

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA

EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

2025/2026

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 etapa
5. Principios Pedagógicos
6. Evaluación
7. Seguimiento de la Programación Didáctica

CONCRECIÓN ANUAL

1º de E.S.O. Educación Física

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA

EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

2025/2026

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 más 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 estamos implicados en el plan lector de centro, el cual trabajamos media hora cada dos semanas de diversas formas como lectura de artículos relacionados con la Educación Física, debates, puestas en común de lectura, compresión lectora y respuesta de preguntas, etc.

Por último, trabajamos también el plan de razonamiento matemático durante media hora cada dos semanas. Este plan se trabaja de forma vertical y transversal en todas las asignaturas. Realizaremos propuestas matemáticas y resolución de problemas relacionados con la Educación Física, intentando siempre relacionarlo con otras asignaturas e incrementando la dificultad de la tarea de forma progresiva.

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.
- Instrucciones de 21 de junio de 2023, de la Viceconsejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, sobre el tratamiento de la lectura para el despliegue de la competencia en comunicación lingüística en Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria.
- Instrucciones de la Viceconsejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, sobre las medidas para el fomento del Razonamiento Matemático a través del planteamiento y la resolución de retos y problemas en Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria.

3. Organización del Departamento de coordinación didáctica:

Para este curso 2024/2025 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, 1ºESO D, 3ºESO A, 3º ESO B y 3ºESO C.
- D. Javier Pabón, que impartirá clase en 1ºESO H, 2ºESO A, 2ºESO C, 2º ESO E, 2º ESO F, 3º ESO D y 3ºESO E. Además es tutor de 2º ESO A.
- Dña. Ana Arranz que llevará la EF en los grupos de: 1ºESO-E, 1º ESO F, 1ºESO-G, 2ºESO B, 2ºESO D y 4ºESO D. Además es tutora de 4º ESO D.
- D. Alberto Rodríguez que impartirá Educación Física en los grupos 1ºESO B, 1º ESO C, 4º ESO A, 4º ESO B, 4º ESO C y 4º ESO E y será tutor de 4º ESO C.

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:

6.1 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.»

La calificación de la materia se calculará haciendo la media de las calificaciones de las Competencias Específicas, las cuales a su vez se obtienen haciendo la media de las calificaciones de los Criterios de Evaluación de cada Competencia Específica.

6.2 Evaluación de la práctica docente:

Resultados de la evaluación de la materia.

Métodos didácticos y Pedagógicos.

Adecuación de los materiales y recursos didácticos.

Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.

Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

7. Seguimiento de la Programación Didáctica

Según el artículo 92.2 en su apartado d, del Decreto 327/2010, de 13 de julio, es competencia de los departamentos de coordinación didáctica, realizar el seguimiento del grado de cumplimiento de la programación didáctica y proponer las medidas de mejora que se deriven del mismo.

CONCRECIÓN ANUAL

1º de E.S.O. Educación Física

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.

El trabajo de la lectura en el aula se abordará planificando e implementando actividades para todos los momentos de la lectura, tanto para antes de la lectura, como para durante la lectura y también para después de la lectura. Es importante ser consciente de que la lectura es un proceso complejo en el que se ponen en marcha multitud de habilidades diferentes. Por ello, es necesario enfocarlo desde una visión globalizada y atendiendo a todos sus momentos.

Sin embargo, el trabajo de la comprensión lectora en el aula no se inicia con la lectura de un texto concreto, sino que puede empezar antes incluso con actividades de

prelectura, recogidas en un documento Drive compartido por el claustro. Este tipo de actividades tienen un doble objetivo. Por un lado, buscan motivar a nuestro alumnado, despertando su interés por el tema concreto que nos disponemos a trabajar y, al mismo tiempo, pretenden activar sus conocimientos previos sobre el tema, buscando que verbalicen y comparten lo que ya saben a través de un coloquio previo, por ejemplo.

En esta prelectura se puede presentar no solo el tema que vamos a tratar y su relación con la materia, sino también conceptos y vocabulario. Es recomendable que las actividades de prelectura se realicen oralmente para agilizar el desarrollo de la secuencia didáctica favoreciendo también la conexión con el grupo y la activación de las ideas previas. Es el momento de dotar de objetivos a la lectura y dirigir al alumnado a la necesidad de leer al tiempo que nos acercamos a sus centros de interés con el objetivo de desarrollar el hábito lector para que trascienda más allá del aula.

Respecto a las actividades durante la lectura, estas ayudarán a establecer inferencias de distinto tipo, a la revisión y comprobación de lo que se ha leído, a la toma de conciencia sobre la entonación empleada, a una relectura formativa en distintas dimensiones textuales y a un proceso de autoaprendizaje. La primera lectura del texto nos permitirá trabajar la fluidez lectora, es decir, la capacidad de nuestro alumnado de leer oralmente un texto, verbalizando sus elementos adecuadamente. Estas actividades estarán más centradas en los cursos 1º, 2º y 3º, como se mencionaba con anterioridad. Además, es importante que la primera lectura del texto se realice de forma íntegra, leyendo el texto de principio a fin sin ninguna interrupción (aunque surjan dudas de vocabulario o de cualquier otro tipo por el camino), para que así nuestro alumnado se forme una visión global del mismo. Será en una segunda lectura, en las actividades centradas en fragmentos textuales especialmente, cuando profundicemos en la comprensión del texto. En el caso de los

departamentos que seleccionen lecturas de libros, las actividades de comprensión lectora irán más centradas al coloquio literario.

Se trata de que tras la prelectura y la lectura se dirija al alumnado a la recapitulación, puesta en práctica de lo leído, el debate de ideas, el uso del conocimiento adquirido en distintos contextos de aprendizaje. En el desarrollo del trabajo de la lectura a lo largo del curso se llevarán al aula distintos tipos de texto, siguiendo una progresión paulatina y adecuada que permita el desarrollo progresivo de las distintas destrezas.

Por último, a través de un documento compartido en la carpeta Drive, ya referenciado cada departamento propondrá las lecturas y actividades pertinentes al plan lector centradas siempre en el interés del alumnado. Dicho calendario está en consonancia con el plan de efemérides que se trabajará desde el primer momento del curso escolar. Así, la temática de las lecturas irá variando de acuerdo con la efeméride oportuna. De esta manera, se propicia el trabajo interdisciplinar entre departamentos.

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.

En cuanto al plan de razonamiento matemático, lo desarrollaremos de la siguiente manera:

El enfoque del trabajo de razonamiento matemático considerará lo siguiente:

- Se partirá de la resolución de problemas matemáticos con métodos inductivos y deductivos en situaciones habituales de la realidad, aplicando procesos de razonamiento, reflexionando sobre los procesos seguidos, y comprobando los resultados.
- Se avanzará hacia la resolución de problemas ampliando los contextos sobre los que se aplican, así como la variedad de estrategias utilizadas. Analizando las soluciones con perspectiva crítica y reformulando los procedimientos seguidos, cuando sea necesario.
- Se plantearán y resolverán problemas matemáticos en el marco de proyectos o experimentos científicos que sirvan para resolver hipótesis o responder a preguntas sobre fenómenos de la realidad, o de interés para el alumnado, con una perspectiva de conocimiento aplicado e integrado con otras disciplinas

¿ Trabajo del razonamiento matemático en el aula.

Se establecen los siguientes pasos:

1o. Planteamiento del problema matemático en relación con la necesidad de responder a preguntas o avanzar en el conocimiento. Ejemplos de situaciones. Debate sobre la necesidad del planteamiento. Identificación de saberes básicos asociados y necesarios para afrontar con ciertas garantías el problema, conocidos previamente o nuevos. La conexión entre las Matemáticas y otras materias o ámbitos no debe limitarse a conceptos, sino ampliarse a procedimientos y actitudes, de forma que los saberes básicos puedan ser transferidos y aplicados en diferentes contextos.

2o. Interpretación y comprensión del problema matemático organizando los datos, estableciendo las relaciones entre ellos y comprendiendo las preguntas formuladas.

3o. Análisis de la información necesaria, la disponible y la que deba completarse. Análisis de las fuentes de información para el problema. Facilitación de herramientas de interpretación y modelización (diagramas, expresiones simbólicas, gráficas, etc.), técnicas y estrategias de resolución de problemas como la analogía con otros problemas, la estimación, el ensayo-error, la resolución inversa, el tanteo, la descomposición en problemas más sencillos o la búsqueda de patrones que permitan tomar decisiones, anticipar la respuesta, asumir riesgos y aceptar el error como parte del proceso. Se pueden plantear variantes al problema modificando alguno de los datos o alguna condición para favorecer su comprensión y alcance.

