

PROGRAMACIÓN

EDUCACIÓN

FÍSICA

Ies Zurbarán



A continuación se presentan **las programaciones para ESO y Bachillerato**, diferenciando entre ambas; aunque para el caso de Bachillerato omitiremos los apartados en común para ambas etapas de la educación.

Por otro lado, en cuanto a la **terminología a utilizar**, diremos lo siguiente: En aquellos casos en que, a salvo la corrección lingüística, en la presente programación utiliza sustantivos de género gramatical masculino para referirse a personas o cargos, debe entenderse que se hace por mera economía de la expresión, para facilitar la lectura y que se utilizan de forma genérica con independencia del sexo de las personas aludidas o de los titulares de dichos cargos (en algunos casos), con estricta igualdad en cuanto a efectos jurídicos.

PROGRAMACIÓN

Educación Física

1º, 2º, 3º y 4º
ESO

CURSO 2024-25



Índice

- 0.- LEGISLACIÓN EN LA QUE SE BASA ESTA PROGRAMACIÓN
- 1.- INTRODUCCIÓN
- 2.- COMPOSICIÓN DEL DEPARTAMENTO
- 3.- INSTALACIONES
- 4.-DEFINICIONES LOMLOE
- 5.- OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA
- 6.- PERFIL DE SALIDA
- 7.- COMPETENCIAS CLAVES Y SUS DESCRIPTORES OPERATIVOS
- 8.- SABERES BÁSICOS
- 9.- COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
- 10.-CARACTERÍSTICAS, INSTRUMENTOS Y HERRAMIENTAS DE LA EVALUACIÓN INICIAL
- 11.- METODOLOGÍA DIDÁCTICA. INSTRUMENTOS Y HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN
- 12.- MEDIDAS DE REFUERZO Y DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD, INCLUIDOS, EN SU CASO, LOS AJUSTES O ADAPTACIONES CURRICULARES PARA EL ALUMNADO CON NECESIDAD ESPECÍFICA DE APOYO EDUCATIVO
- 13.- EXENCIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA A ALUMNOS QUE SEAN DEPORTISTAS DE ALTO NIVEL O ALTO RENDIMIENTO
- 14.- PROGRAMAS DE REFUERZO Y RECUPERACIÓN DE LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS PARA EL ALUMNADO QUE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA
- 15.- CONTENIDOS TRANSVERSALES
- 16.-TRATAMIENTO DE LA MATERIA DENTRO DEL PROYECTO BILINGÜE
- 17.- SITUACIONES DE APRENDIZAJE Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN. TEMPORALIZACIÓN
- 18.-ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS
- 19.- EVALUACIÓN DEL DOCENTE
- 20.- PRUEBA EXTRAORDINARIA PARA LA ADQUISICIÓN DEL TÍTULO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA EN LA ASIGNATURA DE EDUCACIÓN FÍSICA

0.- ESTA PROGRAMACIÓN SE BASA EN LO RECOGIDO EN LAS NORMATIVAS EDUCATIVAS VIGENTES EN EL TERRITORIO ESPAÑOL

Recomendaciones del Parlamento Europeo y del Consejo del 18 de diciembre de 2006 sobre las competencias clave para el aprendizaje permanente (2006/962/ce).

Recomendaciones del Parlamento Europeo y del Consejo del 22 de mayo de 2018 sobre las competencias clave para el aprendizaje permanente.

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la **Ley Orgánica 2/2006**, de 3 de mayo, de Educación, (**LOMLOE**).

Ley 4/2011, de 7 de marzo, de Educación de Extremadura (**LEEX**).

Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las EE.MM de la ESO.

Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.

Decreto 110/2022, de 22 de agosto, por el que se establecen la ordenación y el currículo de Educación Secundaria para la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Decreto 109/2022, de 22 de agosto, por el que se establecen la ordenación y el currículo del Bachillerato para la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Decreto 14/2022, de 18 de febrero, por el que se regulan la evaluación y la promoción de la EP, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la ESO, Bachillerato y la FP en la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Orden de 9 de diciembre de 2022, que regula la evaluación del alumnado en la Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria en Extremadura.

Instrucción n.º 4/2023, de 16 de octubre de 2023, de la Secretaría General de Educación y Formación Profesional, para la recuperación de materias no superadas en las etapas de educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, como consecuencia de la aplicación del Real Decreto 205/2023, de 28 de marzo, por el que se establecen medidas relativas a la Transición entre planes de estudios derivados de la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la ley orgánica 2/2006, de 3 de mayo de educación.

Orden de 3 junio de 2020 por la que se regula el derecho del alumnado a una evaluación objetiva y se establece el procedimiento de revisión y revisión de las calificaciones y de las decisiones de promoción, certificación u obtención del título correspondiente.

Instrucción 2/2015, de la SGA, por la que se concretan determinados aspectos sobre la Atención a la diversidad, según lo establecido en el **decreto 228/2014, de 14 de octubre**, por la que se regula respuesta educativa a la diversidad del alumnado de la Comunidad autónoma de Extremadura.

Instrucción 7/20218, de 9 de febrero, de la SGE, sobre el registro de datos sobre ACNEAE, en Rayuela.

Real decreto 299/96, de 28 de febrero, de ordenación de las acciones dirigidas a la compensación de desigualdades en educación.

Orden de 27 de febrero de 2004 por la que se regula el procedimiento para orientar la respuesta educativa para los alumnos superdotados intelectualmente.

Decreto 50/2007, de 20 de marzo, por el que se establecen los derechos y deberes del alumnado y normas de convivencia en los centros docentes sostenidos con fondos públicos de la comunidad autónoma de Extremadura.

Decreto 142/2005, de 7 de junio, por el que se regula, la prevención, control y seguimiento del absentismo escolar en la comunidad autónoma de Extremadura.

Orden de 19 de diciembre de 2005, por el que se regulan las actuaciones de la Consejería de Educación para la prevención, control y seguimiento del absentismo escolar.

Orden de 15 de junio de 2007 de la Consejería de Educación y Bienestar Social por la que se aprueba el Plan regional para la prevención, control y seguimiento del absentismo escolar en la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Instrucción 10/2009 de la Dirección General de Calidad y Equidad Educativa por la que se establecen los criterios de elaboración de las memorias de actuaciones en absentismo escolar de la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Real Decreto 242/2009, de 27 de febrero, por el se establecen convalidaciones entre las enseñanzas profesionales de Música y Danza y la ESO y el Bachillerato, así como los efectos que sobre la materia de la Educación Física deben tener la condición de deportista de alto nivel o alto rendimiento y las enseñanzas profesionales de danza.

Instrucción 23/2014, de la Secretaría General de Educación, sobre actividades complementarias y extraescolares, organizadas por los centros docentes sostenidos con fondos públicos de la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Instrucción nº1/2023 de la Secretaría General de Educación y Formación Profesional, por la que se regula la realización de intercambios escolares con centros educativos del mismo nivel de otros países, para la formación y perfeccionamiento en otros idiomas oficiales durante el curso 2023/2024.

Real Decreto 83/1996, de 26 de enero, por la que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.

Circular 7/2017, de la Secretaría General de Educación, relativa a la solicitud de copias de pruebas escritas de evaluación.

Circular 8/2017, de 13 de septiembre de 2017, de la Secretaría General de Educación, sobre los deberes escolares.

Circular 9/2017, de 13 de septiembre de 2017, de la Secretaría General de Educación, sobre el desarrollo del protocolo de actuación ante urgencias sanitarias en los centros educativos de Extremadura y otros protocolos relacionados con el referente educativo en salud.

Circular 10/2017, de la Secretaría General de Educación, relativa a las medidas de prevención y promoción de la salud en los centros de los centros de secundaria de la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Circular 1/2022, de 21 de julio, de la Secretaría General de Educación relativa a las comunicaciones llevadas a cabo en los centros educativos y la grabación de imágenes en el marco de la ley orgánica de protección de datos personales y la garantía de derechos digitales. Ç

LOPDGDD, Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de datos personales y garantía de derechos digitales.

Guía para el sector educativo publicada por la Agencia Estatal de Protección de Datos. Orientaciones para la actuación de los centros docentes en los casos de progenitores o tutores legales divorciados o separados o parejas de hecho que han finalizado la convivencia.

Instrucción 17/2023, de la Secretaría General de Educación, por la que se convoca la selección de centros docentes sostenidos con fondos públicos para el desarrollo del programa de Convivencia Escolar “Ayuda entre iguales. Alumnado acompañante. Espacios escolares para la convivencia”.

