

# 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

**3º 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, comprensión 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) Apremiar 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

### 3º 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.

- Despertar, aumentar y consolidar el interés del alumnado por la lectura
- Potenciar la comprensión lectora desde todas las áreas del currículo
- Promover en el alumnado la capacidad de expresarse sobre diferentes temas con claridad, coherencia y sencillez.
- Lograr que el alumnado conserve, o en su caso descubra, el hábito de la lectura como un elemento de disfrute personal.
- 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.
- 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.
- 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 compartan 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:

- a) 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.
- b) 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.
- c) 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.

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

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

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

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

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

**HUMILDAD.** La consecución de grandes logros deportivos, o el desarrollo brillante de las distintas habilidades

motrices no debe derivar por los derroteros de la arrogancia. Debemos encauzar y reconducir estas actitudes hacia la humildad que ha de mostrarse en la sobriedad de la gestualidad y el respeto a los demás.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Intervención didáctica en el aula.

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

a) Técnica de enseñanza:

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

b) Organización y control:

De los alumnos y alumnas:

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

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

De las actividades:

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

Del tiempo:

Las clases van a tener una duración real de unos 50 minutos. Los alumnos tienen que bajar a clase, cambiarse, y esperar a que estén todos para explicar. Se dividen en tres partes: inicial, donde se pasa lista, siempre en el mismo lugar, se reparten fichas, se dan explicaciones teóricas y se realiza el calentamiento; intermedia o parte principal, donde se trabajan los contenidos propios de la sesión; final, donde se realiza actividades de vuelta a la calma, actividades de reflexión grupal, actividades del cuaderno, además los alumnos y alumnas se deben asear, y mudarse al menos de camiseta.

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

Del profesor:

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

c) Clima de aula.

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

d) Estrategia en la práctica.

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

#### 4. Materiales y recursos:

El departamento dispone completamente de material necesario para llevar a cabo esta programación, a fecha de septiembre de 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¿, posibilidad de Classroom, explicar baremos con la hoja de cálculo, etc., y como no, recurrir a esa fuente inagotable de información que es Internet, y es que, la visualización es siempre más efectiva que la palabra, y más en una materia como la nuestra que es fundamentalmente visual principalmente.

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

Materiales: En cuanto a los medios materiales el centro está dotado del suficiente como para plantear un currículo variado, aunque se comprarán algunas cosas para mejorarlo. Hay balones de distintos deportes, picas, aros, pelotas de rítmica, balones medicinales, raquetas de bádminton, de shuttleball, de tenis de mesa, cuerdas,

colchonetas finas y gordas, vallas de atletismo, brújulas, bancos suecos, freesbes, recursos audiovisuales (Danzas del mundo, dvds contenidos, equipo de música, documentos flash sobre deportes, programas de ordenador interactivos...), bibliografía variada, libros de texto de la mayoría de las editoriales.

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

#### TRABAJO CON LAS TIC¿S.

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

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

#### HERRAMIENTAS G-SUITE.

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

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

### 5. Evaluación: criterios de calificación y herramientas:

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

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

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

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

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

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

#### CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

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

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

ellas. Esta serie de criterios son de carácter actitudinal.

#### HERRAMIENTAS:

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

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

- Técnicas de pruebas.

o Instrumentos.

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

- Tests motores y pruebas funcionales.

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

- Revisión de las tareas de los alumnos.

o Instrumentos.

- Trabajos documentales y trabajos creativos. Web o Classroom.

- Fichas de clase.

- Técnicas de observación.

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

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

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

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

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

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

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

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

## 6. Temporalización:

### 6.1 Unidades de programación:

1. Calentamiento.
2. Condición física y salud.
3. Voleibol.
4. Deportes de red.
5. Deportes alternativos.
6. Deportes adaptados.
7. Inventamos juegos.
8. Senderismo.
9. Coreografías.

### 6.2 Situaciones de aprendizaje:

- calentamiento, higiene y lesiones
- Condición Física y salud
- Coreografías

- Deportes adaptados
- Deportes alternativos.
- Deportes de red
- Inventamos juegos.
- Senderismo
- Voleibol

## 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 alumnado de 4º ESO se desarrollará en las pistas y el pabellón.

### ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES.

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

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

### ACTIVIDADES DEL CURSO

1. Patinaje sobre hielo. Pista de hielo de Benalmádena.
2. Caminito del Rey.
3. Senderismo.
4. Jornadas recreativas Anima-playa en la Cala.
5. Gymkana ecológica.
6. Sierra Nevada.
7. Actividad escalada.

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:

<b>Competencia clave: Competencia en conciencia y expresión culturales.</b>
<b>Descriptores operativos:</b>
CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.
<b>Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.</b>
<b>Descriptores operativos:</b>
CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.
CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.
CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.
CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.



**Competencia clave: Competencia plurilingüe.****Descriptorios operativos:**

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

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

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

**Competencia clave: Competencia digital.****Descriptorios operativos:**

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

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

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

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

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

**Competencia clave: Competencia ciudadana.****Descriptorios operativos:**

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

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

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

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

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

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

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

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo,

procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.

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

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

#### **Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.**

##### **Descriptorios operativos:**

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

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

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

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

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

#### **Competencia clave: Competencia emprendedora.**

##### **Descriptorios operativos:**

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

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

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

**10. Competencias específicas:**

Denominación
EFI.3.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.
EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.
EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.
EFI.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.
EFI.3.5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

## 11. Criterios de evaluación:

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

**Criterios de evaluación:**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Criterios de evaluación:**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Criterios de evaluación:**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

EFI.3.3.3. Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Criterios de evaluación:**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Criterios de evaluación:**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

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

**Método de calificación: Media aritmética.**

## 12. Sáberes básicos:

### A. Vida activa y saludable.

#### 1. Salud física.

1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.

2. Autorregulación y planificación del entrenamiento.

3. Alimentación saludable (dieta mediterránea, plato de Harvard) y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares).

4. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares.
5. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).
6. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.
7. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

## **B. Organización y gestión de la actividad física.**

1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.
2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
3. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.
4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
6. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.
7. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
8. Actuaciones críticas ante accidentes.
9. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Protocolo RCP. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares.

## **C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

### **1. Toma de decisiones.**

1. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.
2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica.
3. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.
4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.
5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

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

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

### **3. Capacidades condicionales.**

1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
2. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.
3. Sistemas de entrenamiento.

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

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

## **D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

### **1. Autorregulación emocional.**

1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.
2. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

### **2. Habilidades sociales.**

1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

## **E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

<b>1. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.</b>
1. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
<b>2. Deporte y perspectiva de género.</b>
1. Historia del deporte desde la perspectiva de género.
2. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Ejemplos que muestren la diversidad en el deporte.
3. Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.
<b>3. Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco.</b>
1. Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco.
<b>4. El deporte en Andalucía.</b>
1. El deporte en Andalucía.
<b>5. Los Juegos Olímpicos. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.</b>
1. Los Juegos Olímpicos. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.
<b>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</b>
1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
2. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).
3. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
4. Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
5. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

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

		CC1	CC2	CC3	CC4	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CE1	CE2	CE3	CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CCEC1	CCEC2	CCEC3	CCEC4	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CP5AA1	CP5AA2	CP5AA3	CP5AA4	CP5AA5	CP1	CP2	CP3
EFI.3.1						X	X		X							X								X				X		X		X			
EFI.3.2												X	X																			X			
EFI.3.3			X															X										X		X		X			
EFI.3.4		X	X					X											X	X	X	X												X	
EFI.3.5				X	X	X					X		X													X									

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



## INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025

Curso: 3º de E.S.O.

Título: calentamiento, higiene y lesiones

Temporalización: Primer trimestre

Justificación: Los alumnos deben:

Comprender la importancia del calentamiento como parte esencial de la práctica deportiva.

Aprender técnicas de higiene postural para prevenir lesiones.

Identificar las lesiones más comunes en la práctica deportiva y sus formas de prevención.

Desarrollar habilidades prácticas para implementar calentamientos efectivos y posturas adecuadas en diversas actividades.