4o. Obtención de soluciones matemáticas al problema, activando los conocimientos y utilizando las herramientas matemáticas y tecnológicas necesarias. Realización de cálculos y operaciones necesarias para la resolución. Estrategias de razonamiento utilizadas.

5o. Resolución: resultados obtenidos, representación de los mismos. Comprobar la corrección matemática de la solución y la validez de los resultados obtenidos, evaluando su

alcance y repercusión. Potenciación del aprendizaje relevante y significativo, del uso de las herramientas tecnológicas y del establecimiento de procesos de autoevaluación que favorezcan la conciencia sobre los propios progresos.

6o. Reflexión conjunta e individual sobre el proceso seguido. Comunicación oral y escrita de los procesos y los resultados.

¿ Planificación

En el desarrollo del trabajo de razonamiento matemático a lo largo del curso se llevarán al aula distintos tipos de soportes, siguiendo una progresión paulatina y adecuada que permita el desarrollo progresivo de las distintas destrezas.

La tipología concreta que se trabajará con cada nivel y grupo se consensuará entre los equipos docentes y se plasmará en la Programación Didáctica de los Departamentos.

Los 30 minutos de razonamiento matemático en tres días alternos se harán compatibles con el abordaje del tiempo diario dedicado a la lectura planificada.

La planificación concreta del trabajo del razonamiento por materias, niveles y grupos se elaborará de forma consensuada y quedará plasmada en el documento llamado ¿calendario de organización¿ que estará alojado en la carpeta compartida de drive. El calendario de organización permitirá coordinar las actuaciones decididas y fijar un horario semanal para el trabajo específico de trabajo con cada grupo.

Se ha elaborado un calendario para el plan de impulso al razonamiento matemático en el que se trabajará los lunes, miércoles y viernes en semana alternas al plan lector.

Se ha consensuado que las asignaturas con 3 o más horas semanales, trabajarán media hora a la semana, las materias que tengan 1 o 2, no lo harán.

¿ Recursos

En la página web de la Consejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, se dispondrá de un apartado específico para la creación y difusión de recursos y materiales matemáticos en diferentes formatos (digitales, con posibilidad de impresión, en forma de proyectos, etc.) que podrán ser utilizados y compartidos por todo el profesorado. Los recursos y materiales allí alojados se dispondrán de forma ordenada atendiendo a las etapas, categorías, formato, tipologías de problemas, etc.

La Consejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional facilitará a los centros un lote de materiales manipulativos y recursos utilizables para el desarrollo de la didáctica propia de la competencia matemática.

La formación en didáctica de las Matemáticas a través del Aula Virtual de Formación del Profesorado, contribuirá a la preparación de material.

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.

RESPETO. 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, confiriéndole 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 realizan 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 descansen, 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 alumnas, 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 mediatisada 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 2024, 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¿,psibilidad 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 shutteball, 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 calidad, 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. Temporalización:

6.1 Unidades de programación:

Durante el primer trimestre se darán las situaciones de aprendizaje: Higiene postural, calentamiento y salud, Condición Física, deportes colectivos y orientación.

En el segundo trimestre, se impartirán Acrogym, Bádminton y actividades en la naturaleza.

Finalmente durante el tercer trimestre, trabajaremos deportes alternativos y el circo.

6.2 Situaciones de aprendizaje:

- Acrogym
- Actividades en la naturaleza.
- BÁDMINTON
- Condición física
- Deportes alternativos.
- deportes colectivos

- El circo
- Higiene postural, calentamiento y salud.
- Orientación

7. 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 alunado 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 Antequera.
3. Senderismo.
4. Jornadas recreativas Anima-playa. Playa Malapesquera. Ies Arroyo de la miel. Tafad.
5. Gymkana ecológica.
6. Carrera Save the children.
7. Visita a Amazonia.
8. Visita a las instalaciones deportivas cercanas.

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.

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

8.1. Medidas generales:

- Aprendizaje por proyectos.
- Tutoría entre iguales.

8.2. Medidas específicas:

- Adaptaciones curriculares dirigidas al alumnado con altas capacidades intelectuales.

- Adaptaciones de acceso al currículo para el alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.
- Programas de profundización.
- Programas de refuerzo del aprendizaje.

8.3. Observaciones:

9. Descriptores operativos:

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...) 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 emprendedora.	
Descriptores 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 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), 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.**Descriptores 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 ecodependencia 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 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 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.

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 digital.

Descriptores operativos:

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 en conciencia y expresión culturales.

Descriptores operativos:

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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.

Método de calificación: Media aritmética.

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

Método de calificación: Media aritmética.

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
EFI.1.1				X	X		X						X									X												
EFI.1.2											X	X																						
EFI.1.3			X										X																					
EFI.1.4		X	X			X										X	X	X	X															
EFI.1.5			X	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.

INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025 **Curso:** 1º de E.S.O.

Título: Acrogym

Temporalización: primer trimestre

Justificación: Es necesario que los alumnos practiquen diferentes actividades que les permitan crear sus propios entrenamientos.

CONCRECIÓN CURRICULAR

Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
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.1.3.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.
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.1.1.3.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.1.3.1.Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos.
EFI.1.4.3.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.
SABERES BÁSICOS
EFI.1.A.1.1.Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.
EFI.1.A.1.2.Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.
EFI.1.A.1.6.Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.
EFI.1.A.3.2.La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.
EFI.1.B.1.Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
EFI.1.B.4.Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
EFI.1.B.7.1.Calzado deportivo y ergonomía.
EFI.1.B.7.2.Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
EFI.1.C.2.Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.
EFI.1.C.5.Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
EFI.1.D.1.1.El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.
EFI.1.D.2.1.Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad.
EFI.1.D.2.2.Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.
EFI.1.D.2.3.Funciones de arbitraje deportivo.
DESCRIPTORES OPERATIVOS
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.

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.

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.

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.

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.

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.

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.

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.

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.

PRODUCTO FINAL: Coreografía acrosport

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: calentamiento . (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Activación)	
Realización de calentamiento. Movilidad articular.	
EJERCICIOS	
Movilidad articular	
METODOLOGÍA	
Individual.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1 trimestre	Pabellón.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: figuras de acrosport (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Exploración)	
Los alumnos irán conociendo figuras de 2, 3, 4, 5 y 6 personas	
EJERCICIOS	
fichas de figuras de acrosport.	
METODOLOGÍA	
Trabajo en grupos.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1 trimestre	colchonetas
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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.1.3.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	
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.1.3.1.Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: creación coreografía (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Aplicación)	
Los alumnos agrupados en grupos de 4 o 5 deberán crear unas coreografías de acrosport.	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: creación coreografía (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Aplicación)	
EJERCICIOS	
Los alumnos trabajan en grupos y crean su aprendizaje.	
METODOLOGÍA	
Los alumnos trabajan en grupos y crean su aprendizaje.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1 trimestre	Colchonetas y música
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	TRAZABILIDAD
ARCHIVO ADJUNTO	

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

INDICADORES:
Resultados de la evaluación de la materia.
Métodos didácticos y Pedagógicos.
Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025

Curso: 1º de E.S.O.

Título: Actividades en la naturaleza.

Temporalización: 3º trimestre

Justificación: El conocimiento y la vivencia de la naturaleza, junto con la experimentación de actividades novedosas y exigencia física, técnica y emocional.

CONCRECIÓN CURRICULAR

Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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.1.5.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.1.1.1.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.1.1.5.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.
SABERES BÁSICOS	
EFI.1.A.1.1.Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.	EFI.1.A.1.2.Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.
EFI.1.A.1.3.Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, alimentación y actividad física.	EFI.1.A.1.4.Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, respiración y relajación.
EFI.1.A.1.5.Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.	EFI.1.B.2.Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas de higiene como elemento imprescindible en contextos de práctica de la actividad física y deportiva.
EFI.1.B.4.Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.	EFI.1.F.1.Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
EFI.1.F.2.Nuevos espacios y prácticas deportivas.	EFI.1.F.3.Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).
EFI.1.F.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.	CD1. Realiza, de manera autónoma, búsquedas en internet, seleccionando la información más adecuada y relevante, reflexiona sobre
DESCRIPTORES OPERATIVOS	
CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia y ecodependencia 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.	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.