ORDEN de 24 de marzo de 2023 por la que se regulan los programas de diversificación curricular en los centros docentes que imparten Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Orden de 20 de abril de 2017 por la que se regula el programa de secciones bilingües en centros docentes sostenidos con fondos públicos de la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Guía para la elaboración de la Programaciones didácticas de Secundaria LOMLOE

Instrucción nº 18/2023, de la Secretaría General de Educación, por la que se unifican las actuaciones correspondientes al inicio y desarrollo del curso escolar 2023/2024 en los centros docentes no universitarios sostenidos con fondos públicos de la Comunidad Autónoma de Extremadura que imparten enseñanzas de Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Especial, Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Formación Profesional o Enseñanzas de Régimen Especial.

Instrucción nº 6/2023, de la Secretaría General de Educación y Formación Profesional por la que **se modifica la Instrucción nº 18/2023, de 29 de junio**, de la Secretaría General de Educación, por la que se unifican las actuaciones **correspondientes al inicio y desarrollo del curso escolar 2023/2024** en los centros docentes no universitarios sostenidos con fondos públicos de la Comunidad Autónoma de Extremadura, que imparten enseñanzas de Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Especial, Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional o Enseñanzas de Régimen Especial.

Decreto 75/2015, de 21 de abril, por el que se regula el funcionamiento de las Leyes de apoyo social e Innovación Educativa en los centros docentes sostenidos con fondos públicos de enseñanza no universitaria de la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Instrucción nº 3/2023, de 16 de octubre de 2023, de la Secretaría General de Educación y Formación Profesional, por la que se convoca la selección de proyectos de innovación a desarrollar por los centros educativos pertenecientes a la red de bibliotecas escolares de Extremadura durante el curso 2023/2024.

Instrucciones Generales del Secretario General Técnico de Educación, Ciencia y Tecnología sobre el procedimiento de responsabilidad patrimonial por accidente escolar.

Decreto 16/2019, de 12 de marzo, por el que se regula la instalación de desfibriladores externos automáticos (DEA), en el ámbito no sanitario, la autorización para su uso y la formación asociada al mismo.

ORDEN de 3 de enero de 2022 por la que se desarrolla el procedimiento para la admisión por Idel alumnado de Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y

Bachillerato en centros docentes sostenidos con fondos públicos en la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Decreto 228/2014, de 14 de octubre, por el que se regula la respuesta educativa a la diversidad del alumnado en la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Resolución de 12 de junio de 2023, de la Secretaría General de Educación, por la que se aprueba el calendario escolar para el curso 2023/2024.

Instrucción 5/2022, que actualiza la **Instrucción 2/2021** en la que se publicaba el Plan de Educación y Competencia Digital de Extremadura “**innovated**”.

1. - INTRODUCCIÓN

El ejercicio físico, la actividad física, ha estado presente en el proceso vital del ser humano desde tiempos inmemoriales. Es con el auge y apogeo de la antigua cultura griega donde entra a formar parte de la educación integral del individuo junto con las demás ciencias y saberes. Así es como se reconoce en la actualidad, aceptándose que debe haber una ciencia que se ocupe y preocupe que haya un desarrollo psicofísico armónico y equilibrado entre la población escolar, y esto, precisamente, es lo que persigue la asignatura de Educación Física, la educación del cuerpo y el movimiento a través del propio cuerpo y del propio movimiento.

Hoy, más que nunca, está justificada la presencia de la asignatura de Educación Física en el sistema educativo. El aumento considerable de actitudes sedentarias entre la población escolar, derivando lo que era una intensa actividad física en los primeros años de vida hacia un sedentarismo altamente preocupante con el paso de los años, así como la incidencia cada vez mayor de enfermedades relacionadas con el metabolismo a edades cada vez más tempranas, hace que uno de los ejes fundamentales sobre el que giren los contenidos de la Educación Física sea, precisamente, el fomento y la consolidación de hábitos de vida saludables, entre los que se encuentran la práctica regular de ejercicio físico, entendido como terapia preventiva, cuyos beneficios pueden observarse a todos los niveles: morfológico, cambio en el aspecto físico de la persona compensando los desequilibrios producidos por los quehaceres y malos hábitos diarios; fisiológico, produciendo cambios muy saludables en los diferentes aparatos y sistemas del organismo; psicológico, generando una sensación de bienestar y equilibrio que desemboca en aceptación personal y seguridad en sí mismo.

Para ello habrá que procurar que los alumnos consigan tener claro que no cualquier actividad física es “per se” saludable, es más, la gran repercusión que tiene la actividad física y el deporte en la actualidad, y todo lo que les rodea, hace que broten nuevas tendencias y formas de hacer ejercicio físico que no siempre coinciden, precisamente, con lo que debe ser una praxis que tenga como resultado la buena salud. Por ello, y para intentar evitar los riesgos que esto supone, se pondrá énfasis en las características que debe reunir toda actividad que esté orientada hacia la búsqueda de la salud y el bienestar personal.

Por otra parte, las actividades de Educación Física en la ESO van a dejar de tener un sentido fundamentalmente lúdico, propio de la Educación primaria, para adquirir otras funciones. La mejora de la imagen corporal, por ejemplo, les llevará a sentirse mejor consigo mismo y, en consecuencia, con los demás, facilitando con ello las relaciones sociales así como la aceptación e integración en el grupo. La Educación Física paliará, la mayoría de las veces, problemas de autoestima a través de la mejora en la competencia motriz. De ahí que se preocupe, en esencia, del desarrollo de la misma para aumentar así las posibilidades motrices del alumnado, incidiendo, además, en aspectos cognitivos, expresivos, comunicativos y afectivos.

Hay que ser conscientes de la necesidad de incorporar a la Educación Física todo tipo de conocimientos, destrezas y capacidades que tengan que ver con el cuerpo y su competencia motriz, de forma que estimulen el desarrollo personal a la vez que se procura una mejor calidad de vida. A nivel social, la preocupación por el cuidado del cuerpo y la salud y la mejora de la imagen corporal es cada vez mayor. Si a ello se añade la tendencia a invertir en el ocio y el tiempo libre todo tipo de actividades físico-deportivas y recreativas, se comprenderá mejor la enorme importancia que adquiere la asignatura de Educación Física en la ESO.

La Educación Física en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria da continuidad al trabajo realizado en la etapa anterior y a los retos clave que, en ella, comenzaron a abordarse: conseguir que el alumnado consolide un estilo de vida activo, asiente el conocimiento de la propia corporalidad, disfrute de las manifestaciones culturales de carácter motriz, integre actitudes eco socialmente responsables o afiance el desarrollo de todos los procesos decisionales que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial e indisociable del propio aprendizaje.

Las competencias establecidas en el perfil de la Educación Primaria sientan las bases del Perfil de salida de la enseñanza básica y estas últimas, junto a los objetivos generales de esta etapa, han concretado el marco de actuación para definir una serie de competencias específicas de esta materia. Este nuevo elemento curricular se convierte en el referente que da forma a la nueva Educación Física que se pretende desarrollar: más competencial, actual y alineada con las necesidades de la ciudadanía del siglo XXI de acuerdo a la agenda de 2030

2.- COMPOSICIÓN DEL DEPARTAMENTO

En el curso **2024/25**, el departamento está compuesto por los siguientes miembros:

- **Celia Lorenzo Rodriguez**
- **Daniel Arrabal Crespo**
- **Víctor Vargas Giraldo**
- **Raúl Hernández de la Fuente**
- **Óscar Benito del Sol**
- **María del Mar Murillo Serrano (jefa de departamento)**

La hora semanal de reunión del Departamento será los **miércoles de 18.05 a 19,00**.

3.- INSTALACIONES

El centro dispone de unas instalaciones óptimas, si bien en ocasiones podemos encontrar el inconveniente de la distribución horaria (se dan horas donde coinciden tres o cuatro grupos en nuestra área, contando con dos espacios cubiertos, por lo que en los días de lluvia o donde la programación lo requiere exige la coordinación de los tres/cuatro profesores implicados en dichas horas). Para hacer más fácil este cometido, se ha realizado un cuadrante repartiendo el uso de las instalaciones a lo largo de la semana.

Instalaciones del Centro:

- Gimnasio escolar cubierto, dentro del cual hay otra aula deportiva con rocódromo.

