puntuales de distintos cursos, en el horario de Educación Física, para aprovechar el entorno natural y practicar distintas actividades físicas, así como la posible utilización de instalaciones que nos rodean como campo de fútbol, área recreativa o polideportivo.

La puesta en práctica de cualquier actividad complementaria o extraescolar conlleva un gran esfuerzo por parte no sólo de los profesores directamente implicados, sino de otros que colaboran en estas tareas.

1. Visita al rocódromo BeClimb.
2. Carrera de orientación en Antequera.
3. Anima-playa en Mijas-Costa organizado por el I.E.S. Sierra de Mijas.
4. Senderismo.
5. Carrera Save the Children.

Además, ya que la programación es abierta, se realizarán las actividades que puedan surgir durante el curso y que estén relacionadas con los contenidos que están propuestos en la programación.

7. Atención a la diversidad y a las diferencias individuales:**7.1. Medidas generales:**

- Agrupamientos flexibles.
- Aprendizaje por proyectos.
- Tutoría entre iguales.

7.2. Medidas específicas:

- Programas de profundización.
- Programas de refuerzo del aprendizaje.

8. Situaciones de aprendizaje:

- Bádminton
- Deportes alternativos
- Deportes colectivos
- Escalada
- Feria de juegos
- NN Sda3 Salud Digital: ¿Cómo Mejorar Nuestros Hábitos?
- Profe por un día
- Rugby tag
- Salud, calidad de vida y entrenamiento de las capacidades
- Voleibol

9. Descriptores operativos:

Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.
Descriptores operativos:
CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los

diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.

Descriptorios operativos:

CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.

CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.

CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.

CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.

CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

Competencia clave: Competencia ciudadana.

Descriptorios operativos:

CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.

CC2. Analiza y asume fundamentalmente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa, y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.

CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.

Competencia clave: Competencia plurilingüe.

Descriptorios operativos:

CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse

y ampliar su repertorio lingüístico individual.
 CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

Competencia clave: Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

Descriptorios operativos:

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos, etc.), y aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal, con ética y responsabilidad para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

Competencia clave: Competencia digital.

Descriptorios operativos:

CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.

CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.

CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

Competencia clave: Competencia emprendedora.

Descriptorios operativos:

CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.

CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.

CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

Competencia clave: Competencia en conciencia y expresión culturales.

Descriptorios operativos:

CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.

CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.

CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.

CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

10. Competencias específicas:

Denominación

EFI.4.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

EFI.4.2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

EFI.4.3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

EFI.4.4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

EFI.4.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

11. Criterios de evaluación:

<p>Competencia específica: EFI.4.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p>
<p>Criterios de evaluación:</p>
<p>EFI.4.1.1.Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, haciendo uso de diferentes sistemas de entrenamiento y aplicando de manera autónoma diversas herramientas informáticas que permitan evolución de la mejora motriz, según las necesidades e intereses individuales y respetando, aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás, en diferentes manifestaciones motrices y contextos.</p>
<p>EFI.4.1.2.Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p>
<p>EFI.4.1.3.Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, en diferentes contextos y situaciones de riesgo y actuando de manera preventiva en su caso.</p>
<p>EFI.4.1.4.Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes valorando diferentes contextos y lesiones para aplicar de manera autónoma medidas específicas de primeros auxilios.</p>
<p>EFI.4.1.5.Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, en diferentes contextos y situaciones, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p>
<p>EFI.4.1.6.Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p>
<p>Competencia específica: EFI.4.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>
<p>Criterios de evaluación:</p>
<p>EFI.4.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, consolidando actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p>
<p>EFI.4.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p>
<p>EFI.4.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas de forma autónoma en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>
<p>Competencia específica: EFI.4.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>
<p>Criterios de evaluación:</p>
<p>EFI.4.3.1.Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>
<p>EFI.4.3.2.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de</p>

roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final, valorando el proceso.

EFI.4.3.3.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.

Competencia específica: EFI.4.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

Criterios de evaluación:

EFI.4.4.1.Contextualizar la influencia social del deporte social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía o las de otros lugares del mundo.

EFI.4.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.

EFI.4.4.3.Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.

Competencia específica: EFI.4.5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

Criterios de evaluación:

EFI.4.5.1.Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos andaluces, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando de forma autónoma el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando colaborativa y/o cooperativamente actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

EFI.4.5.2.Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales, y colectivas con autonomía.

12. Saberes básicos:

A. Vida activa y saludable.

1. Salud física.

1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.
2. Autorregulación y planificación del entrenamiento.
3. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.
4. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.
5. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

2. Salud social.

1. Suplementación y dopaje en el deporte.
2. Riesgos y condicionantes éticos.

3. Salud mental EFI.

1. Exigencias y presiones de la competición.
2. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación.

3. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros).

4. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B. Organización y gestión de la actividad física.

1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.

2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.

3. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.

4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

5. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.

6. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.

7. Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

8. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.

9. Actuaciones críticas ante accidentes.

10. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Soporte vital básico (SVB).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

1. Toma de decisiones.

1. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.

2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.

3. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.

4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.

5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

2. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

1. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

3. Capacidades condicionales.

1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.

2. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.

3. Sistemas de entrenamiento.

4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.

1. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.

5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

1. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

6. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

1. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

1. Autorregulación emocional.

1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.

2. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

2. Habilidades sociales.
1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.
E. Manifestaciones de la cultura motriz.
1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
2. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
1. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
3. Organización de espectáculos y eventos artístico expresivos.
1. Organización de espectáculos y eventos artístico expresivos.
4. Deporte y perspectiva de género. Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.
1. Deporte y perspectiva de género. Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.
5. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.
1. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.
6. Los Juegos Olímpicos.
1. Repercusión cultural, económica y política de los juegos olímpicos.
2. Los juegos olímpicos desde la perspectiva de género.
F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.
1. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
2. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
3. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos urbanos y naturales de la red de espacios protegidos andaluces.
4. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

13. Vinculación de las competencias específicas con las competencias clave:

	CC1	CC2	CC3	CC4	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CE1	CE2	CE3	CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CCEC1	CCEC2	CCEC3	CCEC4	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CPSAA1	CPSAA2	CPSAA3	CPSAA4	CPSAA5	CP1	CP2	CP3
EFI.4.1					X	X		X							X								X				X							
EFI.4.2											X	X																						
EFI.4.3			X														X									X		X						
EFI.4.4		X	X				X											X	X	X	X												X	
EFI.4.5				X	X	X				X		X													X									

Leyenda competencias clave	
Código	Descripción
CC	Competencia ciudadana.
CD	Competencia digital.
CE	Competencia emprendedora.
CCL	Competencia en comunicación lingüística.
CCEC	Competencia en conciencia y expresión culturales.
STEM	Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
CPSAA	Competencia personal, social y de aprender a aprender.
CP	Competencia plurilingüe.