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.

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.

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.

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.

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.

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.

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.

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.

PRODUCTO FINAL: Animaplaya

SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Introducción a las Actividades (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)					
Le hacemos una sesión de introducción a las actividades físicas en la naturaleza					
EJERCICIOS					
Charla introductoria: Importancia de la actividad física al aire libre y beneficios para la salud. Dinámica de grupo: Juegos de calentamiento y estiramientos al aire libre. Explicación de las actividades a realizar en las próximas sesiones: Senderismo, orientación, juegos cooperativos					
METODOLOGÍA					
Participación activa y actitud en las actividades. Colaboración en trabajos en equipo. Reflexiones sobre la experiencia y el aprendizaje obtenido. Esta situación de aprendizaje no solo promueve la actividad física, sino que también fomenta el aprecio por la naturaleza y el trabajo en equipo, creando un entorno positivo para el desarrollo personal y social de los alumnos.					
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center; padding: 2px;">TEMPORALIZACIÓN</th> <th style="text-align: center; padding: 2px;">RECURSOS</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="padding: 2px;">primera sesión</td> <td style="padding: 2px;">mapas, brújulas, conos y pelotas</td> </tr> </tbody> </table>		TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	primera sesión	mapas, brújulas, conos y pelotas
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS				
primera sesión	mapas, brújulas, conos y pelotas				
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS					
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					
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.					
TRAZABILIDAD					
ARCHIVO ADJUNTO					

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Senderismo (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Activación)					
Esta situación de aprendizaje no solo promueve la actividad física, sino que también fomenta el aprecio por la naturaleza y el trabajo en equipo, creando un entorno positivo para el desarrollo personal y social de los alumnos.					
EJERCICIOS					
Salida a un parque o área natural: Realización de una ruta de senderismo adaptada. Taller de orientación: Introducción a la lectura de mapas y uso de brújulas. Cada grupo debe encontrar puntos de referencia en el recorrido. Juego de equipo: Búsqueda del tesoro utilizando mapas y pistas					
METODOLOGÍA					
Participación activa y actitud en las actividades. Colaboración en trabajos en equipo. Reflexiones sobre la experiencia y el aprendizaje obtenido.					
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center; padding: 2px;">TEMPORALIZACIÓN</th> <th style="text-align: center; padding: 2px;">RECURSOS</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="padding: 2px;">segunda sesión</td> <td style="padding: 2px;">mapas y brújulas</td> </tr> </tbody> </table>		TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	segunda sesión	mapas y brújulas
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS				
segunda sesión	mapas y brújulas				
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS					
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					
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					

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Senderismo (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Activación)
ecológica. EFI.1.5.2.Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, siguiendo las normas de seguridad individuales y colectivas marcadas.
TRAZABILIDAD
ARCHIVO ADJUNTO

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Juegos en la Naturaleza (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
Realizamos juegos en el parque de los olivos.	
EJERCICIOS	
Dinámica de calentamiento: Actividades lúdicas para preparar el cuerpo. Juegos cooperativos: Organizar juegos como el pañuelo, la cuerda o el juego de la bandera, adaptados al entorno natural. Reflexión en grupo: Conversar sobre la importancia del trabajo en equipo y la diversión al aire libre	
METODOLOGÍA	
Participación activa y actitud en las actividades. Colaboración en trabajos en equipo. Reflexiones sobre la experiencia y el aprendizaje obtenido	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
tercera sesión	materiales varios como conos y pelotas
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Actividades de Aventura (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
Realizamos actividades de aventura adaptados al centro	
EJERCICIOS	
Estación de habilidades: Rotación por estaciones donde se practiquen actividades como escalada, slackline o rappel (con supervisión adecuada). Desafío de equipos: Competencias amistosas basadas en las habilidades aprendidas en las estaciones. Charlas sobre seguridad: Importancia de la seguridad en actividades al aire libre y el respeto por el entorno	
METODOLOGÍA	
Estación de habilidades: Rotación por estaciones donde se practiquen actividades como escalada en roca (si es posible), slackline o rappel (con supervisión adecuada). Desafío de equipos: Competencias amistosas basadas en las habilidades aprendidas en las estaciones. Charlas sobre seguridad: Importancia de la seguridad en actividades al aire libre y el respeto por el entorno	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
4	espalderas y slackline
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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,	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Actividades de Aventura (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)
para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.
CRITERIOS
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.
TRAZABILIDAD
ARCHIVO ADJUNTO

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Reflexión y Evaluación (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)	
Realizamos una reflexión y una evaluación de todo lo aprendido.	
EJERCICIOS	
Juego de repaso: Revisión de lo aprendido a través de un juego tipo trivia sobre actividades al aire libre y medio ambiente. Reflexión final: Debate sobre las experiencias vividas, lo que más les gustó y cómo pueden aplicar lo aprendido en su vida diaria. Cierre: Evaluación de la unidad mediante una encuesta o un pequeño cuestionario sobre sus preferencias y aprendizajes	
METODOLOGÍA	
Participación activa y actitud en las actividades. Colaboración en trabajos en equipo. Reflexiones sobre la experiencia y el aprendizaje obtenido.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
última sesión	Todo el material que hemos usado en las demás sesiones
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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.1.5.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	
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.1.5.1.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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

INDICADORES:

Resultados de la evaluación de la materia.

Métodos didácticos y Pedagógicos.

Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.

Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025

Curso: 1º de E.S.O.

Título: BÁDMINTON

Temporalización: 2 trimestre

Justificación: El alumnado debe conocer y llevar a la prácticas deportes de raqueta como el bádminton que además es un contenido ideal para trabajar aspectos como la sexualidad, el juego limpio o los valores deportivos.

CONCRECIÓN CURRICULAR

Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- 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.

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.
- 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.

SABERES BÁSICOS

- EFI.1.A.3.1.Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.
- EFI.1.A.3.2.La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.
- EFI.1.B.1.Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- EFI.1.B.3.Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
- EFI.1.C.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.
- EFI.1.C.2.Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.
- EFI.1.C.3.Capacidades perceptivo-motrices en el contexto de la práctica deportiva condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
- EFI.1.C.4.Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
- EFI.1.C.5.Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- EFI.1.C.6.Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la actividad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.
- EFI.1.C.7.Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.
- EFI.1.C.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.
- EFI.1.D.1.1.El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.

EFI.1.D.2.1. Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad.
EFI.1.D.2.2. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.
EFI.1.D.2.3. Funciones de arbitraje deportivo.

DESCRIPTORES OPERATIVOS

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.

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.

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.

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.

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.

PRODUCTO FINAL: campeonato de bádminton

SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: juegos de iniciación (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
Los alumnos conocerán las diferentes técnicas de golpeo de bádminton, las diferentes reglas y los diferentes roles de una competición.	
EJERCICIOS	
Ejercicios variados de técnicas de golpeo en bádminton.	
METODOLOGÍA	
La mayoría de los ejercicios son individuales o por parejas y de carácter analítico.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1 trimestre	raquetas, plumas y redes de bádminton.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: competición de bádminton (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
Los alumnos deberán participar en una competición de bádminton por parejas donde participarán adoptando los diferentes roles.	
EJERCICIOS	
Campeonato de bádminton.	
METODOLOGÍA	
Ellos deben organizar, participar y llevar a la práctica la competición.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1 trimestre	raquetas, plumas y redes de bádminton.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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.	
CRITERIOS	
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	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: competición de bádminton (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Aplicación)
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.1.3.1.Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos.
TRAZABILIDAD
ARCHIVO ADJUNTO

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Movilidad y Posicionamiento (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Estructuración)	
Esta situación de aprendizaje proporciona una progresión clara en la enseñanza del bádminton, combinando técnica, práctica y reflexión, lo que permite a los alumnos disfrutar del deporte y desarrollar habilidades físicas y sociales.	
EJERCICIOS	
Calentamiento dinámico: Ejercicios de velocidad y agilidad. Estaciones de práctica: Estación 1: Servicio (práctica de diferentes tipos de servicio). Estación 2: Clear (golpes altos para enviar el volante al fondo de la pista). Estación 3: Drop (golpes cortos y sutiles). Estación 4: Smash (golpes potentes hacia abajo). Juego en parejas: Práctica de los golpes aprendidos en un mini partido. Ejercicios de movilidad: Drills de desplazamiento por la pista (delante, detrás, laterales). Mini-juegos: En parejas, practicar movimientos con el volante, alternando posiciones y golpes.	
METODOLOGÍA	
Ejercicios de movilidad: Drills de desplazamiento por la pista (delante, detrás, laterales). Mini-juegos: En parejas, practicar movimientos con el volante, alternando posiciones y golpes.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
3 sesiones	raquetas, plumas y redes
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

INDICADORES:

Resultados de la evaluación de la materia.