- Pabellón polideportivo cubierto, con 2 aulas con pupitres en su interior.
- 2 pistas polideportivas al aire libre, una de ellas con rocódromo
- Campo de tierra al aire libre con espacio circundante y rocódromo
- Aula Ateca

Otras Instalaciones factibles de utilización:

- Espacios naturales en los alrededores del Centro (parque Castelar, de San Francisco...)
- Gimnasios cercanos
- Parque del río

4.- DEFINICIONES LOMLOE

A efectos de lo dispuesto en este decreto, se entenderá por:

a) **Objetivos:** logros que se espera que el alumnado haya alcanzado al finalizar la etapa y cuya consecución está vinculada a la adquisición de las competencias clave.

b) **Competencias clave:** desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales. Son la adaptación al sistema educativo español de las competencias clave establecidas en la Recomendación del Consejo de la Unión Europea de 22 de mayo de 2018 relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente.

c) **Competencias específicas:** desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia o ámbito. Las competencias específicas constituyen un elemento de conexión entre, por una parte, el Perfil de salida del alumnado y, por otra, los saberes básicos de las materias o ámbitos y los criterios de evaluación

d) **Conexiones entre competencias:** relaciones relevantes entre las competencias específicas de cada materia, con las de otras materias y con las competencias clave, orientadas a promover aprendizajes globalizados, contextualizados e interdisciplinares.

e) **Saberes básicos:** conocimientos, destrezas y actitudes que constituyen los contenidos propios de una materia o ámbito y cuyo aprendizaje es necesario para la adquisición de las competencias específicas.

f) **Criterios de evaluación:** referentes que indican los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia o ámbito en un momento determinado de su proceso de aprendizaje.

g) **Situaciones de aprendizaje:** situaciones y actividades que implican el despliegue por parte del alumnado de actuaciones asociadas a competencias clave y competencias específicas, y que contribuyen a la adquisición y desarrollo de las mismas, lo que les permitirán transferirlas a los entornos cercanos, a la realidad y sus intereses, favoreciendo su desarrollo mediante la movilización y articulación de un conjunto de saberes.

5.- OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

De conformidad con el artículo 7 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que le permita:

- a) **Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos**, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre hombres y mujeres 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 tanto individual como en equipo** como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas de 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 adquirir, con sentido crítico, 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 e historia propias y las de otros**, así como el patrimonio artístico y cultural, en especial el de nuestra comunidad.
- k) **Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros**, 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 y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medioambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.
- l) **Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación**.

6.- PERFIL DE SALIDA

El Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica es la herramienta en la que se concretan los principios y los fines del sistema educativo español referidos a dicho periodo. Identifica y define, en conexión con los retos del siglo XXI, así como los retos recogidos en el documento Key Drivers of Curricula Change in the 21st Century de la Oficina Internacional de Educación de la UNESCO, así como los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en septiembre de 2015



Producido en colaboración con TROLLBACK COMPANY | TheGlobalGoals@trollback.com | +1.212.529.1010
Para cualquier duda sobre la utilización, por favor comuníquese con: dg@compagnie.org

Se quiere garantizar que todo alumno o alumna que supere con éxito la enseñanza básica y, por tanto, alcance el Perfil de salida sepa activar los aprendizajes adquiridos para responder a los principales desafíos a los que deberá hacer frente a lo largo de su vida:

- Desarrollar una actitud responsable a partir de la toma de conciencia de la degradación del medioambiente y del maltrato animal basada en el conocimiento de las causas que los provocan, agravan o mejoran, desde una visión sistémica, tanto local como global.
- Identificar los diferentes aspectos relacionados con el consumo responsable, valorando sus repercusiones sobre el bien individual y el común, juzgando críticamente las necesidades y los excesos y ejerciendo un control social frente a la vulneración de sus derechos.
- Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella, asumiendo la responsabilidad personal y social en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas, así como en la promoción de la salud pública.
- Desarrollar un espíritu crítico, empático y proactivo para detectar situaciones de inequidad y exclusión a partir de la comprensión de las causas complejas que las originan.
- Entender los conflictos como elementos connaturales a la vida en sociedad que deben resolverse de manera pacífica.

- Analizar de manera crítica y aprovechar las oportunidades de todo tipo que ofrece la sociedad actual, en particular las de la cultura en la era digital, evaluando sus beneficios y riesgos y haciendo un uso ético y responsable que contribuya a la mejora de la calidad de vida personal y colectiva.
- Aceptar la incertidumbre como una oportunidad para articular respuestas más creativas, aprendiendo a manejar la ansiedad que puede llevar aparejada.
- Cooperar y convivir en sociedades abiertas y cambiantes, valorando la diversidad personal y cultural como fuente de riqueza e interesándose por otras lenguas y culturas.
- Sentirse parte de un proyecto colectivo, tanto en el ámbito local como en el global, desarrollando empatía y generosidad.
- Desarrollar las habilidades que le permitan seguir aprendiendo a lo largo de la vida, desde la confianza en el conocimiento como motor del desarrollo y la valoración crítica de los riesgos y beneficios de este último

7.- COMPETENCIAS CLAVES Y DESCRIPTORES OPERATIVOS

Con carácter general, debe entenderse que la consecución de las competencias y los objetivos previstos en la LOMLOE para las distintas etapas educativas está vinculada a la adquisición y al desarrollo de las competencias clave recogidas en este Perfil de salida, y que de acuerdo con el artículo 11 del Real Decreto 217/2022, son las siguientes:

— Competencia en comunicación lingüística

La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita o signada de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, signados, escritos, audiovisuales o multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa.

La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la signación o la escritura para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.

En Educación Física, la rica terminología existente y la diversidad de conceptos e ideas básicas usadas y transmitidas durante la práctica y organización de la actividad física y el deporte propician, implícitamente, una mejora indudable en este dominio.

El aprendizaje y práctica de la Educación Física precisa de intercambios comunicativos que favorezcan la transmisión de información de manera eficaz, contribuyendo a su vez a la adquisición del vocabulario propio del área.

— Competencia plurilingüe

La competencia plurilingüe implica utilizar distintas lenguas, orales o signadas, de forma apropiada y eficaz para el aprendizaje y la comunicación. Esta competencia supone reconocer y respetar los perfiles lingüísticos individuales y aprovechar las experiencias propias para desarrollar estrategias que permitan mediar y hacer transferencias entre lenguas, incluidas las clásicas, y, en su caso, mantener y adquirir destrezas en la lengua o lenguas familiares y en las lenguas oficiales. Integra, asimismo, dimensiones históricas e interculturales orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el objetivo de fomentar la convivencia democrática.

En caso de este centro, bilingüe de inglés, en el que participamos de forma activa en los cursos de 1º, 2º, 4º de ESO y 1º de Bachillerato FAVORECEMOS DIRECTAMENTE:

- **Mantener conversaciones en otras lenguas sobre temas cotidianos en distintos contextos.**
- **Producir textos escritos de diversa complejidad para su uso en situaciones cotidianas o de asignaturas diversas.**
- **Utilizar los conocimientos sobre la lengua para buscar información y leer textos relacionados con los contenidos a tratar y que se recogen en esta programación.**

— Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible.

La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos.

La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social.

La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo a las necesidades o deseos humanos en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.

El seguimiento adecuado de los diferentes parámetros físicos y fisiológicos presentes en todo programa de acondicionamiento físico y el propio control de las intensidades de trabajo durante cualquier sesión de ejercicio físico o actividad deportiva implica la adquisición, el dominio y el desarrollo de conocimientos matemáticos y científicos, así como de los nuevos recursos tecnológicos.

El aprendizaje de la Educación Física va a contribuir al desarrollo de esta competencia en la medida en que contextualiza la resolución de problemas en situaciones cotidianas. Las situaciones que plantea pueden desarrollarse con la realización de cálculos; la utilización de números, interpretando informaciones, datos, argumentaciones y realizando razonamientos de lógica matemática sobre orden, secuencias, cantidades, distancias... Además, la adquisición de hábitos saludables por medio de la práctica física (mediciones de IMC, cálculo de calorías...) y la posibilidad de su realización en el entorno natural hacen de la Educación Física un elemento fundamental para el tratamiento de esta competencia.

— Competencia digital

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable, de las tecnologías digitales para el aprendizaje, en el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas.

Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

En estos tiempos los alumnos van a tener a su disposición una gran cantidad de material digital que les facilitará la realización y el control de sus actividades físicas y que van a tener que aprender a manejar. Este incremento en la competencia digital se verá facilitado por los conocimientos previos que poseen de los diversos dispositivos tecnológicos de uso común en la actualidad.

Además, la Educación Física favorece el desarrollo de una actitud crítica hacia los mensajes y estereotipos referidos al cuerpo y su imagen, procedentes de los medios de comunicación de masas y de las redes sociales.

A su vez, el uso de aparatos tecnológicos (GPS, APPS...) para medir diferentes variables asociadas a la práctica deportiva y la búsqueda de información a través de medios digitales, permitirá:

- Emplear distintas fuentes para la búsqueda de información.
- Seleccionar el uso de las distintas fuentes según su fiabilidad.
- Elaborar información propia derivada de la obtenida a través de medios tecnológicos.
- Comprender los mensajes que vienen de los medios de comunicación.
- Utilizar los distintos canales de comunicación audiovisual para transmitir informaciones diversas.
- Manejar herramientas digitales para la construcción de conocimiento.
- Actualizar el uso de las nuevas tecnologías para mejorar el trabajo y facilitar la vida diaria.