### CONCRECIÓN CURRICULAR

#### Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
EF1.3.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>EF1.3.1.1. Establecer y organizar secuencias de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e intensidad corporal y la de los demás.</p> <p>EF1.3.1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>EF1.3.1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, identificando situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p> <p>EF1.3.1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando con apoyos puntuales medidas específicas de primeros auxilios.</p> <p>EF1.3.1.5. Identificar y valorar críticamente estereotipos sociales asociados al ámbito de los corporal, al género y a la diversidad sexual vinculados a la actividad física y deportiva, así como los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p> <p>EF1.3.1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p>
SABERES BÁSICOS
<p>EF1.3.A.1.1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.</p> <p>EF1.3.A.1.2. Autorregulación y planificación del entrenamiento.</p> <p>EF1.3.A.1.3. Alimentación saludable (dieta mediterránea, plato de Harvard) y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares).</p> <p>EF1.3.A.1.4. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares.</p> <p>EF1.3.A.1.5. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).</p> <p>EF1.3.A.1.6. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.</p> <p>EF1.3.A.1.7. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.</p> <p>EF1.3.B.1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.</p> <p>EF1.3.B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.</p> <p>EF1.3.B.3. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.</p> <p>EF1.3.B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p> <p>EF1.3.B.6. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.</p> <p>EF1.3.B.8. Actuaciones críticas ante accidentes.</p> <p>EF1.3.D.2.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p>
DESCRIPTORES OPERATIVOS

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

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

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

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

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

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

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

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

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** Realizar un calentamiento

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Introducción al Calentamiento ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Motivación)	
Entender la importancia del calentamiento y sus componentes.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Calentamiento: Ejercicios de movilidad articular y carrera suave. Actividad principal: Charla expositiva sobre qué es el calentamiento, sus beneficios y los tipos (general y específico). Ejercicio práctico: Realización de un calentamiento general, seguido de un calentamiento específico para un deporte (ej. fútbol, baloncesto).	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Expositiva y participativa: Se fomenta la interacción con preguntas sobre la experiencia previa de los alumnos.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 1	Pizarra o proyector para mostrar ejemplos. Material deportivo específico para la actividad elegida.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.1.1. Establecer y organizar secuencias de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e intensidad corporal y la de los demás. EFI.3.1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Técnicas de Higiene Postural ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
Aprender sobre la higiene postural y su importancia en la prevención de lesiones.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Calentamiento: Circuito de ejercicios de movilidad y estiramientos. Actividad principal: Charla sobre la higiene postural: qué es, importancia y cómo afecta a la salud física. Práctica: Ejercicios de higiene postural en diferentes situaciones cotidianas (sentarse, levantar objetos, cargar mochilas). Demostración de posturas correctas y incorrectas con ayuda de imágenes.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Demostrativa y práctica: Los alumnos aprenderán observando y practicando.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 2	Imágenes o presentaciones sobre posturas correctas e incorrectas. Espacio para practicar ejercicios de higiene postural.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, identificando situaciones de riesgo para actuar preventivamente. EFI.3.1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando con apoyos puntuales medidas específicas de primeros auxilios.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Técnicas de Higiene Postural ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Lesiones Comunes y Prevención ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
Identificar lesiones comunes en la práctica deportiva y aprender su prevención.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Calentamiento: Ejercicios de movilidad y activación muscular. Actividad principal: Charla interactiva sobre lesiones comunes (esguinces, distensiones, tendinitis) y sus causas. Práctica: Ejercicios específicos para fortalecer zonas del cuerpo propensas a lesiones (como tobillos y rodillas). Estudio de casos: Presentar casos de lesiones y discutir en grupo cómo se podrían prevenir.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Participativa: Los alumnos aportan experiencias personales sobre lesiones.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 3	Material de prevención (bandas elásticas, pelotas, etc.). Presentaciones con imágenes de lesiones y ejercicios.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.1.3.Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, identificando situaciones de riesgo para actuar preventivamente. EFI.3.1.4.Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando con apoyos puntuales medidas específicas de primeros auxilios.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Diseño de un Calentamiento ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
Aprender a diseñar un calentamiento adecuado para diferentes actividades.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Calentamiento: Realización de un calentamiento breve como grupo. Actividad principal: Trabajo en grupos: Cada grupo diseña un calentamiento específico para una actividad (fútbol, baloncesto, voleibol, etc.). Presentación: Cada grupo presenta su calentamiento al resto de la clase y lo ejecuta. Evaluación: Discusión sobre la efectividad y la adaptación del calentamiento presentado.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Cooperativa y creativa: Los alumnos trabajan juntos y usan su creatividad para diseñar.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 4	Material deportivo según la actividad seleccionada. Espacio amplio para ejecutar los calentamientos diseñados.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.1.1.Establecer y organizar secuencias de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e intensidad corporal y la de los demás. EFI.3.1.2.Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Diseño de un Calentamiento ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)
<p>EFI.3.1.5. Identificar y valorar críticamente estereotipos sociales asociados al ámbito de los corporal, al género y a la diversidad sexual vinculados a la actividad física y deportiva, así como los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p> <p>EFI.3.1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p>
<b>TRAZABILIDAD</b>
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Integración y Evaluación ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Conclusión)	
Integrar todos los conocimientos adquiridos sobre calentamiento, higiene postural y prevención de lesiones.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Calentamiento: Ejercicio grupal que combine lo aprendido en sesiones anteriores. Actividad principal: Práctica de un calentamiento diseñado en la sesión anterior, seguido de un ejercicio físico (mini torneo de un deporte seleccionado). Reflexión grupal: Evaluar cómo se aplicaron los conceptos de higiene postural y prevención de lesiones durante la actividad. Evaluación escrita: Pequeño cuestionario sobre lo aprendido en las sesiones.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Activa y evaluativa: Aplicación práctica seguida de evaluación reflexiva.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
ultima sesión	Material deportivo. Cuestionarios impresos.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.1.1.Establecer y organizar secuencias de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e intensidad corporal y la de los demás. EFI.3.1.2.Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. EFI.3.1.3.Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, identificando situaciones de riesgo para actuar preventivamente. EFI.3.1.4.Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando con apoyos puntuales medidas específicas de primeros auxilios. EFI.3.1.5.Identificar y valorar críticamente estereotipos sociales asociados al ámbito de los corporal, al género y a la diversidad sexual vinculados a la actividad física y deportiva, así como los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, haciendo uso para ello de herramientas informáticas. EFI.3.1.6.Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

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.

Ref.Doc.: InfProSitApreLomloe\_2023

Cód.Centro: 29004109

Fecha de generación: 16/10/2024 13:09:32

## INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025

Curso: 3º de E.S.O.

Título: Condición Física y salud

Temporalización: Primer trimestre

**Justificación:** Los alumnos realizarán pruebas de condición física a modo de evaluación inicial y después conocerán diferentes sistemas de entrenamiento que les permitirán ser autónomos en sus entrenamientos.

## CONCRECIÓN CURRICULAR

## Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
EFI.3.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
EFI.3.1.1. Establecer y organizar secuencias de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e intensidad corporal y la de los demás. EFI.3.1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. EFI.3.1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, identificando situaciones de riesgo para actuar preventivamente. EFI.3.1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando con apoyos puntuales medidas específicas de primeros auxilios. EFI.3.1.5. Identificar y valorar críticamente estereotipos sociales asociados al ámbito de los corporal, al género y a la diversidad sexual vinculados a la actividad física y deportiva, así como los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, haciendo uso para ello de herramientas informáticas. EFI.3.1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.
SABERES BÁSICOS
EFI.3.A.1.1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. EFI.3.A.1.2. Autorregulación y planificación del entrenamiento. EFI.3.A.1.3. Alimentación saludable (dieta mediterránea, plato de Harvard) y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). EFI.3.A.1.4. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. EFI.3.A.1.5. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). EFI.3.A.1.6. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. EFI.3.A.1.7. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. EFI.3.B.1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. EFI.3.B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. EFI.3.B.3. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física. EFI.3.B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. EFI.3.B.6. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma. EFI.3.B.8. Actuaciones críticas ante accidentes. EFI.3.D.2.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.
DESCRIPTORES OPERATIVOS
CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la

propiedad intelectual.

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

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

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

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

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

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

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



## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** test de condición física

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> test de condición física ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
Los alumnos realizarán tests de condición física	
<b>EJERCICIOS</b>	
Los alumnos realizarán diferentes tests de condición física para medir sus capacidades.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Los alumnos realizarán los tests de forma autónoma en pequeños grupos.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
1º trimestre	balones medicinales, metro y conómetro.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.1.1.Establecer y organizar secuencias de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e intensidad corporal y la de los demás. EFI.3.1.2.Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> sesiones de entrenamiento ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)	
Los alumnos irán realizando diferentes sesiones de entrenamiento para mejorar sus capacidades físicas.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Múltiples ejercicios de crossfit, estiramientos, o circuitos de entrenamiento.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Todos trabajarán al mismo tiempo siguiendo unas pautas dichas por el profesor.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
1º trimestre	Diferente material de entrenamiento como balones, fitband o mancuernas.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.1.3.Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, identificando situaciones de riesgo para actuar preventivamente. EFI.3.1.4.Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando con apoyos puntuales medidas específicas de primeros auxilios.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> resultados de los tests ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Conclusión)	
Los alumnos deberán subir a classroom los resultados obtenidos en los diferentes tests.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Subir a classroom los resultados de los tests.	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: resultados de los tests (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)	
Cada alumnos subirá de forma individual sus resultados a la Metodología de la Actividad física de classroom.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1º trimestre	classroom.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
EFI.3.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	
CRITERIOS	
EFI.3.1.5. Identificar y valorar críticamente estereotipos sociales asociados al ámbito de los corporal, al género y a la diversidad sexual vinculados a la actividad física y deportiva, así como los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.	
EFI.3.1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

**Año académico:** 2024/2025      **Curso:** 3º de E.S.O.      **Título:** Coreografías  
**Temporalización:** Tercer trimestre  
**Justificación:** Los alumnos deberán crear y llevar a la práctica diferentes coreografías grupales de baile y ritmo para trabajar la expresión corporal.