Métodos didácticos y Pedagógicos.

Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025 **Curso:** 1º de E.S.O.

Título: Condición física

Temporalización: Durante todo el primer trimestre

Justificación: Se trata de que el alumnado mejore poco a poco su condición física general mediante la realización de juegos para el trabajo de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad; así como actividades lúdicas de coordinación, agilidad y equilibrio.

CONCRECIÓN CURRICULAR

Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- 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.

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.
- EFI.1.2.1. Participar en el proceso de creación de proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para conducir 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.

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.

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.

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.

SABERES BÁSICOS

EFI.1.A.1.1.Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.

EFI.1.A.1.2.Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.

EFI.1.A.1.3.Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, alimentación y actividad física.

EFI.1.A.1.4.Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, respiración y relajación.

EFI.1.A.1.5.Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.

EFI.1.A.1.6.Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

EFI.1.A.2.1.Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.

EFI.1.A.2.2.Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

EFI.1.A.3.1.Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.

EFI.1.A.3.2.La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

EFI.1.B.1.Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

EFI.1.B.2.Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas de higiene como elemento imprescindible en contextos de práctica de la actividad física y deportiva.

EFI.1.B.3.Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

EFI.1.B.4.Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

EFI.1.B.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.

EFI.1.B.6.Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.

EFI.1.B.7.1.Calzado deportivo y ergonomía.

EFI.1.B.7.2.Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

EFI.1.B.7.3.Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.

EFI.1.B.7.4.Técnica PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112.

EFI.1.C.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.

EFI.1.C.2.Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.

EFI.1.C.3.Capacidades perceptivo-motrices en el contexto de la práctica deportiva condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.

EFI.1.C.4.Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.

EFI.1.C.5.Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.

EFI.1.C.6.Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la actividad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

EFI.1.C.7.Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

EFI.1.C.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.
EFI.1.D.1.1.El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.
EFI.1.D.1.2.Estrategias de autorregulación individual y colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.
EFI.1.D.1.4.Reconocimiento y concienciación emocional.
EFI.1.D.2.1.Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad.
EFI.1.D.2.2.Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.
EFI.1.D.2.3.Funciones de arbitraje deportivo.
EFI.1.D.2.4.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.
EFI.1.E.1.Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.
EFI.1.E.2.Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
EFI.1.E.3.Deporte y perspectiva de género. Medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte.
EFI.1.F.1.Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
EFI.1.F.2.Nuevos espacios y prácticas deportivas.
EFI.1.F.3.Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).
EFI.1.F.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.

DESCRIPTORES OPERATIVOS

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 ecodependencia 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.
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.
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.
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.
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.

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.

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.

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.

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.

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.

SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

PRODUCTO FINAL: mejoramos nuestra condición física

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Test de condición física (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Activación)	
Los alumnos realizarán diferentes test de condición física	
EJERCICIOS	
Test de velocidad, resistencia, fuerza y flexibilidad.	
METODOLOGÍA	
Ejercicios individuales.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1 trimestre	material para realizar los test
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: ento de condición física (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
Los alumnos realizarán diferentes sesiones de entrenamiento de la condición física	
EJERCICIOS	
Ejercicios variados, desde entrenamiento de fuerza, flexibilidad o crossfit	
METODOLOGÍA	
La metodología será variedad. desde fichas a ejercicios individuales y analíticos.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1 trimestre	material de entrenamiento.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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.	
CRITERIOS	
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.	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: ento de condición física (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
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.	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Mido mi C.F. (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)	
Los alumnos deberán subir a classroom los resultados de sus tests.	
EJERCICIOS	
subir y llenar en classroom los resultados de los tests.	
METODOLOGÍA	
Trabajo individual.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1 trimestre	digitales
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025

Curso: 1º de E.S.O.

Título: Deportes alternativos.

Temporalización: 2º trimestre

Justificación: Estos juegos buscan disminuir la presión por competir y la necesidad de conductas destructivas, promover la interacción, la inclusión y la participación de todos. Busca la alegría de jugar.

CONCRECIÓN CURRICULAR

Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

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.1.4.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.1.2.1.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.

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.

SABERES BÁSICOS

EFI.1.A.3.1.Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.

EFI.1.B.3.Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

EFI.1.C.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.

EFI.1.C.2.Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.

EFI.1.C.3.Capacidades perceptivo-motrices en el contexto de la práctica deportiva condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.

EFI.1.C.4.Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.

EFI.1.C.5.Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.

EFI.1.C.6.Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la actividad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

EFI.1.C.7.Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

EFI.1.C.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.

EFI.1.D.1.1.El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.

EFI.1.D.2.1.Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad.

EFI.1.D.2.2.Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.

EFI.1.D.2.4.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.

EFI.1.E.1.Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.

EFI.1.E.2.Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.

EFI.1.E.3.Deporte y perspectiva de género. Medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte.

DESCRIPTORES OPERATIVOS

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.

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.

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.

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.

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.

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.

PRODUCTO FINAL: Competición de deporte colectivo.

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Introducción Deportes Alternat (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Activación)					
Hacemos una introducción a los deportes alternativos para que conozcan algunos y como identificarlos y diferenciarlos.					
EJERCICIOS					
Charla introductoria: Explicación sobre qué son los deportes alternativos y su importancia. Presentación de deportes a trabajar: Ultimate frisbee, kin-ball, floorball. Calentamiento: Ejercicios de movilidad y estiramientos (recursos: colchonetas, conos). Actividad práctica: Breve introducción a un primer deporte (ej. Ultimate frisbee): reglas básicas y práctica de pases.					
METODOLOGÍA					
Charla introductoria: Explicación sobre qué son los deportes alternativos y su importancia. Presentación de deportes a trabajar: Ultimate frisbee, kin-ball, floorball. Calentamiento: Ejercicios de movilidad y estiramientos (recursos: colchonetas, conos). Actividad práctica: Breve introducción a un primer deporte (ej. Ultimate frisbee): reglas básicas y práctica de pases.					
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center; background-color: #cccccc;">TEMPORALIZACIÓN</th><th style="text-align: center; background-color: #cccccc;">RECURSOS</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">primera sesión</td><td>Frisbees Conos para delimitación de campo Colchonetas para el calentamiento</td></tr> </tbody> </table>		TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	primera sesión	Frisbees Conos para delimitación de campo Colchonetas para el calentamiento
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS				
primera sesión	Frisbees Conos para delimitación de campo Colchonetas para el calentamiento				
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS					
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					
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.					
TRAZABILIDAD					
ARCHIVO ADJUNTO					

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Ultimate Frisbee (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)					
Conocen y juegan al ultimate					
EJERCICIOS					
Calentamiento específico: Ejercicios de velocidad y agilidad (recursos: pelotas, aros). Drills de pases: Práctica de diferentes tipos de lanzamientos en parejas. Mini-partidos: Dividir la clase en equipos y jugar partidos cortos, aplicando las reglas aprendidas. Reflexión final: Discusión sobre la experiencia y las estrategias utilizadas.					
METODOLOGÍA					
Esta situación de aprendizaje permite a los alumnos explorar diferentes deportes alternativos de manera divertida, mientras desarrollan habilidades sociales y físicas en un entorno colaborativo. Observación del rendimiento y participación activa durante las sesiones. Evaluación de habilidades específicas en cada deporte. Reflexiones y autoevaluaciones sobre su aprendizaje y desarrollo personal.					
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center; background-color: #cccccc;">TEMPORALIZACIÓN</th><th style="text-align: center; background-color: #cccccc;">RECURSOS</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">segunda sesión</td><td>Frisbees Conos para marcar áreas de juego Silbato para el árbitro</td></tr> </tbody> </table>		TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	segunda sesión	Frisbees Conos para marcar áreas de juego Silbato para el árbitro
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS				
segunda sesión	Frisbees Conos para marcar áreas de juego Silbato para el árbitro				
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS					
EFI.1.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos					

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Ultimate Frisbee (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)
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
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.
TRAZABILIDAD
ARCHIVO ADJUNTO