— Competencia personal, social y de aprender a aprender

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la habilidad de reflexionar sobre uno mismo, para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye la habilidad de hacer frente a la incertidumbre y la complejidad, adaptarse a los cambios, aprender a aprender, contribuir al propio bienestar físico y emocional, conservar la salud física y mental, y ser capaz de llevar una vida saludable y orientada al futuro, expresar empatía y gestionar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo.

En Educación Física, el empleo de técnicas de enseñanza en las que se les dota a los alumnos de herramientas pedagógicas adecuadas y de mayor protagonismo en el proceso

de mejora y consolidación de su competencia motriz, provocará en ellos mayor curiosidad y motivación, hacia la resolución de los problemas motrices planteados.

Durante este proceso de búsqueda la Educación Física puede contribuir decisivamente a la adquisición de esta competencia. Su adquisición facilitará la transferencia de aprendizajes de unas actividades a otras, la capacidad de elegir y utilizar determinados recursos en la realización de actividades físicas o deportivas, o, incluso, la propia planificación u organización a medio y largo plazo de estas actividades. La actividad física propia de esta área, favorece la construcción del autoconcepto por medio de la aceptación de las propias posibilidades y carencias, partiendo del aprendizaje motor para su transferencia a actividades motrices más complejas.

El establecimiento de metas alcanzables, cuya consecución generará autoconfianza, ayudará a fortalecer un equilibrio emocional en el alumnado que favorezca el desarrollo de herramientas para estimular el pensamiento y la planificación y evaluación de sus propios aprendizajes.

— Competencia ciudadana

La competencia ciudadana permite actuar como ciudadanos responsables y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los conceptos y las estructuras sociales, económicas, jurídicas y políticas, así como en el conocimiento de los acontecimientos mundiales y el compromiso activo con la sostenibilidad y el logro de una ciudadanía mundial. Incluye la alfabetización cívica, la adopción consciente de los valores propios a una cultura democrática fundada en el respeto a los derechos humanos, la reflexión crítica acerca de los grandes problemas éticos de nuestro tiempo, y el desarrollo de un estilo de vida sostenible acorde con los Objetivos de Desarrollo Sostenible planteados en la Agenda 2030

Los contenidos de esta materia suponen un terreno abonado para la adquisición de habilidades sociales. La diversidad de situaciones que se producen en este contexto va a favorecer la cooperación, la integración, la igualdad y la confianza entre unos y otros, así como el respeto hacia el contrario en tareas motrices de oposición sujetas a reglas. Estas vivencias psico-sociales ayudarán a los alumnos a interiorizar unos elementos imprescindibles para la convivencia e integración social, en definitiva, para una incorporación equilibrada al tejido social en general y para el respeto por el juego limpio en particular.

Las actividades físicas, fundamentalmente las que se realizan de forma colectiva, contribuyen al desarrollo de actitudes de integración y respeto, así como a generar situaciones de convivencia, cooperación y solidaridad.

El respeto a las normas y reglas del juego, tendrán una transferencia directa hacia el reconocimiento de los códigos de conducta que rigen la convivencia ciudadana.

Así mismo, la resolución de conflictos propios de situaciones competitivas ayudará a desarrollar aspectos como la negociación o el diálogo.

Esta área contribuirá a la reflexión crítica acerca de fenómenos sociales como el deporte-espectáculo que, en ocasiones puede generar situaciones de violencia o contrarias a la dignidad humana, así como el acercamiento al deporte popular como medio para desarrollar el asociacionismo y las iniciativas ciudadanas.

Se intentará conseguir entre otros:

- **Aplicar derechos y deberes de la convivencia ciudadana en el contexto de la escuela.**
- **Desarrollar la capacidad de diálogo con los demás en situaciones de convivencia y trabajo y para la resolución de conflictos.**
- **Mostrar disponibilidad para la participación activa en ámbitos de colaboración establecidos.**
- **Concebir una escala de valores propia y actuar conforme a ella.**
- **Reconocer riqueza en la diversidad de opiniones e ideas.**
- **Evidenciar preocupación por los más desfavorecidos y respeto a los distintos ritmos y potencialidades.**
- **Involucrarse o promover acciones con un fin social**

— Competencia emprendedora

La competencia emprendedora implica desarrollar un enfoque vital dirigido a actuar sobre oportunidades e ideas, utilizando los conocimientos específicos necesarios para generar resultados de valor para otros. Aporta estrategias que permitan adaptar la mirada para detectar necesidades y oportunidades; entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y despertar la disposición a aprender, a arriesgar, a afrontar la incertidumbre, tomar decisiones basadas en la información y el conocimiento y colaborar de manera ágil con otras personas, con motivación, empatía, habilidades de comunicación y de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos sostenibles de valor social, cultural y financiero.

Las actuaciones en Educación Física deben encaminarse hacia el fomento de la autonomía y la iniciativa personal. El protagonismo que el alumnado tenga en el desarrollo de las diferentes sesiones de clase, así como el sentido utilitario que le encuentren a las actividades que forman parte de las mismas, se convierten en factores básicos para consolidar esta competencia. A partir de ese momento, los alumnos podrán tomar la iniciativa en la planificación, organización y toma de decisiones de sus propias actividades físicas o deportivas.

El liderazgo a la hora de contagiar entusiasmo o delegar funciones en los compañeros y compañeras será la clave a la hora de desarrollar actividades de equipo. Las situaciones deportivas, llevarán al alumnado a tomar decisiones en las que la asunción de riesgos y la aceptación de responsabilidades serán inevitables.

— Competencia en conciencia y expresión culturales

La competencia en conciencia y expresión culturales implica comprender y respetar la forma en que las ideas y el significado se expresan de forma creativa y se comunican en las distintas culturas, así como a través de una serie de artes y otras manifestaciones culturales. Implica esforzarse por comprender, desarrollar y expresar las ideas propias y un sentido de pertenencia a la sociedad o de desempeñar una función en esta en distintas formas y contextos, así como el enriquecimiento de la identidad a través del diálogo intercultural.

La Educación Física contribuirá, de forma decisiva, a la adquisición de esta competencia por medio de los contenidos relacionados con la motricidad humana y sus diversas formas de

creación y expresión artística, verdadero muestrario de nuestra diversidad sociocultural. También forman parte de esta diversidad los juegos y deportes tradicionales y populares, las manifestaciones deportivas, así como las diferentes formas de expresión y comunicación corporal propias de cada cultura. Su práctica y estudio favorecerá la adquisición de una conciencia crítica, donde no falte el análisis y la reflexión sobre las actuaciones y situaciones contrarias a los valores que el espíritu deportivo representa, así como una actitud abierta y respetuosa hacia el hecho cultural. Para una adquisición eficaz de las competencias y su integración efectiva en el currículo, deberán diseñarse actividades de aprendizaje integradas que permitan al alumnado avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.

No existe jerarquía entre ellas, ni puede establecerse una correspondencia exclusiva con una única área, ámbito o materia, sino que todas se concretan en los aprendizajes de las distintas áreas, ámbitos o materias

Descriptorios operativos de las competencias clave de la Educación Secundaria Obligatoria

Se ha definido para cada una de ellas un conjunto de descriptorios operativos, partiendo de los diferentes marcos europeos de referencia existentes. Los descriptorios operativos de las competencias clave constituyen, junto con los objetivos de la etapa, el marco referencial a partir del cual se concretan las competencias específicas de cada área, ámbito o materia.

Competencia en comunicación lingüística (CCL)

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 Plurilingüe

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 matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería STEM

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...), 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 medioambiente 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

Competencia Digital

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 personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)

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 Ciudadana

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 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

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 Emprendedora

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

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

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

Competencia en conciencia y expresión culturales CCEC

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.

8.- SABERES BÁSICOS

Alcanzar los retos del siglo XXI de manera interdisciplinaria requiere que la materia de Educación Física determine de manera muy clara la conexión de los saberes que se han de desarrollar en esta etapa.

Tomando como referencia la evolución de los dominios de acción motriz y de las conductas psicomotrices y sociomotrices de la motricidad humana, el currículo de la materia de Educación Física se organiza en torno a seis bloques de saberes básicos.

La selección se ha realizado en función de las aportaciones que puede realizar cada uno de ellos para el desarrollo de las competencias específicas.

Por ello dichos saberes se deben tomar como el punto de partida básico, de manera que el docente pueda ajustarlos a las necesidades de su realidad en el proceso de concreción curricular y ampliarlos.

Estos bloques deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas y diversificadas. Como consecuencia de ello, las unidades didácticas o proyectos que se diseñen deberán evitar estar centrados exclusivamente en un único bloque,

tratando de integrar diferentes saberes para poder contribuir de manera integral y significativa al desarrollo de las competencias específicas.