CONCRECIÓN CURRICULAR

Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
EF1.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
EF1.3.3.1.Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. EF1.3.3.2.Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. EF1.3.3.3.Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.
SABERES BÁSICOS
EF1.3.D.1.1.Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. EF1.3.D.1.2.Habilidades volitivas y capacidad de superación. EF1.3.D.2.1.Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. EF1.3.D.2.2.Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. EF1.3.D.2.3.Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.
DESCRIPTORES OPERATIVOS
CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa, y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia. CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación. CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos. CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas. CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** Realización de una producción coreográfica

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Introducción y primeros pasos (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Motivación)	
Introducción y primeros movimientos	
EJERCICIOS	
<p>Calentamiento específico (10 minutos): Movimientos articulares y pasos rítmicos acompañados de música.</p> <p>Trabajo en grupo (10 minutos): El docente divide a los alumnos en grupos de 4-5 personas. Se les asigna la tarea de crear una secuencia de 8 tiempos, usando movimientos ya aprendidos.</p> <p>Creación de la secuencia (20 minutos): Cada grupo trabaja en su secuencia coreográfica, experimentando con diferentes combinaciones de movimientos y el uso del espacio.</p> <p>Presentación grupal (10 minutos): Cada grupo presenta su pequeña secuencia. El docente ofrece feedback sobre la coordinación y el uso del ritmo.</p>	
METODOLOGÍA	
<p>La metodología será activa, participativa y cooperativa. El alumnado será el protagonista de su aprendizaje, creando y evaluando las coreografías con la guía del docente. Se utilizará una estrategia de enseñanza basada en la exploración y la creación en equipo, promoviendo la expresión individual y grupal.</p> <p>El proceso será guiado, pero dejará espacio para la creatividad y la toma de decisiones por parte de los alumnos, con una estructura de retroalimentación constante tanto entre compañeros como del docente</p>	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1 sesión	<p>Espacio: Gimnasio o aula amplia.</p> <p>Música: Diferentes estilos de música (pop, hip hop, música latina, electrónica, etc.).</p> <p>Dispositivos de reproducción de música: Altavoces, móvil o portátil.</p> <p>Material de grabación: Cámaras o móviles para grabar y analizar las actuaciones.</p> <p>Pizarra o rotafolios: Para escribir las estructuras de las coreografías y las ideas.</p> <p>Conos o marcas en el suelo: Para delimitar el espacio y organizar la distribución de los grupos</p>
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
<p>EF1.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	
CRITERIOS	
<p>EF1.3.3.1.Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Creación de secuencias cortas (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
<p>Fomentar la creatividad en la creación de secuencias de baile.</p> <p>Comenzar a trabajar en equipo.</p>	
EJERCICIOS	
<p>Calentamiento específico (10 minutos): Movimientos articulares y pasos rítmicos acompañados de música.</p> <p>Trabajo en grupo (10 minutos): El docente divide a los alumnos en grupos de 4-5 personas. Se les asigna la tarea de crear una secuencia de 8 tiempos, usando movimientos ya aprendidos.</p> <p>Creación de la secuencia (20 minutos): Cada grupo trabaja en su secuencia coreográfica, experimentando con diferentes combinaciones de movimientos y el uso del espacio.</p> <p>Presentación grupal (10 minutos): Cada grupo presenta su pequeña secuencia. El docente ofrece feedback sobre la coordinación y el uso del ritmo</p>	
METODOLOGÍA	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Creación de secuencias cortas (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
La metodología será activa, participativa y cooperativa. El alumnado será el protagonista de su aprendizaje, creando y evaluando las coreografías con la guía del docente. Se utilizará una estrategia de enseñanza basada en la exploración y la creación en equipo, promoviendo la expresión individual y grupal.	
El proceso será guiado, pero dejará espacio para la creatividad y la toma de decisiones por parte de los alumnos, con una estructura de retroalimentación constante tanto entre compañeros como del docente	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 2	Espacio: Gimnasio o aula amplia. Música: Diferentes estilos de música (pop, hip hop, música latina, electrónica, etc.). Dispositivos de reproducción de música: Altavoces, móvil o portátil. Material de grabación: Cámaras o móviles para grabar y analizar las actuaciones. Pizarra o rotafolios: Para escribir las estructuras de las coreografías y las ideas. Conos o marcas en el suelo: Para delimitar el espacio y organizar la distribución de los grupos.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
CRITERIOS	
EFI.3.3.1.Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. EFI.3.3.2.Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Estructura de la coreografía (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Estructuración)	
Desarrollar una estructura coreográfica completa. Mejorar la sincronización y la distribución en el espacio.	
EJERCICIOS	
Calentamiento dinámico (10 minutos): Juegos y movimientos que implican desplazamientos al ritmo de la música. Ampliación de la secuencia (15 minutos): Los grupos deben expandir su secuencia de 8 tiempos a 16 tiempos, incluyendo al menos un cambio de nivel (por ejemplo, pasar de estar de pie a agacharse). Trabajo espacial (15 minutos): Los alumnos practican cómo moverse y distribuirse en el espacio de forma ordenada, respetando a sus compañeros. Se introducen nociones de desplazamientos y posiciones dentro de la coreografía. Ensayo grupal (10 minutos): Los grupos ensayan su secuencia ampliada, intentando sincronizar los movimientos y desplazamientos.	
METODOLOGÍA	
Calentamiento dinámico (10 minutos): Juegos y movimientos que implican desplazamientos al ritmo de la música. Ampliación de la secuencia (15 minutos): Los grupos deben expandir su secuencia de 8 tiempos a 16 tiempos, incluyendo al menos un cambio de nivel (por ejemplo, pasar de estar de pie a agacharse). Trabajo espacial (15 minutos): Los alumnos practican cómo moverse y distribuirse en el espacio de forma ordenada, respetando a sus compañeros. Se introducen nociones de desplazamientos y posiciones dentro de la coreografía. Ensayo grupal (10 minutos): Los grupos ensayan su secuencia ampliada, intentando sincronizar los movimientos y desplazamientos.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 3	Espacio: Gimnasio o aula amplia. Música: Diferentes estilos de música (pop, hip hop, música latina, electrónica, etc.). Dispositivos de reproducción de música: Altavoces, móvil o portátil.

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Estructura de la coreografía (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Estructuración)	
	Material de grabación: Cámaras o móviles para grabar y analizar las actuaciones. Pizarra o rotafolios: Para escribir las estructuras de las coreografías y las ideas. Conos o marcas en el suelo: Para delimitar el espacio y organizar la distribución de los grupos
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
CRITERIOS	
EFI.3.3.1.Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. EFI.3.3.2.Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Ensayos y perfeccionamiento (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
Refinar la coreografía. Practicar la ejecución en público.	
EJERCICIOS	
Calentamiento y repaso (10 minutos): Calentamiento rítmico y repaso rápido de las secuencias aprendidas. Práctica supervisada (25 minutos): Los grupos ensayan sus coreografías completas, ahora con una duración mínima de 1 minuto. El docente ofrece feedback individualizado sobre la sincronización, el ritmo y el uso del espacio. Mejora de detalles (10 minutos): Los alumnos ajustan pequeños detalles de la coreografía (tiempo, fluidez de movimientos, transiciones)	
METODOLOGÍA	
Calentamiento dinámico (10 minutos): Juegos y movimientos que implican desplazamientos al ritmo de la música. Ampliación de la secuencia (15 minutos): Los grupos deben expandir su secuencia de 8 tiempos a 16 tiempos, incluyendo al menos un cambio de nivel (por ejemplo, pasar de estar de pie a agacharse). Trabajo espacial (15 minutos): Los alumnos practican cómo moverse y distribuirse en el espacio de forma ordenada, respetando a sus compañeros. Se introducen nociones de desplazamientos y posiciones dentro de la coreografía. Ensayo grupal (10 minutos): Los grupos ensayan su secuencia ampliada, intentando sincronizar los movimientos y desplazamientos.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 4	Espacio: Gimnasio o aula grande despejada para permitir desplazamientos amplios. Música: Se proporcionarán diferentes estilos musicales (pop, hip hop, música latina, etc.), preferiblemente conocidos por los alumnos. Proyector o pantalla: Para mostrar ejemplos de coreografías o movimientos. Material de grabación: Cámaras o móviles para grabar las actuaciones y permitir la autoevaluación. Pizarra: Para estructurar ideas y realizar el diseño espacial de la coreografía.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Ensayos y perfeccionamiento ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)
<b>CRITERIOS</b>
<p>EFI.3.3.1.Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>EFI.3.3.2.Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p>
<b>TRAZABILIDAD</b>
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Presentación y evaluación ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)
<p>Presentar la coreografía frente a los compañeros.</p> <p>Evaluar el trabajo grupal y la ejecución coreográfica.</p>
<b>EJERCICIOS</b>
<p>Preparación final (10 minutos): Últimos ajustes antes de la presentación.</p> <p>Presentación de las coreografías (30 minutos): Cada grupo presenta su coreografía completa. El docente graba las presentaciones para permitir la autoevaluación posterior.</p> <p>Autoevaluación y feedback grupal (10 minutos): Tras las presentaciones, los grupos reflexionan sobre su trabajo, analizando las grabaciones y comentando sobre lo que podrían mejorar.</p>
<b>METODOLOGÍA</b>
<p>Preparación final (10 minutos): Últimos ajustes antes de la presentación.</p> <p>Presentación de las coreografías (30 minutos): Cada grupo presenta su coreografía completa. El docente graba las presentaciones para permitir la autoevaluación posterior.</p> <p>Autoevaluación y feedback grupal (10 minutos): Tras las presentaciones, los grupos reflexionan sobre su trabajo, analizando las grabaciones y comentando sobre lo que podrían mejorar.</p>
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>
<p>ultima sesión</p>
<b>RECURSOS</b>
<p>Preparación final (10 minutos): Últimos ajustes antes de la presentación.</p> <p>Presentación de las coreografías (30 minutos): Cada grupo presenta su coreografía completa. El docente graba las presentaciones para permitir la autoevaluación posterior.</p> <p>Autoevaluación y feedback grupal (10 minutos): Tras las presentaciones, los grupos reflexionan sobre su trabajo, analizando las grabaciones y comentando sobre lo que podrían mejorar.</p>
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>
<p>EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>
<b>CRITERIOS</b>
<p>EFI.3.3.2.Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p> <p>EFI.3.3.3.Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.</p>
<b>TRAZABILIDAD</b>
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

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.