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Kin-Ball (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
Los alumnos conocerán y jugarán al kinball	
EJERCICIOS	
Calentamiento dinámico: Juegos de calentamiento que involucren el uso del kin-ball (recursos: pelotas, cintas). Explicación de reglas: Presentar cómo se juega al kin-ball y las estrategias. Práctica de juego: Formar equipos y jugar, asegurando que todos participen y comprendan las reglas. Análisis: Reflexionar sobre la importancia de la comunicación en el juego.	
METODOLOGÍA	
Observación del rendimiento y participación activa durante las sesiones. Evaluación de habilidades específicas en cada deporte. Reflexiones y autoevaluaciones sobre su aprendizaje y desarrollo personal.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
3	Kin-ball Conos para delimitación de la cancha Cintas para marcar el área de juego
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Floorball (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)
Los alumnos conocerán y jugarán al floorball
EJERCICIOS
Calentamiento: Ejercicios de calentamiento y estiramientos (recursos: pelotas, colchonetas). Introducción al floorball: Explicación de reglas y técnica de manejo del stick. Drills: Práctica de pases y disparos en parejas. Partidos cortos: Organizar un torneo interno de floorball. Reflexión final: Discusión sobre la experiencia y cómo mejorar como equipo.
METODOLOGÍA
Observación del rendimiento y participación activa durante las sesiones. Evaluación de habilidades específicas en cada deporte. Reflexiones y autoevaluaciones sobre su aprendizaje y desarrollo personal.

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Floorball (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Aplicación)	
Esta situación de aprendizaje permite a los alumnos explorar diferentes deportes alternativos de manera divertida, mientras desarrollan habilidades sociales y físicas en un entorno colaborativo.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
cuarta sesión	Palos de floorball Pelotas de floorball Conos para delimitar la cancha
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Evaluación y Reflexión Final (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Conclusión)	
Los alumnos realizarán una competición de los deportes aprendidos.	
EJERCICIOS	
Partidos de exhibición: Cada grupo presenta un mini-partido de uno de los deportes trabajados. Reflexión grupal: Evaluar la experiencia general, lo que aprendieron y sus deportes favoritos. Autoevaluación: Cada alumno completa una hoja de autoevaluación sobre sus habilidades y participación	
METODOLOGÍA	
Observación del rendimiento y participación activa durante las sesiones. Evaluación de habilidades específicas en cada deporte. Reflexiones y autoevaluaciones sobre su aprendizaje y desarrollo personal.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
última sesión	Materiales de los deportes alternativos practicados Hojas de autoevaluación
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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.1.4.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	
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.	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:	Evaluación y Reflexión Final	TIPO DE LA ACTIVIDAD:	Conclusión
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.		
TRAZABILIDAD			
ARCHIVO ADJUNTO			

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

INDICADORES:

Resultados de la evaluación de la materia.

Métodos didácticos y Pedagógicos.

Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025 **Curso:** 1º de E.S.O.

Título: deportes colectivos

Temporalización: 1º trimestre

Justificación: Deportes mayoritario y muy practicado en nuestro entorno. Es un deporte fácil de asimilar por los alumnos de este nivel y que permite trabajar elementos, técnicos, tácticos y reglamentarios.

CONCRECIÓN CURRICULAR

Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
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.
CRITERIOS DE EVALUACION
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.1.2.3.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.
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.1.4.1.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.
SABERES BÁSICOS
EFI.1.A.2.1.Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.
EFI.1.A.2.2.Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.
EFI.1.A.3.2.La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.
EFI.1.B.1.Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
EFI.1.B.4.Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
EFI.1.C.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.
EFI.1.C.2.Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.
EFI.1.C.3.Capacidades perceptivo-motrices en el contexto de la práctica deportiva condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
EFI.1.C.4.Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.

EFI.1.C.7. Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.
EFI.1.D.1.1. El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.
EFI.1.D.2.2. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.
EFI.1.D.2.3. Funciones de arbitraje deportivo.
EFI.1.D.2.4. 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.
EFI.1.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.
EFI.1.E.2. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
EFI.1.E.3. Deporte y perspectiva de género. Medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte.

DESCRIPTORES OPERATIVOS

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.

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.

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.

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.

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.

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.

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.

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.

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.

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.

SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

PRODUCTO FINAL: Competición de deporte colectivo.

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Exploración Deportes Colectivo (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
Conocer y practicar las reglas de diferentes deportes colectivos. Desarrollar habilidades motrices y tácticas en equipo. Fomentar la cooperación, la comunicación y el trabajo en equipo	
EJERCICIOS	
Charla introductoria: Presentación de diferentes deportes colectivos (fútbol, baloncesto, voleibol) y su importancia en la educación física. Calentamiento: Ejercicios de movilidad articular y estiramientos (recursos: colchonetas, conos). Juegos de integración: Juegos sencillos para fomentar la cohesión grupal (ej. "La cadena"). Presentación de las reglas básicas: Introducción a las reglas de los deportes que se trabajarán en las siguientes sesiones.	
METODOLOGÍA	
Aprendizaje activo: Se utilizarán actividades prácticas que fomenten la participación y el trabajo en equipo. Enfoque por estaciones: En algunas sesiones, se implementarán estaciones para trabajar habilidades específicas. Reflexión grupal: Se dedicará tiempo al final de cada sesión para discutir experiencias y aprendizajes	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
primera sesión	Colchonetas Conos para delimitación Pelotas de diferentes deporte
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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.	
CRITERIOS	
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.1.2.3. 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. 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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Fútbol (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
Conocen y juegan al fútbol.	
EJERCICIOS	
Calentamiento específico: Ejercicios de velocidad y control del balón (recursos: pelotas, conos). Estaciones de habilidades: Estación 1: Pases y recepción. Estación 2: Tiros a puerta. Estación 3: Dribbling. Mini-partidos: Organizar partidos cortos para aplicar las habilidades aprendidas. Reflexión final: Conversar sobre estrategias de juego y trabajo en equipo.	
METODOLOGÍA	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Fútbol (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Aplicación)	
Observación del rendimiento y la participación activa durante las sesiones. Evaluación de habilidades específicas en cada deporte. Reflexiones y autoevaluaciones sobre el aprendizaje y el desarrollo personal.	
TEMPORALIZACIÓN	
segunda sesión	Pelotas de fútbol Conos para delimitar áreas de juego Porterías pequeñas (si es posible)
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
<p>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 autónoma de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>	
CRITERIOS	
<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Baloncesto (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Aplicación)	
Los alumnos conocerán y jugarán al baloncesto	
EJERCICIOS	
<p>Calentamiento: Juegos de calentamiento con balón (recursos: pelotas, aros).</p> <p>Drills técnicos:</p> <p>Tiros libres.</p> <p>Pases y recepción.</p> <p>Manejo del balón (dribbling).</p> <p>Partidos cortos: Organizar mini-partidos, fomentando el juego limpio y la cooperación.</p> <p>Reflexión en grupo: Evaluar lo aprendido y discutir sobre tácticas de juego</p>	
METODOLOGÍA	
<p>Aprendizaje activo: Se utilizarán actividades prácticas que fomenten la participación y el trabajo en equipo.</p> <p>Enfoque por estaciones: En algunas sesiones, se implementarán estaciones para trabajar habilidades específicas.</p> <p>Reflexión grupal: Se dedicará tiempo al final de cada sesión para discutir experiencias y aprendizajes</p>	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Baloncesto (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Aplicación)				
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS			
tercera sesión	Aros para ejercicios de tiro Conos para delimitar áreas			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS				
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.				
CRITERIOS				
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. 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.1.4.1.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.				
TRAZABILIDAD				
ARCHIVO ADJUNTO				

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Voleibol (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Aplicación)				
Los alumnos conocerán y jugarán al voleibol				
EJERCICIOS				
Calentamiento dinámico: Ejercicios específicos para voleibol (recursos: pelotas, redes). Práctica de técnicas: Recepción y pase. Saque. Remate. Partidos de voleibol: Organizar partidos con equipos equilibrados. Debriefing: Reflexionar sobre las estrategias utilizadas y la importancia del trabajo en equipo.				
METODOLOGÍA				
Aprendizaje activo: Se utilizarán actividades prácticas que fomenten la participación y el trabajo en equipo. Enfoque por estaciones: En algunas sesiones, se implementarán estaciones para trabajar habilidades específicas. Reflexión grupal: Se dedicará tiempo al final de cada sesión para discutir experiencias y aprendizajes.				
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS			
cuarta sesión	Pelotas de voleibol Redes (si es posible) Conos para marcar el área de juego			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS				
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				

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Voleibol (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
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.	
CRITERIOS	
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.	
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.1.4.1.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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Evaluación y Reflexión Final (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)	
Esta situación de aprendizaje ofrece una introducción completa a los deportes colectivos, promoviendo la actividad física, el trabajo en equipo y el desarrollo de habilidades sociales y deportivas en un entorno divertido y dinámico	
EJERCICIOS	
Materiales de los deportes colectivos practicados Hojas de autoevaluación	
METODOLOGÍA	
Aprendizaje activo: Se utilizarán actividades prácticas que fomentan la participación y el trabajo en equipo. Enfoque por estaciones: En algunas sesiones, se implementarán estaciones para trabajar habilidades específicas. Reflexión grupal: Se dedicará tiempo al final de cada sesión para discutir experiencias y aprendizajes.	
TEMPORALIZACIÓN	
última sesión	
RECURSOS	
Materiales de los deportes colectivos practicados Hojas de autoevaluación	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

INDICADORES:

Resultados de la evaluación de la materia.