Bloque A. Vida activa y saludable

Aborda los tres componentes de la salud física, mental y social, a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos de práctica físico-deportiva, rechazando comportamientos antisociales o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos.

1º y 2º de ESO

3º y 4º de ESO

A.1. Salud física	A.1.2.1. Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Análisis y reflexión.	A.1.4.1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Análisis de las adaptaciones que produce la actividad física
	A.1.2.2. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.	A.1.4.2. Autorregulación y planificación del entrenamiento.
	A.1.2.3. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos.	A.1.4.3. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica alimentos no saludables y similares).
	A.1.2.4. Educación postural: técnicas básicas de control postural y relajación.	A.1.4.4. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares.
	A.1.2.5. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.	A.1.4.5. Pautas y prevención para tratar el dolor muscular de origen retardado.
	A.1.2.6. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura	A.1.4.6. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).
	A.1.2.7. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Puesta en práctica y diseño.	A.1.4.7. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Puesta en práctica y diseño
		A.1.4.8. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.
A.2. Salud social	A.2.2.1. Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales	A.2.4.1. Suplementación y dopaje en el deporte.
	A.2.2.2. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz.	A.2.4.2. Análisis crítico y soluciones ante estereotipos corporales, de género y competencia motriz
	A.2.2.3. Comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte	A.2.4.3. Riesgos y condicionantes éticos en el deporte y la práctica de actividad física.
A.3. Salud mental	A.3.2.1. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.	A.3.4.1. Exigencias y presiones de la competición.
	A.3.2.2. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Propuestas prácticas.	A.3.4.2. Actividades físicas y propuestas prácticas que fomentan el disfrute, la liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Ajustes personalizados.
	A.3.2.3. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.	A.3.4.3. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación.
	A.3.2.4. Trastornos alimenticios.	A.3.4.4. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.
		A.3.4.5. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros).
		A.3.4.6. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y el deporte.

BLOQUE B Organización y Gestión de la E.F

Aborda cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores, además de la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.

	1º y 2º de ESO	3º y 4º de ESO
B.1. Elección de la práctica física	B.1.2.1. Gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.	B.1.4.1. 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.
B.2. Preparación de la actividad motriz	B.2.2.1. Autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte. B.2.2.2. Uso responsable del material deportivo.	B.2.4.1. Uso alternativo del material convencional, reciclado o autoconstruido con diferentes fines y objetivos. B.2.4.2. Mantenimiento y reparación de material deportivo.
B.3. Higiene	B.3.2.1. Higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.	B.3.4.1. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física
B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motrices	B.4.2.1. Establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.	B.4.4.1. Establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto o proceso de trabajo.
	B.4.2.2. Uso de herramientas digitales para la organización de la actividad física.	B.4.4.2. Uso de instrumentos o técnicas de coevaluación y autoevaluación de los procesos de aprendizaje y proyectos como medio de autorregulación.
	B.4.2.3. Planificación y puesta en práctica de proyectos y propuestas deportivo-motrices sencillos. Funciones y responsabilidades.	B.4.4.3. Uso de herramientas digitales para la gestión y planificación de la actividad física.
		B.4.4.4. Fases de planificación, proyectos y procesos de trabajo deportivo-motrices: análisis inicial, objetivos, diseño, recursos, aplicación, control y evaluación del proceso y resultados.
B.5. Proyección de accidentes en prácticas motrices	B.5.2.1. Calzado deportivo y ergonomía.	B.5.4.1. Gestión del riesgo propio y del de los demás en situaciones reales y en diversos contextos.
	B.5.2.2. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.	B.5.4.2. Medidas colectivas de seguridad dentro y fuera del entorno escolar.
B.6. Actuaciones básicas ante accidentes	B.6.2.1. Cadena de supervivencia. Soporte Vital Básico (SVB). Actuaciones básicas.	B.6.4.1. Soporte vital básico (SVB) dentro de la cadena de supervivencia. Actuaciones.
	B.6.2.2. Técnica PAS (proteger, avisar, socorrer).	B.6.4.2. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo de uso.
	B.6.2.3. Protocolo de aviso al 112. Pautas.	B.6.4.3. Protocolo y puesta en práctica de RCP (reanimación cardiopulmonar). Algoritmo de RCP.
	B.6.2.4. Protocolo y puesta en práctica de RCP (reanimación cardiopulmonar).	B.6.4.4. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (señales de ictus y similares).
	B.6.2.5. Actuaciones básicas antes los accidentes o lesiones más comunes en la vida diaria.	B.6.4.5. Actuaciones y prevención ante accidentes deportivos más comunes.
		B.6.4.6. Actuaciones ante obstrucciones de vías aéreas (maniobra de Heimlich).

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

Aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.

C.6. Espacios

	<p>C.6.2.1. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma.</p>	<p>C.6.4.1. Barreras físicas, sensoriales y cognitivas en edificaciones y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física</p>
<h3>C.5. Creatividad motriz.</h3>	<p>C.5.2.1. Resolución de retos y situaciones-problema de forma eficaz y original, tanto individualmente como en grupo.</p>	<p>C.5.4.1. Creación de retos y resolución de forma eficaz de situaciones-problema de acuerdo a los recursos disponibles en diferentes contextos.</p>
<h3>C.4. Habilidades motrices específicas.</h3>	<p>C.4.2.1. Desarrollo de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas</p> <p>C.4.2.2. Uso de instrumentos o técnicas de coevaluación y autoevaluación de la solución motriz como medio de autorregulación.</p>	<p>C.4.4.1. Aplicación de forma eficaz de las habilidades específicas a los requerimientos técnico-tácticos en situaciones motrices o deportivas</p> <p>C.4.4.2. Profundización, identificación y corrección de errores comunes</p> <p>C.4.4.3. Uso de instrumentos o técnicas de coevaluación y autoevaluación de la solución motriz como medio de autorregulación. Búsqueda de soluciones</p>
<h3>C.3. Capacidades condicionales.</h3>	<p>C.3.2.1. Desarrollo integral de las capacidades físicas básicas.</p> <p>C.3.2.2. Autoevaluación de la condición física como medio de gestión del esfuerzo y límites personales.</p>	<p>C.3.4.1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas más relacionadas con la mejora de la salud.</p> <p>C.3.4.2. Autoevaluación y coevaluación de la condición física como medio de conocimiento de los límites personales. Reflexión crítica y búsqueda de solución</p> <p>C.3.4.3. Planificación básica a corto y medio plazo para el desarrollo y mantenimiento de las capacidades físicas básicas asociadas a la salud personal.</p> <p>C.3.4.4. Análisis y aplicación básica de los sistemas de entrenamiento en el desarrollo de las diferentes situaciones motrices o deportivas.</p>
<h3>C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica</h3>	<p>C.2.2.1. Integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.</p>	<p>C.2.4.1. Integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente y su puesta en práctica.</p> <p>C.2.4.2. Uso de instrumentos o técnicas de coevaluación y autoevaluación de la solución motriz como medio de autorregulación.</p>
<h3>C.1. Toma de decisiones</h3>	<p>C.1.2.1. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales y temporales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.</p> <p>C.1.2.2. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción-tarea en situaciones prácticas cooperativas y colaborativas, con o sin oposición.</p> <p>C.1.2.3. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario actuando en consecuencia en diferentes situaciones motrices prácticas con o sin interacción con un móvil</p> <p>C.1.2.4. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones motrices prácticas de oposición.</p> <p>C.1.2.5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en la práctica de situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p>	<p>C.1.4.1. Búsqueda y práctica de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas y problemas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.</p> <p>C.1.4.2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/ tarea en situaciones prácticas cooperativas y colaborativas, con o sin oposición</p> <p>C.1.4.3. Búsqueda y aplicación 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 o compañeros, además del resultado, en situaciones motrices individuales o colectivas prácticas, con o sin interacción con un móvil.</p> <p>C.1.4.4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones motrices prácticas de oposición individual o colectiva.</p> <p>C.1.4.5. Delimitación y puesta en práctica 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>

Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

Se centra, por un lado, en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, mientras que, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones constructivas entre los participantes en este tipo de contextos motrices.