Ref.Doc.: InfProSitApreLomloe\_2023

Cód.Centro: 29004109

Fecha de generación: 16/10/2024 13:10:10



## INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025

Curso: 3º de E.S.O.

Título: Deportes adaptados

Temporalización: segundo trimestre

**Justificación:** Los alumnos conocerán y vivenciarán diferentes juegos adaptados para personas con diferentes capacidades y respetar a los compañeros que tienen diferentes capacidades.

## CONCRECIÓN CURRICULAR

## Educación Física

## COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

EF1.3.4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

## CRITERIOS DE EVALUACIÓN

EF1.3.4.1. Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.

EF1.3.4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.

EF1.3.4.3. Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalmente el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.

## SABERES BÁSICOS

EF1.3.C.2.1. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

EF1.3.C.4.1. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-Problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

EF1.3.E.1.1. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.

EF1.3.E.2.1. Historia del deporte desde la perspectiva de género.

EF1.3.E.2.2. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Ejemplos que muestren la diversidad en el deporte.

EF1.3.E.2.3. Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.

EF1.3.E.3.1. Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco.

EF1.3.E.4.1. El deporte en Andalucía.

EF1.3.E.5.1. Los Juegos Olímpicos. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.

## DESCRIPTORES OPERATIVOS

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

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

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

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

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

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

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

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

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** Competición de deportes adaptados

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Introducción depor adaptados (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Motivación)	
<p>Conocer qué son los deportes adaptados. Reflexionar sobre la importancia de la inclusión en el deporte.</p>	
EJERCICIOS	
<p>Presentación teórica (10 minutos): El docente explica qué son los deportes adaptados, su historia, ejemplos de deportes adaptados (baloncesto en silla de ruedas, goalball, boccia, atletismo adaptado) y la importancia del deporte inclusivo. Se proyectarán videos cortos de los Juegos Paralímpicos. Juego de sensibilización (15 minutos): Los alumnos realizarán actividades con antifaces para simular la discapacidad visual, realizando desplazamientos guiados y tareas como seguir el sonido de una pelota. Debate grupal (15 minutos): Reflexión sobre las sensaciones experimentadas y cómo se puede fomentar la inclusión en el deporte. El profesor guía la discusión con preguntas abiertas.</p>	
METODOLOGÍA	
<p>La metodología será activa, inclusiva y experiencial. Se organizarán actividades que permitan a los alumnos experimentar las barreras y adaptaciones que enfrentan las personas con discapacidad en el ámbito deportivo, promoviendo la reflexión y el trabajo cooperativo. Se utilizará el aprendizaje por descubrimiento y la resolución de problemas, donde los estudiantes podrán proponer soluciones a los retos que vayan encontrando.</p> <p>El profesor actuará como facilitador, proporcionando el contexto, las reglas y el material adaptado, mientras que los alumnos se organizarán para experimentar y reflexionar sobre las adaptaciones necesarias.</p>	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 1	<p>Pelotas sonoras: Para la práctica de goalball. Material de boccia: Pelotas blandas para realizar el deporte adaptado. Antifaces o vendas para los ojos: Para simular la discapacidad visual. Conos y cintas: Para delimitar las áreas de juego. Espacios amplios: Gimnasio o pista deportiva.</p>
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
<p>EFI.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.</p>	
CRITERIOS	
<p>EFI.3.4.1.Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía. EFI.3.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía. EFI.3.4.3.Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalmente el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.</p>	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Goalball (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)
<p>Aprender las reglas y técnicas básicas del goalball. Experimentar el deporte en situación de discapacidad visual.</p>
EJERCICIOS
<p>Explicación de las reglas y demostración (10 minutos): El profesor explica las reglas del goalball, deporte en el que los jugadores, con los ojos vendados, deben lanzar una pelota sonora al equipo contrario. Práctica en parejas (10 minutos): Los alumnos practican los lanzamientos y las paradas por parejas con los ojos vendados. Partido de goalball (20 minutos): Se organizan equipos y se juega un mini-torneo en el que todos los alumnos deben participar,</p>

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Goalball ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
experimentando cómo adaptarse a la discapacidad visual.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
La metodología será activa, inclusiva y experiencial. Se organizarán actividades que permitan a los alumnos experimentar las barreras y adaptaciones que enfrentan las personas con discapacidad en el ámbito deportivo, promoviendo la reflexión y el trabajo cooperativo. Se utilizará el aprendizaje por descubrimiento y la resolución de problemas, donde los estudiantes podrán proponer soluciones a los retos que vayan encontrando.	
El profesor actuará como facilitador, proporcionando el contexto, las reglas y el material adaptado, mientras que los alumnos se organizarán para experimentar y reflexionar sobre las adaptaciones necesarias.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 2	Pelotas sonoras: Para la práctica de goalball. Antifaces o vendas para los ojos: Para simular la discapacidad visual. Conos y cintas: Para delimitar las áreas de juego. Espacios amplios: Gimnasio o pista deportiva.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.4.1. Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.	
EFI.3.4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.	
EFI.3.4.3. Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalmente el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> voleibol sentado ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
los alumnos descubrirán y aprenderán a jugar al voleibol sentado	
<b>EJERCICIOS</b>	
Explicación y demostración (10 minutos): El docente explica las adaptaciones del voleibol sentado cómo los movimientos básicos.	
Mini partido de baloncesto adaptado (20 minutos): Se organizan equipos y se realiza un partido de voleibol sentado, con rotación para que todos los alumnos prueben la experiencia	
<b>METODOLOGÍA</b>	
La metodología será activa, inclusiva y experiencial. Se organizarán actividades que permitan a los alumnos experimentar las barreras y adaptaciones que enfrentan las personas con discapacidad en el ámbito deportivo, promoviendo la reflexión y el trabajo cooperativo. Se utilizará el aprendizaje por descubrimiento y la resolución de problemas, donde los estudiantes podrán proponer soluciones a los retos que vayan encontrando.	
El profesor actuará como facilitador, proporcionando el contexto, las reglas y el material adaptado, mientras que los alumnos se organizarán para experimentar y reflexionar sobre las adaptaciones necesarias.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 3	Gimnasio pelotas de voleibol red de voleibol
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: voleibol sentado (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.3.4.1. Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.	
EFI.3.4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.	
EFI.3.4.3. Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalmente el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Boccia (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
Conocer y practicar las reglas del boccia. Desarrollar la precisión y la estrategia en un deporte adaptado	
EJERCICIOS	
Explicación y demostración (10 minutos): Se explica el boccia, un deporte similar a la petanca, pero adaptado para personas con discapacidad motora. El objetivo es lanzar las pelotas lo más cerca posible de una bola objetivo (el "jack"). Práctica individual (15 minutos): Los alumnos practican los lanzamientos de las pelotas de boccia, intentando aproximarse a la bola objetivo. Competición por equipos (15 minutos): Se organiza una competición por equipos, donde los alumnos deben aplicar estrategias de lanzamiento y precisión para ganar puntos	
METODOLOGÍA	
La metodología será activa, inclusiva y experiencial. Se organizarán actividades que permitan a los alumnos experimentar las barreras y adaptaciones que enfrentan las personas con discapacidad en el ámbito deportivo, promoviendo la reflexión y el trabajo cooperativo. Se utilizará el aprendizaje por descubrimiento y la resolución de problemas, donde los estudiantes podrán proponer soluciones a los retos que vayan encontrando.  El profesor actuará como facilitador, proporcionando el contexto, las reglas y el material adaptado, mientras que los alumnos se organizarán para experimentar y reflexionar sobre las adaptaciones necesarias.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 4	Material de boccia: Pelotas blandas para realizar el deporte adaptado. Espacios amplios: Gimnasio o pista deportiva
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
EFI.3.4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.	
CRITERIOS	
EFI.3.4.1. Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.	
EFI.3.4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.	
EFI.3.4.3. Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalmente el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.	
TRAZABILIDAD	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Boccia ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Atletismo Adaptado ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
<p>Practicar pruebas de atletismo adaptado.</p> <p>Realizar una reflexión final sobre la experiencia vivida</p>	
<b>EJERCICIOS</b>	
<p>Explicación de pruebas de atletismo adaptado (10 minutos): El docente explica cómo se adaptan las pruebas de atletismo (como carreras en sillas de ruedas o con bastones), y cómo se compiten en los Juegos Paralímpicos.</p> <p>Práctica de relevos en sillas de ruedas (20 minutos): Se organizan relevos en sillas de ruedas en los que los alumnos deben trabajar en equipo para completar las carreras.</p> <p>Reflexión y evaluación (10 minutos): Tras la práctica, se realiza una reflexión final sobre la experiencia vivida durante todas las sesiones de deportes adaptados. Se les pide a los alumnos que compartan sus aprendizajes, cómo han percibido las dificultades y qué han descubierto sobre el deporte adaptado.</p>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
<p>La metodología será activa, inclusiva y experiencial. Se organizarán actividades que permitan a los alumnos experimentar las barreras y adaptaciones que enfrentan las personas con discapacidad en el ámbito deportivo, promoviendo la reflexión y el trabajo cooperativo. Se utilizará el aprendizaje por descubrimiento y la resolución de problemas, donde los estudiantes podrán proponer soluciones a los retos que vayan encontrando.</p> <p>El profesor actuará como facilitador, proporcionando el contexto, las reglas y el material adaptado, mientras que los alumnos se organizarán para experimentar y reflexionar sobre las adaptaciones necesarias.</p>	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 5	<p>Conos y cintas: Para delimitar las áreas de juego.</p> <p>Espacios amplios: Gimnasio o pista deportiva.</p>
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.3.4.1. Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.</p> <p>EFI.3.4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.</p> <p>EFI.3.4.3. Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalmente el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

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.