Métodos didácticos y Pedagógicos.

Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025

Curso: 1º de E.S.O.

Título: El circo

Temporalización: 3º trimestre

Justificación: Las actividades circenses son un contenido novedoso, que permite el trabajo de la expresión corporal, la cooperación, la creatividad o la autosuperación, por lo que contribuye en gran medida a la educación integral del alumno/a.

CONCRECIÓN CURRICULAR

Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

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.

SABERES BÁSICOS

EFI.1.A.2.2.Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

EFI.1.A.3.2.La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

EFI.1.B.1.Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

EFI.1.D.1.1.El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.

EFI.1.D.1.2.Estrategias de autorregulación individual y colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.

EFI.1.D.1.4.Reconocimiento y concienciación emocional.

EFI.1.D.2.1.Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad.

EFI.1.D.2.2.Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.

EFI.1.D.2.3.Funciones de arbitraje deportivo.

EFI.1.D.2.4.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.

DESCRIPTORES OPERATIVOS

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.

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.

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.

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.

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.

SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

PRODUCTO FINAL: Realización de una producción circense

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: construcción de pelotas de mal (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Motivación)	
Conocer los materiales necesarios y construir las pelotas de malabares	
EJERCICIOS	
Presentación del proyecto: Explicación sobre qué son los malabares, beneficios para la coordinación, concentración y destreza. Materiales: Globos (3 por alumno) Arroz o lentejas (relleno de las pelotas) Tijeras Embudo (opcional) Construcción paso a paso: Cortar la boquilla de los globos. Llenar los globos con arroz/lentejas hasta obtener el peso adecuado (aprox. 100 g). Cubrir con un segundo globo para reforzar. Actividad final: Comprobación de que todos tienen sus pelotas listas para la siguiente sesión	
METODOLOGÍA	
Presentación del proyecto: Explicación sobre qué son los malabares, beneficios para la coordinación, concentración y destreza. Materiales: Globos (3 por alumno) Arroz o lentejas (relleno de las pelotas) Tijeras Embudo (opcional) Construcción paso a paso: Cortar la boquilla de los globos. Llenar los globos con arroz/lentejas hasta obtener el peso adecuado (aprox. 100 g). Cubrir con un segundo globo para reforzar. Actividad final: Comprobación de que todos tienen sus pelotas listas para la siguiente sesión	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1 sesión	Globos, arroz/lentejas, tijeras
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.1.3.3.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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Familiarización con las pelota (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Exploración)
Tomar contacto con las pelotas de malabares y realizar los primeros lanzamientos con una pelota
EJERCICIOS
Calentamiento: Ejercicios de movilidad articular, especialmente brazos, muñecas y hombros. Exploración individual: Lanzamiento y recepción de una sola pelota. Práctica individual para lanzar la pelota en un arco de una mano a otra, asegurando la regularidad y la altura. Introducción a la segunda pelota: Explicación sobre cómo lanzar con ambas manos alternando.

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Familiarización con las pelota (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Exploración)					
Práctica de lanzamientos secuenciales: lanzar una pelota de una mano y antes de atraparla, lanzar la otra. Actividad final: Juego en parejas para que se den feedback y observaciones					
METODOLOGÍA					
Calentamiento: Ejercicios de movilidad articular, especialmente brazos, muñecas y hombros. Exploración individual: Lanzamiento y recepción de una sola pelota. Práctica individual para lanzar la pelota en un arco de una mano a otra, asegurando la regularidad y la altura. Introducción a la segunda pelota: Explicación sobre cómo lanzar con ambas manos alternando. Práctica de lanzamientos secuenciales: lanzar una pelota de una mano y antes de atraparla, lanzar la otra. Actividad final: Juego en parejas para que se den feedback y observaciones					
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center; padding: 2px;">TEMPORALIZACIÓN</th> <th style="text-align: center; padding: 2px;">RECURSOS</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="padding: 2px;">sesión 2</td> <td style="padding: 2px;">Pelotas de malabares</td> </tr> </tbody> </table>		TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	sesión 2	Pelotas de malabares
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS				
sesión 2	Pelotas de malabares				
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS					
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					
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.1.3.3.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.					
TRAZABILIDAD					
ARCHIVO ADJUNTO					

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: tres pelotas y práctica en par (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Estructuración)					
Introducción a la técnica básica de malabares con tres pelotas					
EJERCICIOS					
Calentamiento: Movilidad articular y coordinación con ejercicios dinámicos. Repaso con dos pelotas: Práctica individual de lanzamientos con dos pelotas, buscando mayor fluidez. Introducción de la tercera pelota: Explicación de la técnica "cascada": la trayectoria en forma de arco por donde deben pasar las pelotas. Práctica progresiva con tres pelotas, iniciando con dos y añadiendo una tercera poco a poco. Trabajo en parejas: Los compañeros observan y corrigen posturas, lanzamientos y recepciones. Actividad final: Juego de coordinación en grupos con lanzamientos colectivos					
METODOLOGÍA					
Aprendizaje basado en proyectos (ABP): Los alumnos construirán sus propias pelotas de malabares en un enfoque práctico y autónomo. Aprendizaje cooperativo: Trabajarán en pequeños grupos para compartir materiales y ayudarse mutuamente. Exploración guiada y descubrimiento: El profesor facilitará la exploración de las técnicas básicas de malabares a través de actividades progresivas. Práctica constante: A lo largo de las sesiones, se repetirá la práctica para afianzar la técnica.					
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center; padding: 2px;">TEMPORALIZACIÓN</th> <th style="text-align: center; padding: 2px;">RECURSOS</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="padding: 2px;">sesión 3</td> <td style="padding: 2px;">Pelotas de malabares</td> </tr> </tbody> </table>		TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	sesión 3	Pelotas de malabares
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS				
sesión 3	Pelotas de malabares				
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS					
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.					

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: tres pelotas y práctica en par (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Estructuración)	
CRITERIOS	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: técnica de malabares con tres (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Aplicación)	
Afianzar la técnica de malabares con tres pelotas y solucionar dificultades.	
EJERCICIOS	
Calentamiento: Circuito de coordinación y lanzamientos con una o dos pelotas.	
Práctica individual: Cada alumno trabaja de manera autónoma la técnica de tres pelotas.	
El profesor supervisa y ayuda a quienes tengan más dificultades.	
Taller de resolución de problemas:	
Análisis de errores comunes (lanzamientos desiguales, falta de sincronización).	
Pausas para corregir posturas y enseñar a detectar los propios fallos.	
Práctica en parejas: Un compañero ayuda al otro observando y dando feedback en tiempo real	
METODOLOGÍA	
Aprendizaje basado en proyectos (ABP): Los alumnos construirán sus propias pelotas de malabares en un enfoque práctico y autónomo.	
Aprendizaje cooperativo: Trabajará en pequeños grupos para compartir materiales y ayudarse mutuamente.	
Exploración guiada y descubrimiento: El profesor facilitará la exploración de las técnicas básicas de malabares a través de actividades progresivas.	
Práctica constante: A lo largo de las sesiones, se repetirá la práctica para afianzar la técnica.	
TEMPORALIZACIÓN	
sesión 4	Pelotas de malabares, conos para circuitos.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Exhibición y autoevaluación (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Conclusión)	
Realizar una exhibición en pequeños grupos y reflexionar sobre los progresos	
EJERCICIOS	
Calentamiento: Juegos de coordinación en parejas.	
Preparación de la exhibición:	
En pequeños grupos, los alumnos se preparan para una exhibición de malabares.	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Exhibición y autoevaluación (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Conclusión)	
Cada grupo puede diseñar una pequeña coreografía o rutina. Exhibición: Los grupos muestran sus habilidades al resto de la clase. Autoevaluación y reflexión: Cada alumno reflexiona sobre su progreso y se evalúa (¿qué ha aprendido?, ¿qué dificultades ha superado?). Feedback entre compañeros y el profesor	
METODOLOGÍA	
Aprendizaje basado en proyectos (ABP): Los alumnos construirán sus propias pelotas de malabares en un enfoque práctico y autónomo. Aprendizaje cooperativo: Trabajará en pequeños grupos para compartir materiales y ayudarse mutuamente. Exploración guiada y descubrimiento: El profesor facilitará la exploración de las técnicas básicas de malabares a través de actividades progresivas. Práctica constante: A lo largo de las sesiones, se repetirá la práctica para afianzar la técnica.	
TEMPORALIZACIÓN	
última sesión	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