1º y 2º de ESO

3º y 4º de ESO

D.1. Gestión emocional.	D.1.2.1. Identificación y gestión del estrés en situaciones motrices (sensaciones, indicios y manifestaciones).	D.1.4.1. Control de estados de ánimo y aplicación de estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.
	D.1.2.2. Estrategias prácticas de autorregulación individual del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.	D.1.4.2. Conocimiento, práctica y autovaloración de las habilidades volitivas y capacidad de superación en situaciones motrices.
	D.1.2.3. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físicodeportivos.	D.1.4.3. Perseverancia y tolerancia a la frustración
D.2. Habilidades sociales	D.2.2.1. Desarrollo de conductas prosociales en diferentes situaciones motrices y deportivas.	D.2.4.1. Adquisición y aplicación de estrategias de negociación y mediación en contextos motrices y deportivos.
D.3. Respeto a las normas.	D.3.2.1. Conocimiento y aceptación de las reglas de juego como elemento de integración social.	D.3.4.1. Valoración en la aplicación de las reglas de juego como elemento de integración social
	D.3.2.2. Realización de funciones de arbitraje deportivo.	D.3.4.2. Realización de funciones de arbitraje deportivo.
		D.3.4.3. Establecimiento de normas y sanciones como mecanismo de autorregulación
		D.3.4.4. Juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
D.4. Convivencia.	D.4.2.1. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas).	D.4.4.1. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). Búsqueda y aplicación de soluciones en contextos reales
	D.4.2.2. Asertividad y autocuidado.	D.4.4.2. Asertividad y autocuidado.

Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz.

Abarca tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.

	1º y 2º de ESO	3º y 4º de ESO
E.1. Cultura motriz	E.1.2.1. Aportaciones del movimiento y la cultura motriz a la herencia cultural de Extremadura.	E.1.4.1. Aportaciones del movimiento y la cultura motriz a la herencia cultural de Extremadura.
	E.1.2.2. Los juegos motrices y las danzas y bailes como manifestación de la interculturalidad. Puesta en práctica.	E.1.4.2. Los juegos, deportes, las danzas y bailes como señas de identidad cultural. Puesta en práctica y análisis crítico reflexivo.
	E.2.2.1. Conocimiento y práctica básica de diferentes lenguajes corporales.	E.2.4.1. Conocimiento y práctica de diferentes lenguajes corporales. La eliminación de la palabra.
	E.2.2.2. Técnicas básicas de expresión corporal y de interpretación (juego expresivo, estados de ánimo, representaciones de la vida cotidiana, imitaciones, mímica o similares en su práctica).	E.2.4.2. Técnicas específicas de expresión corporal y de interpretación (mimo, pantomima, juegos de rol, improvisación, clown, teatro, performance)
	E.2.2.3. Expresión y comunicación de sentimientos y emociones en diferentes contextos reales o imaginados (creación de historias, improvisaciones de resolución de conflictos o similares).	E.2.4.3. Toma de conciencia y análisis de la capacidad expresiva en el trabajo de cuerpo, espacio, tiempo e intensidad.
	E.2.2.4 La creatividad como base de expresión corporal.	E.2.4.4. La creatividad como base de expresión corporal.
	E.2.2.5 Importancia de la Educación emocional en la sociedad: mejora a través de las actividades artístico-expresivas.	E.2.4.5. Importancia de la Educación emocional en la sociedad: mejora a través de las actividades artístico-expresivas.
E.2. Usos comunicativos de la corporalidad		E.2.4.6. Análisis crítico de aspectos de comunicación no verbal que se pueden observar en las redes sociales y medios de comunicación.
E.3. Actividades rítmico-musicales	E.3.2.1. Práctica de actividades rítmico-musicales sin y con carácter artístico-expresivo (danzas regionales y populares de Extremadura y del mundo, bailes, actividades rítmicas dirigidas o similares).	E.3.4.1. Práctica, análisis y creación de actividades rítmico-musicales sin y con carácter artístico-expresivo (danza contemporánea, urbana, creativa, experimental o similares).
	E.3.2.2. Organización de actividades rítmico-musicales sencillas, con o sin carácter expresivo, individuales o grupales	E.3.4.2. Organización de espectáculos, y eventos artístico-expresivos.
E.4. Deporte y perspectiva de género	E.4.2.1. Medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad.	E.4.4.1. Análisis de la historia del deporte desde la perspectiva de género
	E.4.2.2. Presencia y relevancia de figuras del deporte.	E.4.4.2. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Posibles actuaciones
	E.4.2.3. Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.	E.4.4.3. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.
		E.4.4.4. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos, técnicas y otras). Análisis crítico.
Influencia del deporte	E.5.2.1. El deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.	E.5.4.1. Deporte e intereses políticos y económicos.

Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

Incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

1º y 2º de ESO

3º y 4º de ESO

F.1. Normas de uso

F.1.2.1. Respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos, para una movilidad segura, saludable, sostenible y accesible	F.1.4.1. Respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos, para una movilidad segura, saludable, sostenible y accesible.
F.1.2.2. Respeto y normas de uso de los espacios e instalaciones urbanos y naturales de práctica motriz.	F.1.4.2. Respeto, normas de uso y alternativas en los espacios e instalaciones urbanos y naturales de práctica motriz.
F.1.2.3. Respeto a las normas internas en la práctica de diferentes actividades deportivas en el medio natural (reglamento de senderos, campismo, vías de escalada, etc.) y el entorno donde se realizan.	F.1.4.3. Práctica y organización de actividades en el medio natural y urbano respetando y asumiendo las normas internas de las mismas como principio general (normas de acampada, uso de ríos o masas de agua, señalización, materiales, etc.).

F.2. Nuevos espacios y prácticas deportivas

F.2.2.1. Utilización de espacios urbanos (parkour, skate u otras manifestaciones similares) y naturales: terrestres, acuáticos y aéreos (senderos, circuitos BMX, vías verdes, zonas de acampada y pernocta, rocas, media montaña, ríos, pantanos y similares) desde la motricidad.	F.2.4.1. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares) y naturales: terrestres, acuáticos y aéreos (vías de escalada, orientación, campismo, espeleología, circuitos XC, vías ferratas, vías cicloturistas, barrancos, deportes de deslizamiento y similares).
F.2.2.2. Organización de actividades sencillas de aprovechamiento del entorno natural y urbano próximo.	F.2.4.2. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano. Puesta en práctica.

F.3. Análisis del riesgo

F.3.2.1. Medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y consecuencias graves de su omisión para quienes los usan.	F.3.4.1. Análisis y gestión del riesgo propio y el de los demás en el medio natural y urbano.
	F.3.4.2. Medidas colectivas e individuales de seguridad.

F.4. Consumo responsable

F.4.2.1. Reducción, reutilización y reciclaje de materiales minimizando el impacto de la práctica motriz en el entorno.	F.4.4.1. Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
F.4.2.2. Autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.	F.4.4.2. Autoconstrucción o uso alternativo de materiales para la práctica motriz.

F.5. Cuidado del entorno

F.5.2.1. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano	F.5.4.1. Concienciación sobre el cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano
F.5.2.2. Alternativas de movilidad sostenible adecuadas al contexto (bicicleta, patines, patinetes no eléctricos...).	F.5.4.2. Movilidad sostenible adecuada al contexto. Posibilidades y alternativas de desplazamiento en el entorno cercano (bicicleta, patines, patinete no eléctrico...)

9.-COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

9.- COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

9.- COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Competencia Específica 1

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, haciendo un uso saludable de su tiempo libre y mejorando su calidad de vida.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º y 2º ESO

Criterio 1.1. Establecer, organizar y poner en práctica secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal

Criterio 1.2. Comenzar a incorporar, con progresiva autonomía, procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

Criterio 1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente

Criterio 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.

Criterio 1.5. Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.

Criterio 1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 3º y 4º ESO

Criterio 1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.

Criterio 1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, desarrollo y mantenimiento de las capacidades físicas básicas, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

Criterio 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, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

Criterio 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.

Criterio 1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.

Criterio 1.6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.

Competencia Específica 2

2. Adaptar y mejorar, con progresiva autonomía, 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, consolidando actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º y 2º ESO

Criterio 2.1. Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición y estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

Criterio 2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera, y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.

Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 3º y 4º ESO

Criterio 2.1. Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

Criterio 2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación.

Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.

Criterio 2.4. Expresar la comprensión de la actuación en diferentes situaciones motrices reales o adaptadas reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos a través de la autoevaluación y coevaluación.

C. Específica 3

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre los 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 1º y 2º ESO

Criterio 3.1. Identificar y aplicar las capacidades físicas y habilidades motrices necesarias para el desarrollo eficaz en situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición.

Criterio 3.2. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros.

Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos papeles asignados y responsabilidades.

Criterio 3.4. Hacer uso, con progresiva autonomía, de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 3º y 4º ESO

Criterio 3.1. Resolver eficazmente situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición, aplicando los elementos técnico-tácticos necesarios para el desarrollo de diferentes prácticas físico-deportivas.

Criterio 3.2. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros.

Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de funciones, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

Criterio 3.4. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

C. Específica 4

4. Practicar, analizar y valorar las distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento, profundizando en las consecuencias de la práctica motriz y del deporte como fenómenos sociales, y analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que los rodean, con una visión realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º y 2º ESO

Criterio 4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

Criterio 4.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.

Criterio 4.3. Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical.

Criterio 4.4. Valorar positivamente la importancia que las actividades artístico-expresivas tienen en la mejora de la inteligencia emocional

Criterio 4.5. Identificar los aspectos positivos y negativos de la comunicación no verbal observados en las redes sociales y medios de comunicación

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 3º y 4º ESO

Criterio 4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.

Criterio 4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.

Criterio 4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.

Criterio 4.4. Valorar positivamente la importancia que las actividades artístico-expresivas tienen en la mejora de la inteligencia emocional y su contribución al crecimiento de nuestra sociedad.

Criterio 4.5. Adoptar una postura crítica ante los aspectos negativos de comunicación no verbal que se pueden observar en las redes sociales y medios de comunicación, actuando adecuadamente para evitar que se produzcan.

C. Específica 5

5. Practicar actividades físico-deportivas saludables en el entorno natural y urbano, adoptando e integrando un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable, aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas según el entorno, así como desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y así contribuir activamente a la conservación del medio.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º y 2º ESO

Criterio 5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, terrestres, acuáticos o aéreos, valorándolas y disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.

Criterio 5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

Criterio 5.3. Colaborar y cooperar en el diseño y organización de actividades sencillas que permitan aprovechar el espacio natural y urbano cercano, respetando y asumiendo las fases de trabajo y las responsabilidades asignadas.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 3º y 4º ESO

Criterio 5.1. Participar en las actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, terrestres, acuáticos o aéreos, valorándolas y disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

Criterio 5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

10.-CARACTERÍSTICAS, INSTRUMENTOS Y HERRAMIENTAS DE LA EVALUACIÓN INICIAL

Según lo redactado en la instrucción n. °14/2022, de 27 de junio en las cuestiones concernientes a la evaluación, en **todos los centros docentes, que impartan Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria, la jefatura de estudios dispondrá que, antes de transcurrido un mes desde el inicio de las actividades lectivas, el equipo docente de cada grupo de alumnos**

celebre una sesión de evaluación inicial, donde se valorará el grado de dominio alcanzado de las competencias adquiridas por cada alumno en las distintas áreas o materias, así como los problemas de aprendizaje detectados. Esta evaluación inicial, completada con el análisis de los datos e informaciones recibidas del tutor o de la tutora del curso anterior, **será el punto de referencia** que permita **ajustar las programaciones didácticas** para adecuarlas a las características y conocimientos del alumnado. En cualquier caso, la evaluación inicial **no comportará calificaciones** y de su resultado se dará la oportuna información a las familias. Asimismo, a la vista de su resultado, el equipo docente, asesorado por los servicios de orientación, adoptará las oportunas medidas de atención a la diversidad con el alumnado que las precise.

En cuanto a la Educación Física, se fijan como objetivos:

1. Conocer el nivel de adherencia a un estilo de vida saludable (actividad física regular y dieta equilibrada).
2. Conocer posibles patologías que puedan afectar a la práctica de actividad física.
3. Determinar el nivel de condición física (estado de las capacidades físicas vinculadas a la salud),
4. Detectar posibles alteraciones de la postura (escoliosis, hipercifosis, hiperlordosis).
5. Conocer las expectativas que tienen hacia la asignatura de Educación Física.

Características: sencilla, económica y fiable.

Instrumentos: cuestionarios (cuestionario KIDMED, cuestionario de actividad física PACE, cuestionario sobre patologías, cuestionario sobre intereses, ...), observación de la postura y test de aptitud física, así como de algunas modalidades deportivas.

Por tanto la evaluación inicial no pretende ni poner nota, ni etiqueta ni tampoco ofrecer feedback; pero sí que **posibilita a los alumnos saber el nivel de partida de los mismos con respecto a sus características y sobre todo, con respecto a su salud.**

El conocimiento integral de los alumnos/as el grupo-clase se centra, fundamentalmente en tres perfiles: **SOCIO AFECTIVO, INFORMACIÓN DE SU HISTORIA ESCOLAR y CONDICIÓN FÍSICA.**

Podremos elegir los tres o bien alguno de ellos, no siendo necesario realizar la evaluación de los tres:

SOCIO AFECTIVO: a través, por ejemplo, con dinámicas de conocimiento, dinámicas de cooperación, juegos de cooperación...

INFORMACIÓN DE SU HISTORIA ESCOLAR: leer los informes de los alumnos/as para conocer las notas, trastornos...

CONDICIÓN FÍSICA: a través de, entre otros, de la BATERIA EUROFIT (u otras).

11.- METODOLOGÍA DIDÁCTICA. INSTRUMENTOS Y HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN

La metodología didáctica tanto para los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, deberá tener en cuenta **el contexto y los diferentes ritmos de aprendizaje** del alumnado; será fundamentalmente **activa y participativa** y tratará **de implicar también, en lo posible, a las familias**; favorecerá la capacidad del alumnado para aprender por sí mismo, para trabajar en equipo y para aplicar los métodos de investigación apropiados; estimulará el

compromiso del alumno con su aprendizaje desde la motivación intrínseca, la responsabilidad y el deseo de aprender; asimismo, potenciará el trabajo individual y cooperativo en el aula, donde el rol del docente ha de ser el de guía y facilitador del proceso educativo.

En definitiva, la metodología didáctica cuidará especialmente que en el desarrollo del currículo exista una interrelación de los aprendizajes, tanto al interior de cada materia como interdisciplinar. Asimismo, debe haber coherencia entre los procedimientos realmente empleados para el aprendizaje y los criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación.

Se buscará, por tanto:

1.-Facilitar la **construcción de aprendizajes significativos**: las actividades permitirán a los alumnos establecer relaciones entre lo que conocen y los nuevos aprendizajes, de esta forma se producirán cambios conceptuales respecto a sus conocimientos previos.

2.-Garantizar la **funcionalidad de los aprendizajes**: estos aprendizajes podrán ser utilizados en situaciones reales cuando los alumnos los necesiten.

3.-**Interrelacionar y estructurar**: los contenidos de la asignatura deberán estar relacionados con los de otras para garantizar la interdisciplinariedad de los aprendizajes

4.-**Reforzar los aspectos prácticos de la asignatura**: poniendo énfasis en la consecución de una determinada competencia motriz y una educación integral.

5.-Crear un **clima de aceptación mutua y de cooperación: favoreciendo las relaciones entre iguales, la coordinación de intereses y la superación de cualquier tipo de discriminación.** Atenderá las relaciones establecidas entre los alumnos, propiciando que los conflictos personales se resuelvan en un clima de aceptación, ayuda mutua, cooperación y tolerancia. Favorecer, igualmente, la participación del alumnado en el proceso de enseñanza y aprendizaje, dándole autonomía en la toma de algunas decisiones.

6.- Se procurará el **desarrollo de las inteligencias múltiples desde todas las materias y para todo el alumnado, dando oportunidades para que cada alumno pueda poner de relieve y potenciar aquellas inteligencias donde muestre una mayor capacidad.** En este sentido, se dedicará una especial atención al desarrollo de la inteligencia emocional para promover un clima de aula y de centro que favorezca el equilibrio personal y unas relaciones sociales armónicas.

- Desarrollar la capacidad de esfuerzo y responsabilidad del alumno.
- Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo.
- Garantizar en la práctica docente de todas las materias, la incorporación de un tiempo dedicado a la lectura en todos los cursos de la etapa.

Estrategias Didácticas

Puesto que nos planteamos qué información hay que facilitar y en qué momento y cómo debe ser comunicada tenemos en cuenta los siguientes aspectos.

Tipos de Información: El tipo de información en Educación Física variará en función del Método adoptado:

Con respecto a la Reproducción de Modelos, la docencia implica el suministro concreto y preciso (mensajes con corrección técnica), teniendo en cuenta la capacidad de retención del alumno; con un lenguaje asimilable.

Con respecto a los Métodos de Descubrimiento, el profesor debe plantearse:

- 1) Una información inicial inequívoca, clara y concisa.
- 2) Una información que fomente la atención selectiva hacia lo significativo de las tareas a realizar.
- 3) Una información que fomente la capacidad de observación.

Formas de Información

Las formas de información responden a cómo comunicar. En Educación Física existen, a diferencia de otras áreas, tres canales, vías o formas de comunicación:

1) **Visual:** Se trata de comunicar mensajes de enseñanza por medio de la vista como elemento receptor.

2) **Auditiva:** Información verbal que el alumno recibe sin soporte de modelos o imágenes.