Ref.Doc.: InfProSitApreLomloe\_2023

Cód.Centro: 29004109

Fecha de generación: 16/10/2024 13:10:26

## INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2024/2025

Curso: 3º de E.S.O.

Título: Deportes alternativos.

Temporalización: 1º trimestre

Justificación: Los alumnos deberán conocer los deportes alternativos y desarrollar las habilidades asociadas a ellos

### CONCRECIÓN CURRICULAR

#### Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
<p>EF1.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>EF1.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>EF1.3.3.3.Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.</p> <p>EF1.3.4.1.Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.</p> <p>EF1.3.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.</p> <p>EF1.3.4.3.Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalmente el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.</p>
SABERES BÁSICOS
<p>EF1.3.C.2.1.Eschema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.</p> <p>EF1.3.C.4.1.Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-Problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.</p> <p>EF1.3.D.1.1.Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.</p> <p>EF1.3.D.1.2.Habilidades volitivas y capacidad de superación.</p> <p>EF1.3.D.2.1.Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.</p> <p>EF1.3.D.2.2.Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</p> <p>EF1.3.D.2.3.Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p> <p>EF1.3.E.1.1.Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.</p> <p>EF1.3.E.2.1.Historia del deporte desde la perspectiva de género.</p> <p>EF1.3.E.2.2.Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Ejemplos que muestren la diversidad en el deporte.</p> <p>EF1.3.E.2.3.Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.</p> <p>EF1.3.E.3.1.Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco.</p> <p>EF1.3.E.4.1.El deporte en Andalucía.</p> <p>EF1.3.E.5.1.Los Juegos Olímpicos. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.</p>
DESCRIPTORES OPERATIVOS
CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española



y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** Competición de deporte alternativos.

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Introducción y kinball ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Activación)	
Conocer el concepto de deportes alternativos. Practicar el deporte del Kin-ball, fomentando el trabajo en equipo y la cooperación	
<b>EJERCICIOS</b>	
Presentación teórica (10 minutos): El docente explica qué son los deportes alternativos, destacando la importancia de explorar nuevas formas de actividad física. Se introduce el Kin-ball, un deporte cooperativo donde tres equipos juegan simultáneamente con una gran pelota. Explicación y demostración del Kin-ball (10 minutos): El profesor explica las reglas básicas (cómo golpear la pelota, las áreas de juego y el sistema de puntuación). Luego, hace una demostración del juego. Juego de Kin-ball (25 minutos): Los alumnos se dividen en tres equipos y se juega un partido de Kin-ball. El objetivo es que la pelota no caiga en el suelo mientras se pasa entre los equipos. Se promoverá la comunicación y la coordinación entre compañeros.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
La metodología será activa, participativa y lúdica, basada en el descubrimiento y la experimentación de deportes que no forman parte del currículo tradicional. Los alumnos se organizarán en equipos para experimentar diferentes deportes y dinámicas de juego. Se promoverá la creatividad y la resolución de problemas, permitiendo que los estudiantes propongan sus propias estrategias y adaptaciones a las reglas de cada deporte.  El profesor guiará las sesiones, ofreciendo explicaciones sobre las reglas y proporcionando retroalimentación sobre la dinámica del juego, pero fomentará la autonomía de los grupos para que resuelvan los desafíos de manera cooperativa.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 1	Materiales deportivos: Pelotas grandes (Kin-ball), frisbees (ultimate), balones de foam (colpbol), pelotas y canastas portátiles (korfbal). Espacio amplio: Gimnasio o pista deportiva. Conos y cintas: Para delimitar áreas de juego y zonas de puntuación. Tablero o pizarra: Para anotar reglas y resultados. Antifaces: Para algunos deportes donde se añaden retos sensoriales
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. EFI.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.3.3.Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia. EFI.3.4.3.Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalmente el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Ultimate Frisbee ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)
Aprender las reglas del ultimate frisbee. Desarrollar habilidades de lanzamiento y recepción de frisbee
<b>EJERCICIOS</b>

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Ultimate Frisbee (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
<p>Calentamiento dinámico (10 minutos): Ejercicios de movilidad articular y agilidad, seguidos de lanzamientos y recepciones de frisbee en parejas.</p> <p>Explicación y práctica de técnicas básicas (15 minutos): El profesor enseña las técnicas de lanzamiento y recepción del frisbee, así como las reglas básicas del ultimate (juego sin contacto, avance con pases y objetivo de llegar a la zona de puntuación).</p> <p>Partido de ultimate frisbee (20 minutos): Se organiza un partido por equipos, promoviendo la cooperación y el juego limpio, ya que en ultimate frisbee los jugadores autogestionan las faltas sin árbitro.</p>	
METODOLOGÍA	
<p>La metodología será activa, participativa y lúdica, basada en el descubrimiento y la experimentación de deportes que no forman parte del currículo tradicional. Los alumnos se organizarán en equipos para experimentar diferentes deportes y dinámicas de juego. Se promoverá la creatividad y la resolución de problemas, permitiendo que los estudiantes propongan sus propias estrategias y adaptaciones a las reglas de cada deporte.</p> <p>El profesor guiará las sesiones, ofreciendo explicaciones sobre las reglas y proporcionando retroalimentación sobre la dinámica del juego, pero fomentará la autonomía de los grupos para que resuelvan los desafíos de manera cooperativa.</p>	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 2	<p>Materiales deportivos: Pelotas grandes (Kin-ball), frisbees (ultimate), balones de foam (colpbol), pelotas y canastas portátiles (korfbal).</p> <p>Espacio amplio: Gimnasio o pista deportiva.</p> <p>Conos y cintas: Para delimitar áreas de juego y zonas de puntuación.</p> <p>Tablero o pizarra: Para anotar reglas y resultados</p>
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
<p>EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>EFI.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.</p>	
CRITERIOS	
<p>EFI.3.3.3.Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.</p> <p>EFI.3.4.1.Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.</p> <p>EFI.3.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.</p>	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Colpbol (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)
<p>Conocer y practicar el deporte del colpbol.</p> <p>Desarrollar habilidades de golpeo y desplazamiento rápido.</p>
EJERCICIOS
<p>Explicación y demostración del colpbol (10 minutos): El docente explica las reglas del colpbol, un deporte en el que se golpea una pelota con las manos, sin poder sujetarla, y el objetivo es marcar goles en la portería contraria.</p> <p>Práctica de golpeo y movimiento (15 minutos): Los alumnos practican golpes con las manos, desplazándose rápidamente por el campo sin detener la pelota.</p> <p>Partido de colpbol (20 minutos): Se organizan equipos para jugar un partido en el que se valorará la cooperación, ya que los jugadores deben pasar constantemente la pelota sin detenerla</p>
METODOLOGÍA