INDICADORES:
Resultados de la evaluación de la materia.
Métodos didácticos y Pedagógicos.
Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025

Curso: 1º de E.S.O.

Título: Higiene postural, calentamiento y salud.

Temporalización: 1º trimestre

Justificación: El alumnado conocerá los elementos relacionados con la salud, con el calentamiento, la higiene postural, la alimentación y la vuelta a la calma.

CONCRECIÓN CURRICULAR

Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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.	
SABERES BÁSICOS	
EFI.1.A.1.1.Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.	
EFI.1.A.1.2.Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.	
EFI.1.A.1.3.Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, alimentación y actividad física.	
EFI.1.A.1.4.Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, respiración y relajación.	
EFI.1.A.1.5.Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.	
EFI.1.A.1.6.Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.	
EFI.1.A.2.1.Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.	
EFI.1.A.2.2.Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.	
EFI.1.A.3.2.La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.	
EFI.1.B.2.Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas de higiene como elemento imprescindible en contextos de práctica de la actividad física y deportiva.	
EFI.1.B.4.Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.	
EFI.1.B.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.	
EFI.1.B.6.Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.	
EFI.1.B.7.1.Calzado deportivo y ergonomía.	
EFI.1.B.7.2.Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.	
EFI.1.B.7.3.Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.	
EFI.1.B.7.4.Técnica PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112.	
DESCRIPTORES OPERATIVOS	
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.

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.

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.

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.

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.

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.

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.

SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

PRODUCTO FINAL: Realización de un calentamiento.

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Introducción al Calentamiento (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Exploración)	
Introducimos los conceptos básicos del calentamiento. Esta propuesta busca desarrollar no solo habilidades físicas, sino también la conciencia sobre la importancia de la actividad física para la salud a largo plazo, fomentando la autonomía del alumnado en la creación de rutinas de calentamiento efectivas.	
EJERCICIOS	
Charla Introductoria (15 min): Explicar qué es Dinámica de Grupo (20 min): Juego de calentamiento Demostración (25 min): Ejemplo de calentamiento general y específico.	
METODOLOGÍA	
Autoevaluación del alumnado sobre sus conocimientos y habilidades para realizar un calentamiento adecuado. Evaluación formativa mediante observación directa durante las sesiones prácticas.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
primera sesión	Conos, cuerdas, colchonetas, balones. Proyector o pizarra digital para la parte teórica.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Fases del calentamiento (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Activación)	
Conocer las diferentes fases del calentamiento (general, específico)	
EJERCICIOS	
Parte teórica (10 min): Explicación de las fases del calentamiento. Parte práctica (40 min): Ejercicio práctico con calentamiento en dos fases: Fase general: trote suave, movilidad articular. Fase específica: ejercicios relacionados con el deporte (fútbol, baloncesto). Cierre (5 min): Preguntas y puesta en común sobre las diferencias entre ambas fases.	
METODOLOGÍA	
Autoevaluación del alumnado sobre sus conocimientos y habilidades para realizar un calentamiento adecuado. Evaluación formativa mediante observación directa durante las sesiones prácticas.	
Trabajo individual y en pequeños grupos.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1 sesión	Conos, cuerdas, colchonetas, balones. Proyector o pizarra digital para la parte teórica
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Fases del calentamiento (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Activación)
ARCHIVO ADJUNTO

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Componentes del calentamiento (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
Componentes del calentamiento	
EJERCICIOS	
Conos, cronómetro	
METODOLOGÍA	
Aprendizaje basado en la práctica: El alumnado aprenderá de forma activa los diferentes tipos de calentamiento a través de la participación en actividades prácticas. Enseñanza directa y reflexión guiada: Se combinarán explicaciones teóricas sobre los beneficios del calentamiento con actividades físicas que permitan experimentar sus efectos. Trabajo en equipo y autoevaluación: Se fomentará el trabajo en grupos para que los alumnos puedan observar, corregir y compartir conocimientos, reflexionando sobre su propio rendimiento	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 3	Conos, cronómetro
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: calentamiento y lesiones (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Estructuración)	
Comprender cómo el calentamiento adecuado previene lesiones comunes.	
EJERCICIOS	
Presentación teórica: Explicación sobre cómo un calentamiento adecuado reduce el riesgo de lesiones como esguinces, contracturas o tirones musculares. Ejemplos de lesiones comunes cuando no se calienta adecuadamente. Juego de roles: Los alumnos se dividen en grupos y deben representar, a través de juegos de roles, situaciones en las que no se ha calentado y se produce una lesión. También deben mostrar cómo prevenir esa situación con un calentamiento correcto. Práctica en parejas: Realización de un calentamiento donde un compañero corrige la técnica del otro, centrándose en la prevención de lesiones. Actividad final: Puesta en común sobre los aprendizajes de la sesión.	
METODOLOGÍA	
Aprendizaje basado en la práctica: El alumnado aprenderá de forma activa los diferentes tipos de calentamiento a través de la participación en actividades prácticas. Enseñanza directa y reflexión guiada: Se combinarán explicaciones teóricas sobre los beneficios del calentamiento con actividades físicas que permitan experimentar sus efectos. Trabajo en equipo y autoevaluación: Se fomentará el trabajo en grupos para que los alumnos puedan observar, corregir y compartir conocimientos, reflexionando sobre su propio rendimiento	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: calentamiento y lesiones (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Estructuración)	
sesión 4	Proyector, tarjetas con roles para representar.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Diseño de un calentamiento (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Conclusión)	
Que los alumnos diseñen y realicen su propio calentamiento adaptado a sus necesidades y reflexionen sobre su salud física.	
EJERCICIOS	
Introducción: Breve recordatorio de todo lo aprendido en las sesiones anteriores (beneficios, fases del calentamiento, prevención de lesiones). Actividad principal: Los alumnos, en grupos, diseñan su propio calentamiento completo (movilidad articular, carrera suave, estiramientos dinámicos). Cada grupo lo pone en práctica y lo presenta al resto de la clase. Debate final: Reflexión guiada sobre la importancia de un estilo de vida saludable, la relación entre la actividad física, la salud y la prevención de lesiones. Actividad final: Cada alumno escribe una pequeña autoevaluación sobre lo que ha aprendido y cómo lo aplicará en su vida diaria	
METODOLOGÍA	
Introducción: Breve recordatorio de todo lo aprendido en las sesiones anteriores (beneficios, fases del calentamiento, prevención de lesiones). Actividad principal: Los alumnos, en grupos, diseñan su propio calentamiento completo (movilidad articular, carrera suave, estiramientos dinámicos). Cada grupo lo pone en práctica y lo presenta al resto de la clase. Debate final: Reflexión guiada sobre la importancia de un estilo de vida saludable, la relación entre la actividad física, la salud y la prevención de lesiones. Actividad final: Cada alumno escribe una pequeña autoevaluación sobre lo que ha aprendido y cómo lo aplicará en su vida diaria	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
última sesión	Hojas de papel, rotuladores, pizarra
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Diseño de un calentamiento (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)
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.
TRAZABILIDAD
ARCHIVO ADJUNTO

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

INDICADORES:
Resultados de la evaluación de la materia.
Métodos didácticos y Pedagógicos.
Adecuación de los materiales y recursos didácticos.
Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025 **Curso:** 1º de E.S.O.

Título: Orientación

Temporalización: Primer trimestre

Justificación: Los alumnos deben conocer deportes que se desarrollan en la naturaleza y aprender a respetarla y cuidarla. La orientación es una herramienta muy eficaz para obtener estos objetivos.

CONCRECIÓN CURRICULAR

Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
<p>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.</p> <p>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.</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>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.</p> <p>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.</p> <p>EFI.1.5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, siguiendo las normas de seguridad individuales y colectivas marcadas.</p>
SABERES BÁSICOS
<p>EFI.1.A.1.1. Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.</p> <p>EFI.1.A.1.2. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.</p> <p>EFI.1.B.4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p> <p>EFI.1.F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.</p> <p>EFI.1.F.2. Nuevos espacios y prácticas deportivas.</p> <p>EFI.1.F.3. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).</p> <p>EFI.1.F.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.</p>
DESCRIPTORES OPERATIVOS
<p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia y ecodependencia 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.</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>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>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>

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.

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.

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.

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.

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.

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.

PRODUCTO FINAL: Carrera de orientación

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: orientación y manejo de mapas (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Exploración)	
orientación y manejo de mapas	
	EJERCICIOS
<p>Presentación teórica: Explicación de los conceptos básicos de orientación: qué es, para qué se utiliza y cuáles son sus beneficios. Introducción a los mapas: símbolos, escala, leyenda, puntos cardinales.</p> <p>Actividad práctica: Entrega de un mapa sencillo (del centro escolar o una plaza cercana) y realizar una pequeña caminata guiada dentro de un espacio delimitado para practicar la lectura del mapa. En grupos, los alumnos deben identificar puntos de referencia en el mapa (como una fuente, un árbol, o un edificio). Actividad final: Reflexión sobre la experiencia y las dificultades encontradas para interpretar el mapa</p>	
METODOLOGÍA	
<p>Aprendizaje basado en la experiencia: A través de actividades prácticas, los alumnos aprenderán a orientarse en diferentes espacios y situaciones.</p> <p>Trabajo en equipo: El trabajo cooperativo será clave, ya que los alumnos tendrán que resolver retos de orientación en pequeños grupos.</p> <p>Exploración guiada: Se irá introduciendo progresivamente el uso de mapas, brújulas y otras herramientas.</p> <p>Reflexión y autoevaluación: Los alumnos evaluarán su capacidad para orientarse y su trabajo en equipo</p>	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 1	Mapas sencillos del entorno escolar, pizarras para anotaciones, conos para marcar zonas.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
<p>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.</p> <p>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.</p>	
CRITERIOS	
<p>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.</p> <p>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.</p>	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: brújula y orientación básica (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Exploración)	
brújula y orientación básica	
	EJERCICIOS
<p>Explicación teórica breve: Explicación del funcionamiento de la brújula: puntos cardinales, cómo alinearla con un mapa y cómo marcar rumbos.</p> <p>Práctica individual: Cada alumno recibe una brújula y debe orientarla correctamente hacia el norte. Simulacros de orientación donde los alumnos deben caminar en la dirección marcada por la brújula, siguiendo indicaciones (por ejemplo, caminar 10 pasos hacia el norte, luego girar al este).</p> <p>Actividad en parejas: Un alumno dirige a su compañero con la brújula, indicando los pasos que debe seguir para llegar a un punto determinado. Actividad final: Reflexión sobre la utilidad de la brújula en situaciones reales de orientación</p>	
METODOLOGÍA	
<p>Proceso: Observación continua durante las sesiones, valorando la participación activa y la comprensión de los conceptos.</p> <p>Producto: Evaluación de los calentamientos diseñados por los grupos y la reflexión individual sobre los aprendizajes adquiridos.</p>	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: brújula y orientación básica (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Exploración)	
Esta situación de aprendizaje promueve la autonomía, el trabajo en equipo y el cuidado de la salud, integrando conceptos teóricos y prácticos para que los alumnos entiendan la relevancia del calentamiento en la actividad física y en su bienestar general.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 2	Brújulas para cada alumno o grupo, mapas del entorno escolar.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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.1.5.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	
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.1.5.1.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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Orientación por puntos de cont (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Estructuración)	
Desarrollar la capacidad de orientación mediante el uso de puntos de control en un recorrido	
EJERCICIOS	
Calentamiento: Juegos de carrera ligera para activar a los alumnos. Explicación del juego: Se organiza una actividad de "orientación por puntos de control". El profesor colocará marcadores numerados en diferentes puntos del recinto escolar o parque cercano. Los alumnos, en grupos, deben seguir el recorrido marcado en un mapa e ir encontrando los puntos de control en el menor tiempo posible. Actividad principal: Los grupos salen con un mapa y una lista de los puntos de control. Cada vez que lleguen a un punto, deben marcarlo o realizar una pequeña tarea que allí se les indique (por ejemplo, responder una pregunta sobre orientación). Actividad final: Debate grupal sobre las estrategias utilizadas para encontrar los puntos y cómo podrían mejorar.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 3	Mapas con puntos de control, marcadores numerados, tarjetas con preguntas o pruebas, cronómetros
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
EFI.1.5.1.Participar en actividades físico-deportivas sencillas en entornos naturales de Andalucía, terrestres o acuáticos, disfrutando del	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Orientación por puntos de cont (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Estructuración)
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.
TRAZABILIDAD ARCHIVO ADJUNTO

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Aprendizaje basado en la exper (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
Mejorar las habilidades de orientación a través de una competición de carrera de orientación.	
EJERCICIOS	
Calentamiento: Actividades de movilidad y carreras suaves. Explicación de la carrera: Se organizará una carrera de orientación por equipos. Cada equipo recibirá un mapa con un recorrido marcado y varios puntos de control que deberán encontrar en el menor tiempo posible. Los equipos deberán dividirse el trabajo y decidir qué miembros buscarán cada punto para optimizar el tiempo. Desarrollo de la carrera: Los equipos salen en intervalos de tiempo y deben completar el recorrido en el menor tiempo posible, recogiendo pruebas de cada punto de control. Actividad final: Evaluación conjunta de la carrera, destacando las estrategias de trabajo en equipo y las dificultades encontradas.	
METODOLOGÍA	
Espacio: Recinto escolar, parque o entorno natural cercano. Materiales: Mapas del área de trabajo, brújulas, marcadores numerados, tarjetas con preguntas, cronómetros, fichas de autoevaluación. Evaluación: Proceso: Observación continua durante las sesiones, valorando la participación, la correcta utilización de los mapas y brújulas, y el trabajo en equipo. Producto: Evaluación del rendimiento en la carrera final de orientación y la capacidad para seguir un recorrido correctamente. Autoevaluación: Reflexión individual sobre el aprendizaje en cada sesión.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 4	Mapas del recorrido, brújulas, tarjetas de control para cada equipo, marcadores numerados
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: gran carrera de orientación (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)
Consolidar todo lo aprendido a través de una carrera de orientación más compleja y reflexionar sobre la experiencia
EJERCICIOS
Calentamiento: Juegos en parejas para activar al grupo. Carrera final: Se organizará una carrera de orientación en un entorno más amplio (si es posible, en un parque o campo cercano). Los alumnos, en grupos, deberán encontrar una serie de puntos de control repartidos por el área, utilizando los mapas y las brújulas que han aprendido a manejar.

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: gran carrera de orientación (<b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Conclusión)	
Los puntos de control pueden incluir pequeños retos o preguntas relacionadas con la orientación.	
Evaluación y reflexión: Al final de la carrera, los alumnos evaluarán su propio rendimiento y el de su equipo, reflexionando sobre las estrategias utilizadas y su capacidad para orientarse en un espacio más amplio.	
METODOLOGÍA	
Aprendizaje basado en la experiencia: A través de actividades prácticas, los alumnos aprenderán a orientarse en diferentes espacios y situaciones. Trabajo en equipo: El trabajo cooperativo será clave, ya que los alumnos tendrán que resolver retos de orientación en pequeños grupos. Exploración guiada: Se irá introduciendo progresivamente el uso de mapas, brújulas y otras herramientas. Reflexión y autoevaluación: Los alumnos evaluarán su capacidad para orientarse y su trabajo en equipo	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
ultima sesión	Consolidar todo lo aprendido a través de una carrera de orientación más compleja y reflexionar sobre la experiencia
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
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	
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.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

INDICADORES:
Resultados de la evaluación de la materia.
Métodos didácticos y Pedagógicos.
Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.