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Colpbol (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
<p>La metodología será activa, participativa y lúdica, basada en el descubrimiento y la experimentación de deportes que no forman parte del currículo tradicional. Los alumnos se organizarán en equipos para experimentar diferentes deportes y dinámicas de juego. Se promoverá la creatividad y la resolución de problemas, permitiendo que los estudiantes propongan sus propias estrategias y adaptaciones a las reglas de cada deporte.</p> <p>El profesor guiará las sesiones, ofreciendo explicaciones sobre las reglas y proporcionando retroalimentación sobre la dinámica del juego, pero fomentará la autonomía de los grupos para que resuelvan los desafíos de manera cooperativa.</p>	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 3	<p>Materiales deportivos: Pelotas grandes (Kin-ball), frisbees (ultimate), balones de foam (colpbol), pelotas y canastas portátiles (korfbal).</p> <p>Espacio amplio: Gimnasio o pista deportiva.</p> <p>Conos y cintas: Para delimitar áreas de juego y zonas de puntuación.</p> <p>Tablero o pizarra: Para anotar reglas y resultados</p>
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
<p>EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>EFI.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.</p>	
CRITERIOS	
<p>EFI.3.3.3.Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.</p> <p>EFI.3.4.1.Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.</p> <p>EFI.3.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.</p>	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Korfbal (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
<p>Aprender las reglas del korfbal, un deporte mixto.</p> <p>Fomentar la cooperación entre compañeros y la igualdad en el deporte.</p>	
EJERCICIOS	
<p>Introducción al korfbal (10 minutos): El profesor explica el korfbal, un deporte mixto donde hombres y mujeres juegan en igualdad de condiciones, y donde el objetivo es marcar puntos lanzando la pelota en una canasta alta sin contacto físico.</p> <p>Práctica de lanzamientos y pases (15 minutos): Los alumnos practican lanzamientos a la canasta y pases rápidos entre compañeros.</p> <p>Partido de korfbal (20 minutos): Se forman equipos mixtos para jugar un partido de korfbal, promoviendo la inclusión y la igualdad en el deporte</p>	
METODOLOGÍA	
<p>La metodología será activa, participativa y lúdica, basada en el descubrimiento y la experimentación de deportes que no forman parte del currículo tradicional. Los alumnos se organizarán en equipos para experimentar diferentes deportes y dinámicas de juego. Se promoverá la creatividad y la resolución de problemas, permitiendo que los estudiantes propongan sus propias estrategias y adaptaciones a las reglas de cada deporte.</p> <p>El profesor guiará las sesiones, ofreciendo explicaciones sobre las reglas y proporcionando retroalimentación sobre la dinámica del juego, pero fomentará la autonomía de los grupos para que resuelvan los desafíos de manera cooperativa.</p>	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Korfball (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
sesión 4	<p>canastas portátiles (korfball).  Espacio amplio: Gimnasio o pista deportiva.  Conos y cintas: Para delimitar áreas de juego y zonas de puntuación.  Tablero o pizarra: Para anotar reglas y resultados.  Antifaces: Para algunos deportes donde se añaden retos sensoriales</p>
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
<p>EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>EFI.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.</p>	
CRITERIOS	
<p>EFI.3.3.3.Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.</p> <p>EFI.3.4.1.Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.</p> <p>EFI.3.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.</p> <p>EFI.3.4.3.Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalmente el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.</p>	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Creación deportes alternativos (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
<p>Fomentar la creatividad en la creación de un deporte alternativo.  Desarrollar la capacidad de trabajo en equipo para diseñar un juego nuevo.</p>	
EJERCICIOS	
<p>Explicación del reto (5 minutos): El profesor presenta el desafío de la sesión: cada grupo de alumnos debe inventar su propio deporte alternativo, con reglas, materiales y una dinámica de juego.  Creación en grupos (20 minutos): Los alumnos, organizados en equipos, diseñan su deporte, eligiendo los materiales disponibles (balones, conos, frisbees, etc.) y escribiendo las reglas básicas.  Presentación y juego (20 minutos): Cada grupo presenta su deporte al resto de la clase y se juega una ronda corta para probar la dinámica de cada juego.</p>	
METODOLOGÍA	
<p>La metodología será activa, participativa y lúdica, basada en el descubrimiento y la experimentación de deportes que no forman parte del currículo tradicional. Los alumnos se organizarán en equipos para experimentar diferentes deportes y dinámicas de juego. Se promoverá la creatividad y la resolución de problemas, permitiendo que los estudiantes propongan sus propias estrategias y adaptaciones a las reglas de cada deporte.</p> <p>El profesor guiará las sesiones, ofreciendo explicaciones sobre las reglas y proporcionando retroalimentación sobre la dinámica del juego, pero fomentará la autonomía de los grupos para que resuelvan los desafíos de manera cooperativa.</p>	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 5	<p>Espacio amplio: Gimnasio o pista deportiva.  Conos y cintas: Para delimitar áreas de juego y zonas de puntuación.</p>

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Creación deportes alternativos ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
	Tablero o pizarra: Para anotar reglas y resultados.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>EFI.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.3.3.3.Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.</p> <p>EFI.3.4.1.Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.</p> <p>EFI.3.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.</p> <p>EFI.3.4.3.Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalmente el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

## EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

<b>INDICADORES:</b>
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: 3º de E.S.O.

Título: Deportes de red

Temporalización: 2º trimestre

Justificación: Los alumnos deben conocer la técnica, la táctica y el reglamento de los diferentes deportes de red.

### CONCRECIÓN CURRICULAR

#### Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
EF1.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>EF1.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p> <p>EF1.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p> <p>EF1.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>
SABERES BÁSICOS
<p>EF1.3.B.1.Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.</p> <p>EF1.3.B.4.Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.</p> <p>EF1.3.C.1.1.Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.</p> <p>EF1.3.C.1.2.Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica.</p> <p>EF1.3.C.1.3.Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>EF1.3.C.1.4.Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.</p> <p>EF1.3.C.1.5.Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>EF1.3.C.2.1.Eschema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.</p> <p>EF1.3.C.3.1.Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.</p> <p>EF1.3.C.3.2.Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.</p> <p>EF1.3.C.3.3.Sistemas de entrenamiento.</p> <p>EF1.3.C.4.1.Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-Problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.</p> <p>EF1.3.D.1.1.Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.</p>
DESCRIPTORES OPERATIVOS
<p>CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p> <p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de</p>

creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

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

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



## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** Competición de deporte de red.

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Introducción al bádminton (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Activación)	
<p>Conocer las reglas básicas y características del bádminton. Aprender y practicar el saque corto y largo</p>	
EJERCICIOS	
<p>Introducción al bádminton (10 minutos): El profesor explica las reglas generales del bádminton, el sistema de puntuación y el objetivo del juego. Breve historia del bádminton como deporte internacional y su relevancia. Explicación y demostración del saque (10 minutos): Se enseña el saque corto y largo, explicando la importancia de la posición y el movimiento de la muñeca en el golpeo. Práctica del saque en parejas (20 minutos): Los alumnos practican el saque por parejas, alternando entre saque corto y largo. El profesor corrige las posturas y movimientos de los alumnos</p>	
METODOLOGÍA	
<p>La metodología será activa, cooperativa y progresiva, basada en el aprendizaje por descubrimiento y la mejora continua a través de la práctica. Se utilizará un enfoque de enseñanza progresiva, comenzando con ejercicios básicos para que los alumnos adquieran las habilidades técnicas esenciales, y posteriormente se avanzará a situaciones de juego más complejas y estratégicas.</p> <p>El profesor facilitará el aprendizaje proporcionando modelos de movimiento y estrategias, y permitirá a los alumnos experimentar diferentes situaciones de juego para mejorar tanto sus habilidades técnicas como tácticas.</p>	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 1	<p>Redes de bádminton: Al menos 2-3 redes distribuidas por la cancha. Raquetas de bádminton: Una por cada alumno. Volantes: Suficiente cantidad de volantes para prácticas y partidos. Conos: Para delimitar zonas de juego y ejercicios de desplazamiento. Espacio amplio: Pista cubierta o gimnasio. Tablero o pizarra: Para anotar resultados, puntuaciones y repasar reglas.</p>
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
<p>EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	
CRITERIOS	
<p>EFI.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia. EFI.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos. EFI.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Golpeos de derecha y revés (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Estructuración)
<p>Aprender las técnicas básicas del golpe de derecha y de revés. Desarrollar la precisión en los golpeos y el control del volante</p>
EJERCICIOS
<p>Calentamiento dinámico (10 minutos): Ejercicios de movilidad, coordinación y estiramientos específicos. Explicación y demostración de golpe de derecha y revés (10 minutos): El profesor enseña la técnica de golpe de derecha y revés, mostrando cómo posicionar el cuerpo y coordinar el movimiento con la raqueta. Práctica en parejas (20 minutos): Los alumnos se colocan en parejas y practican golpes de derecha y revés, intentando mantener el</p>

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Golpeos de derecha y revés (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Estructuración)	
volante en juego el mayor tiempo posible.	
METODOLOGÍA	
<p>La metodología será activa, cooperativa y progresiva, basada en el aprendizaje por descubrimiento y la mejora continua a través de la práctica. Se utilizará un enfoque de enseñanza progresiva, comenzando con ejercicios básicos para que los alumnos adquieran las habilidades técnicas esenciales, y posteriormente se avanzará a situaciones de juego más complejas y estratégicas.</p> <p>El profesor facilitará el aprendizaje proporcionando modelos de movimiento y estrategias, y permitirá a los alumnos experimentar diferentes situaciones de juego para mejorar tanto sus habilidades técnicas como tácticas.</p>	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 2	<p>Redes de bádminton: Al menos 2-3 redes distribuidas por la cancha.</p> <p>Raquetas de bádminton: Una por cada alumno.</p> <p>Volantes: Suficiente cantidad de volantes para prácticas y partidos.</p> <p>Conos: Para delimitar zonas de juego y ejercicios de desplazamiento.</p> <p>Espacio amplio: Pista cubierta o gimnasio.</p> <p>Tablero o pizarra: Para anotar resultados, puntuaciones y repasar reglas.</p>
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
<p>EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	
CRITERIOS	
<p>EFI.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p> <p>EFI.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p> <p>EFI.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Desplazamientos en la pista y (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)
<p>La metodología será activa, cooperativa y progresiva, basada en el aprendizaje por descubrimiento y la mejora continua a través de la práctica. Se utilizará un enfoque de enseñanza progresiva, comenzando con ejercicios básicos para que los alumnos adquieran las habilidades técnicas esenciales, y posteriormente se avanzará a situaciones de juego más complejas y estratégicas.</p> <p>El profesor facilitará el aprendizaje proporcionando modelos de movimiento y estrategias, y permitirá a los alumnos experimentar diferentes situaciones de juego para mejorar tanto sus habilidades técnicas como tácticas.</p>
EJERCICIOS
<p>Calentamiento y desplazamientos sin raqueta (10 minutos): Ejercicios de desplazamientos rápidos y cambios de dirección para mejorar la agilidad en la pista.</p> <p>Explicación y demostración del remate (10 minutos): El profesor explica la técnica del remate, un golpe ofensivo en el que se busca mayor velocidad y potencia. Se muestra la importancia del posicionamiento antes del golpeo.</p> <p>Práctica de desplazamientos con remate (20 minutos): Los alumnos practican desplazamientos rápidos por la pista y remates. Se les anima a moverse con fluidez entre posiciones defensivas y ofensivas</p>
METODOLOGÍA
<p>La metodología será activa, cooperativa y progresiva, basada en el aprendizaje por descubrimiento y la mejora continua a través de la práctica. Se utilizará un enfoque de enseñanza progresiva, comenzando con ejercicios básicos para que los alumnos adquieran las habilidades técnicas esenciales, y posteriormente se avanzará a situaciones de juego más complejas y estratégicas.</p>

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Desplazamientos en la pista y (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
El profesor facilitará el aprendizaje proporcionando modelos de movimiento y estrategias, y permitirá a los alumnos experimentar diferentes situaciones de juego para mejorar tanto sus habilidades técnicas como tácticas.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 3	Redes de bádminton: Al menos 2-3 redes distribuidas por la cancha. Raquetas de bádminton: Una por cada alumno. Volantes: Suficiente cantidad de volantes para prácticas y partidos. Conos: Para delimitar zonas de juego y ejercicios de desplazamiento. Espacio amplio: Pista cubierta o gimnasio. Tablero o pizarra: Para anotar resultados, puntuaciones y repasar reglas.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	
CRITERIOS	
EFI.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia. EFI.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos. EFI.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Estrategia de juego y dobles (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
Desarrollar estrategias básicas en el bádminton. Practicar el juego en parejas (dobles) y mejorar la comunicación en equipo.	
EJERCICIOS	
Calentamiento específico (10 minutos): Ejercicios con raquetas y volantes, incluyendo desplazamientos y golpes en movimiento. Explicación de estrategias en dobles (10 minutos): El profesor explica estrategias básicas para el juego en dobles, como la distribución de la pista, el ataque y la defensa en equipo. Partidos en dobles (20 minutos): Se organizan partidos de dobles para que los alumnos pongan en práctica las estrategias aprendidas, evaluando la comunicación y la coordinación entre los miembros del equipo.	
METODOLOGÍA	
La metodología será activa, cooperativa y progresiva, basada en el aprendizaje por descubrimiento y la mejora continua a través de la práctica. Se utilizará un enfoque de enseñanza progresiva, comenzando con ejercicios básicos para que los alumnos adquieran las habilidades técnicas esenciales, y posteriormente se avanzará a situaciones de juego más complejas y estratégicas.  El profesor facilitará el aprendizaje proporcionando modelos de movimiento y estrategias, y permitirá a los alumnos experimentar diferentes situaciones de juego para mejorar tanto sus habilidades técnicas como tácticas.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 4	Redes de bádminton: Al menos 2-3 redes distribuidas por la cancha. Raquetas de bádminton: Una por cada alumno. Volantes: Suficiente cantidad de volantes para prácticas y partidos. Conos: Para delimitar zonas de juego y ejercicios de desplazamiento. Espacio amplio: Pista cubierta o gimnasio. Tablero o pizarra: Para anotar resultados, puntuaciones y repasar reglas.

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Estrategia de juego y dobles (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	
CRITERIOS	
EFI.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia. EFI.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos. EFI.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Torneo de bádminton y evaluaci (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)	
Aplicar las habilidades técnicas y estrategias aprendidas en situaciones de juego real. Evaluar el progreso individual y grupal en el bádminton.	
EJERCICIOS	
Organización del torneo (5 minutos): El profesor organiza un torneo entre los alumnos, dividiendo la clase en grupos para partidos de individuales y dobles. Partidos del torneo (30 minutos): Los alumnos juegan partidos siguiendo las reglas oficiales del bádminton. El profesor observa y evalúa el rendimiento técnico y táctico de cada alumno. Entrega de resultados y reflexión final (10 minutos): Al final del torneo, se entregan los resultados y se reflexiona sobre el progreso de los alumnos a lo largo de las sesiones. Se fomenta la autoevaluación y la crítica constructiva.	
METODOLOGÍA	
La metodología será activa, cooperativa y progresiva, basada en el aprendizaje por descubrimiento y la mejora continua a través de la práctica. Se utilizará un enfoque de enseñanza progresiva, comenzando con ejercicios básicos para que los alumnos adquieran las habilidades técnicas esenciales, y posteriormente se avanzará a situaciones de juego más complejas y estratégicas.  El profesor facilitará el aprendizaje proporcionando modelos de movimiento y estrategias, y permitirá a los alumnos experimentar diferentes situaciones de juego para mejorar tanto sus habilidades técnicas como tácticas.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 5	Redes de bádminton: Al menos 2-3 redes distribuidas por la cancha. Raquetas de bádminton: Una por cada alumno. Volantes: Suficiente cantidad de volantes para prácticas y partidos. Conos: Para delimitar zonas de juego y ejercicios de desplazamiento. Espacio amplio: Pista cubierta o gimnasio. Tablero o pizarra: Para anotar resultados, puntuaciones y repasar reglas.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	
CRITERIOS	
EFI.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Torneo de bádminton y evaluaci <b>(TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Conclusión)
resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia. EFI.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos. EFI.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.
<b>TRAZABILIDAD</b>
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

<b>INDICADORES:</b>
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:** 3º de E.S.O.

**Título:** Inventamos juegos.

**Temporalización:** Tercer trimestre

**Justificación:** Los alumnos deberán inventar un juego y llevarlo a la práctica en clase.

### CONCRECIÓN CURRICULAR

#### Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
<p>EFI.3.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> <p>EFI.3.2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>EFI.3.3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>EFI.3.1.5. Identificar y valorar críticamente estereotipos sociales asociados al ámbito de los corporal, al género y a la diversidad sexual vinculados a la actividad física y deportiva, así como los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p> <p>EFI.3.1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p> <p>EFI.3.2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p> <p>EFI.3.2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p> <p>EFI.3.2.3. Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p> <p>EFI.3.3.1. Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>EFI.3.3.2. Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p> <p>EFI.3.3.3. Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.</p>
SABERES BÁSICOS
<p>EFI.3.B.1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.</p> <p>EFI.3.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.</p> <p>EFI.3.B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p>

EF1.3.B.6. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.

EF1.3.C.1.1. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.

EF1.3.C.1.2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica.

EF1.3.C.1.3. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.

EF1.3.C.1.4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.

EF1.3.C.1.5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

EF1.3.C.2.1. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

EF1.3.C.3.1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.

EF1.3.C.3.2. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.

EF1.3.C.3.3. Sistemas de entrenamiento.

EF1.3.C.4.1. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-Problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

EF1.3.D.1.1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.

EF1.3.D.1.2. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

EF1.3.D.2.1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

EF1.3.D.2.2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

EF1.3.D.2.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

#### DESCRIPTORES OPERATIVOS

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

cooperativas.

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

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

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

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



## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** Los alumnos deberán inventar un juego.

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> creamos juegos ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
Los alumnos deberán inventarse juegos para poderlos practicar en clase.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Charla explicativa Entrega de ficha de juegos. Los alumnos se inventarán un juego que se pueda desarrollar en clase. Puesta en común y debate	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Se utilizará la resolución de problemas y se trabajará por parejas.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 1	Ficha de juegos.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación de juegos ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
Los alumnos dirigirán y jugarán a los juegos inventados en la sesión inicial.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Calentamiento específico de cada juego. Desarrollo de los juegos presentados. Reflexión y puesta en común sobre los juegos realizados.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Los alumnos ejercerán de profesores, siempre supervisados por el docente.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
Las sesiones que sean necesarias.	El material dependerá de los juegos inventados por los alumnos.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida. EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.1.5.Identificar y valorar críticamente estereotipos sociales asociados al ámbito de los corporal, al género y a la diversidad sexual	

Ref.Doc.: InfProSitApreLomloe\_2023

Cód.Centro: 29004109

Fecha de generación: 16/10/2024 13:11:19

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación de juegos (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)
<p>vinculados a la actividad física y deportiva, así como los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p> <p>EFI.3.1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p> <p>EFI.3.2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p> <p>EFI.3.2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p> <p>EFI.3.2.3. Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p> <p>EFI.3.3.1. Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>EFI.3.3.2. Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p> <p>EFI.3.3.3. Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.</p>
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: 3º de E.S.O.      Título: Senderismo  
Temporalización: segundo trimestre  
Justificación: Los alumnos deben conocer y practicar las distintas posibilidades que ofrece el entorno para realizar actividad física en la naturaleza y aprender a respetar y cuidar el entorno.

CONCRECIÓN CURRICULAR

Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
EF1.3.5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
EF1.3.5.1.Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos andaluces, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando con cierto grado ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y promoviendo actuaciones sencillas intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. EF1.3.5.2.Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo con ayuda y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas bajo supervisión.
SABERES BÁSICOS
EF1.3.B.7.Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad. EF1.3.B.9.Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Protocolo RCP. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares. EF1.3.F.1.Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. EF1.3.F.2.Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares). EF1.3.F.3.Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad. EF1.3.F.4.Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. EF1.3.F.5.Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
DESCRIPTORES OPERATIVOS
CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecodependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable. CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual. CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente. CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional. CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender. STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** Actividad de senderismo.

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Introducción al Senderismo ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Activación)	
Comprender qué es el senderismo y la importancia de la preparación física adecuada.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Charla introductoria sobre el senderismo: ¿Qué es? ¿Qué beneficios aporta? Normas básicas de seguridad y respeto ambiental. Ejercicios de resistencia y fortalecimiento de piernas mediante caminatas rápidas y subidas de escaleras (si están disponibles). Técnicas básicas de caminar en senderos: postura, ritmo y respiración.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Expositiva para la introducción teórica y activa durante la práctica física.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 1	Aula para la explicación, si es necesario. Circuito sencillo para caminata. Pizarra para explicar conceptos.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.5.1.Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos andaluces, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando con cierto grado ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y promoviendo actuaciones sencillas intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	
EFI.3.5.2.Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo con ayuda y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas bajo supervisión.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Orientación Básica y Uso de Ma ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
Aprender a leer mapas y orientarse en la naturaleza	
<b>EJERCICIOS</b>	
Charla sobre la orientación en senderismo: ¿Cómo usar un mapa? ¿Cómo identificar puntos de referencia? Práctica de lectura de mapas: Los alumnos trabajan en grupos para interpretar un mapa de senderismo (proporcionado por el profesor). Juego de orientación: Los alumnos deben localizar diferentes puntos (marcados con conos o señales) en el entorno del centro usando un mapa simple.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Por descubrimiento guiado: Los alumnos aprenden a orientarse con la supervisión del docente.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 2	Mapas impresos de la zona. Conos o marcadores para el juego de orientación.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.5.1.Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos andaluces, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando con cierto grado ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y promoviendo actuaciones sencillas intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	
EFI.3.5.2.Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo con ayuda y aplicando	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Orientación Básica y Uso de Ma (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)
normas de seguridad individuales y colectivas bajo supervisión.
<b>TRAZABILIDAD</b>
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Preparación del Material (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Estructuración)
Conocer los elementos necesarios para planificar una salida de senderismo y los materiales básicos.
<b>EJERCICIOS</b>
Charla sobre la planificación de una ruta: Cómo elegir una ruta adecuada según la dificultad, duración y nivel físico del grupo. Simulación de una salida: Los alumnos, en grupos, deben planificar una ruta sencilla, teniendo en cuenta factores como tiempo, clima y materiales necesarios. Revisión del equipo básico: ¿Qué llevar en la mochila? El profesor muestra elementos esenciales como agua, comida, ropa adecuada, botiquín de primeros auxilios, entre otros.
<b>METODOLOGÍA</b>
Trabajo cooperativo: Los alumnos colaboran en la planificación de la ruta y discuten las decisiones en equipo.
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>
sesión 3
<b>RECURSOS</b>
Fichas de planificación de rutas. Ejemplos de material de senderismo (mochila, ropa adecuada, botiquín, brújulas, etc.). Mapas para planificar la ruta.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>
EFI.3.5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.
<b>CRITERIOS</b>
EFI.3.5.1.Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos andaluces, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando con cierto grado ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y promoviendo actuaciones sencillas intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. EFI.3.5.2.Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo con ayuda y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas bajo supervisión.
<b>TRAZABILIDAD</b>
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Salida de Senderismo Local (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)
Aplicar los conocimientos adquiridos en una salida práctica de senderismo.
<b>EJERCICIOS</b>
Salida de senderismo por una ruta local cercana al centro educativo (previamente planificada por el docente). Durante la salida, los alumnos deben aplicar los conocimientos sobre orientación (uso de mapas y señales) y mantener un ritmo adecuado. Durante la caminata, se realizarán pequeñas pausas para hablar sobre el entorno natural (flora, fauna, geografía) y poner en práctica hábitos de respeto medioambiental.
<b>METODOLOGÍA</b>
Activa y participativa: Los alumnos aplican lo aprendido en una situación real.
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>
sesión 4
<b>RECURSOS</b>
Mapas de la ruta. Material necesario (agua, comida ligera, ropa adecuada). Mochilas con botiquín básico.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>
EFI.3.5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Salida de Senderismo Local ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)
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.
<b>CRITERIOS</b>
EFI.3.5.1.Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos andaluces, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando con cierto grado ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y promoviendo actuaciones sencillas intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. EFI.3.5.2.Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo con ayuda y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas bajo supervisión.
<b>TRAZABILIDAD</b>
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

<b>INDICADORES:</b>
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:** 3º de E.S.O.

**Título:** Voleibol

**Temporalización:** Primer trimestre

**Justificación:** Los alumnos deben conocer deportes colectivos de red y mejorar su técnica y táctica. Además de trabajar en grupo en busca de objetivos comunes respetando las diferencias entre ellos.

### CONCRECIÓN CURRICULAR

#### Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
<p>EF1.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>EF1.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>EF1.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p> <p>EF1.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p> <p>EF1.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p> <p>EF1.3.4.1.Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.</p>
SABERES BÁSICOS
<p>EF1.3.B.1.Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.</p> <p>EF1.3.B.4.Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.</p> <p>EF1.3.C.1.1.Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.</p> <p>EF1.3.C.1.2.Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica.</p> <p>EF1.3.C.1.3.Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>EF1.3.C.1.4.Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.</p> <p>EF1.3.C.1.5.Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>EF1.3.C.2.1.Eschema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.</p> <p>EF1.3.C.3.1.Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.</p> <p>EF1.3.C.3.2.Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.</p> <p>EF1.3.C.3.3.Sistemas de entrenamiento.</p> <p>EF1.3.C.4.1.Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-Problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.</p> <p>EF1.3.D.1.1.Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.</p> <p>EF1.3.E.3.1.Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco.</p>

EFI.3.E.4.1.El deporte en Andalucía.

EFI.3.E.5.1.Los Juegos Olímpicos. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.

#### DESCRIPTORES OPERATIVOS

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** Competición de voleibol

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Fundamentos Básicos (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
Familiarización con los gestos técnicos básicos del voleibol.	
EJERCICIOS	
Introducción y demostración del saque y pase de dedos. Práctica individual de saque desde diferentes posiciones en la pista. Circuitos en parejas para trabajar el pase de dedos.	
METODOLOGÍA	
Demostrativa para explicar los gestos técnicos. Participativa para que el alumnado practique de manera activa.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 1	Balones y redes de voleibol.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	
CRITERIOS	
EFI.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia. EFI.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Pase y Recepción (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
Mejorar la precisión en los pases y la recepción.	
EJERCICIOS	
Repaso del pase de dedos. Introducción y práctica del pase de antebrazos. Ejercicios en tríos donde uno realiza el saque, otro recibe con pase de antebrazos, y otro devuelve con pase de dedos.	
METODOLOGÍA	
Trabajo por estaciones, rotando roles de saque, recepción y pase.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 2	Balones y redes de voleibol.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	
CRITERIOS	
EFI.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Pase y Recepción ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Colocación y Táctica Básica ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
Introducción a la colocación y nociones tácticas.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Demostración del colocador en una jugada de voleibol. Ejercicio en grupos de 4: un jugador realiza el pase, otro lo coloca y dos intentan rematar. Breve explicación del sistema de rotación y posicionamiento básico en el campo.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Por descubrimiento guiado: los alumnos descubrirán cómo la colocación y el posicionamiento afectan a la jugada.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 3	Balones y redes de voleibol.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. EFI.3.4.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.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia. EFI.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. EFI.3.4.1.Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Remate y Bloqueo ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
Iniciación al remate y bloqueo.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Demostración del remate y el bloqueo. Ejercicios individuales y por parejas para practicar el gesto técnico del remate. Juego en parejas donde un jugador intenta rematar y el otro bloquear.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Repetitiva: para mejorar el gesto técnico mediante la repetición. Juego reducido: fomentar la aplicación de lo aprendido en situaciones de juego.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
sesión 4	Balones, red, conos para delimitar áreas de remate.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Remate y Bloqueo (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)	
EFI.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.	
CRITERIOS	
EFI.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.	
EFI.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.	
EFI.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	
EFI.3.4.1.Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Juego Colectivo y Estrategias (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)	
Aplicar lo aprendido en situaciones de juego real.	
EJERCICIOS	
Explicación de las funciones básicas de cada posición (colocador, atacante, libero).	
Juego reducido en grupos de 4 vs 4 con rotación.	
Discusión sobre las estrategias básicas: ataque por las bandas, defensa en zona.	
METODOLOGÍA	
Por resolución de problemas: los alumnos deben encontrar soluciones tácticas en el juego.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
sesión 5	Red, balones, pizarra para ilustrar la estrategia.
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	
EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	
EFI.3.4.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.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.	
EFI.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	
EFI.3.4.1.Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.	
TRAZABILIDAD	
ARCHIVO ADJUNTO	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Competición Interna y Evaluaci (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)	
Poner en práctica todas las habilidades y estrategias aprendidas.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Calentamiento: Juegos de activación dinámica. Actividad principal: Competición interna: partidos en equipos de 6 jugadores. Evaluación continua de los alumnos mediante la observación del uso de técnicas y tácticas. Feedback individual y grupal sobre los aspectos a mejorar.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Activa y participativa con un enfoque de evaluación formativa.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
SESIÓN FINAL	Red, balones, fichas de observación para la evaluación.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>EFI.3.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p> <p>EFI.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p> <p>EFI.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p> <p>EFI.3.4.1.Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

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.

Ref.Doc.: InfProSitApreLomloe\_2023

Cód.Centro: 29004109

Fecha de generación: 16/10/2024 13:12:03