3) **Kinestésico-Táctil:** Pertenece al mundo de las sensaciones y es importante en Educación Física. Se trata de que el alumno relacione determinadas sensaciones propias con posiciones corporales o ejecuciones correctas.

Selección de Tareas o Actividades

El diseño de las actividades de enseñanza-aprendizaje constituye uno de los factores más relevantes de la metodología docente. Las actividades las agrupamos en torno a dos criterios:

- a) En función de su relación con los objetivos a los que sirven.
- b) En función del momento de enseñanza.

En el marco de las unidades didácticas entendidas como situaciones de aprendizaje, deben plantearse actividades de finalidad diferenciada. Por ello, pueden plantearse tareas que cumplan diversas y distintas funciones:

a) Actividades de diagnóstico: permiten indagar sobre los requisitos que se entienden como necesarios para abordar nuevos aprendizajes.

b) Actividades de Desarrollo: pretenden abordar los objetivos destinados a la mejora de aspectos individuales (condición física, habilidades motrices, etc.).

c) Actividades de Aprendizaje: Buscan la transferencia de gestos, movimientos o habilidades específicas hasta su automatización.

d) Actividades Creativas: Posibilitando a partir de una idea el desarrollo de la creatividad.

e) Actividades Resumen: hacia el final de cada Unidad Didáctica el alumno puede observar en su realización los progresos obtenidos respecto al punto de partida. Con estas actividades podrá ponerse en práctica, de forma global, cualquier aprendizaje nuevo.

f) Actividades de Refuerzo o Ampliación: permiten individualizar la enseñanza al objeto de que todos los alumnos desarrollen capacidades.

g) Actividades de Evaluación: no deben ser algo excepcional y sí participar del mismo marco de referencia que todas las anteriormente citadas. Es más, cualquiera de las anteriores, más si cabe las de Resumen, pueden convertirse en actividad de Evaluación.

Procuramos que todas las actividades descritas cumplan una serie de criterios básicos o requisitos de planteamiento:

- 1) Deben implicar la posibilidad de disfrutar aprendiendo (carácter lúdico).

- 2) Deben promover la familiarización del alumno con el entorno donde se desarrolla la sesión.
- 3) Deben significar algo distinto a los conocimientos previos, permitiendo que el alumno aprecie su grado inicial de competencia.
- 4) Deben posibilitar que cada alumno regule el ritmo de ejecución y aprendizaje propio.
- 5) Deben presentar una coherencia interna.
- 6) Deben permitir el desarrollo de los distintos contenidos. Esto es, cualquier actividad puede ser partícipe de relaciones con varios contenidos simultáneamente.
- 7) Deben abarcar todas las posibles formas de agrupamiento de los alumnos.

Asímismo, emplearemos las siguientes estrategias, en función de las actividades que se vayan proponiendo en cada una de las situaciones de aprendizaje:

- Estrategias analíticas:
 - Pura
 - Secuencial
 - Progresiva
- Estrategias Globales:
 - Pura
 - Global con polarización de la atención
 - Global con modificación de la situación real

Por último señalamos los Estilos de Enseñanza señalados por Muska Mosston y Delgado Noguera:

Mosston (1982 y 1993)	Delgado (1991)
<ul style="list-style-type: none"> ● Mando directo ● Enseñanza basada en la tarea ● Enseñanza recíproca ● Autoevaluación <ul style="list-style-type: none"> ● Inclusión ● Descubrimiento guiado ● Resolución de problemas ● Programa individualizado ● Alumnos iniciados ● Autoenseñanza 	<ul style="list-style-type: none"> ● ESTILOS TRADICIONALES: <ul style="list-style-type: none"> ○ Mando Directo, modificación MD y Asignación de tareas (lista de tareas o circuitos/circuit training) ● ESTILOS INDIVIDUALIZADORES: <ul style="list-style-type: none"> ○ Trabajos por grupos, Programas individuales, Enseñanza programada y Enseñanza modular. ● ESTILOS PARTICIPATIVOS: <ul style="list-style-type: none"> ○ Enseñanza Recíproca, Grupos Reducidos <ul style="list-style-type: none"> ○ Y Microenseñanza ● ESTILOS SOCIALIZADORES

- Juego de roles, Simulación social, Trabajo en grupo colaborativo
- ESTILOS COGNOSCITIVOS:
 - Descubrimiento guiado
 - Resolución de problemas
- ESTILOS CREATIVOS

Aparte de estos modelos, queremos incorporar los que aparecen en el artículo: Fernández-Río, J., Calderón, A., Hortigüela Alcalá, D., Pérez-Pueyo, A. y Aznar Cebamanos, M. (2016). **“Modelos pedagógicos en educación física: consideraciones teórico-prácticas para docentes”**. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 413, 55-75.

En el presente artículo se presentan por tanto los modelos pedagógicos más significativos y utilizados en Educación física, divididos en:

BÁSICOS: Aprendizaje Cooperativo, Educación Deportiva, Comprensivo de Iniciación Deportiva (TGfU) y Responsabilidad Personal y Social

EMERGENTES: Educación Aventura, Alfabetización Motora, Estilo Actitudinal, Modelo Ludotécnico, Autoconstrucción de materiales y Educación para la salud. También se destacan los modelos de aplicación Híbridos, como la Autorregulación (modelo integral de transición hacia la autonomía)

Incluimos también el empleo de las **metodologías activas**, que potencian enfoques educativos más participativos, en los que el alumno adopta una actitud más activa, reflexiva, creativa y comprensiva, durante el proceso de aprendizaje, fundamentales en la LOMLOE; dando así un enfoque competencial a nuestro alumnado en consonancia con los objetivos de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Esas metodologías son:

- CLASE INVERTIDA/FLIPPED CLASSROOM
- ABP (Aprendizaje basado en Proyectos)
- APRENDIZAJE BASADO EN PROBLEMAS
- ABR (Aprendizaje basado en retos)
- GAMIFICACIÓN.
- APRENDIZAJE SERVICIO



La Intervención del Profesor en el Aprendizaje.

Concebir el aprendizaje como un proceso de construcción del propio alumno no implica eludir la intervención del profesor como elemento importante de ese aprendizaje. El profesor actúa como intermediario entre alumno y el nuevo conocimiento, de dos formas:

- * Situando el conocimiento al nivel del alumno.
- * Ayudando al alumno en el proceso de aprendizaje.

Para realizar esto, se debe conocer tanto al alumno como la estructura lógica del nuevo aprendizaje, al objeto de establecer las correspondientes secuencias. **La función del profesor consiste en valorar las posibilidades de éxito, reforzar la motivación y confianza del alumno y planificar las progresiones; con el referente de que el objetivo final no consiste sólo en el resultado último de la actividad, sino en el hecho de superar las propias limitaciones.** Para asegurar el éxito de estos el profesor debe planificar, teniendo en cuenta lo que cabe esperar de cada uno de ellos y asegurar el tratamiento de los diferentes ritmos y niveles de aprendizaje.

La actitud docente debe favorecer la motivación por el ejercicio físico y por la salud del alumnado.

HERRAMIENTAS PARA LA EVALUACIÓN

Para la recogida de datos que nos permitan evaluar al alumnado se van a emplear **procedimientos de experimentación y observación** (directa e indirecta), concretados en los siguientes **instrumentos**:

- **Test de aptitud física.**
- **Exámenes escritos con preguntas tipo test y de desarrollo o en su defecto fichas o trabajos.**
- **Cuaderno del docente.**
- **Portfolio del alumno/a.**
- **Listas de control.**
- **Escalas de calificación (RÚBRICAS CUALITATIVAS Y CUANTITATIVAS).**
- **Hojas de registro.**
- **Grabaciones en vídeo.**
- **Cuestionarios tipo escala de Likert**
- **Sociogramas para elaborar las agrupaciones de trabajo cooperativo**
- **Mapa conceptual**
- **Herramientas virtuales para realizar evaluación en Educación Física (formularios Google-form)**
- **Dianas de evaluación (autoevaluación y coevaluación)**
- **Trabajos de investigación**
- **Otros...**

12.- MEDIDAS DE REFUERZO Y DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD, INCLUIDOS, EN SU CASO, LOS AJUSTES O ADAPTACIONES CURRICULARES PARA EL ALUMNADO CON NECESIDAD ESPECÍFICA DE APOYO EDUCATIVO

En el proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o una alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo educativo. Estas medidas se adoptarán en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades, con especial seguimiento a la situación del alumnado con necesidades educativas especiales y estarán dirigidas a garantizar la adquisición del nivel competencial necesario para continuar el proceso educativo, con los apoyos que cada uno precise.

En este caso, tenemos a un alumno en el grupo de 2º ESO B/D con una enfermedad degenerativa en el aparato locomotor: "miopatía congénita". Este chico tiene adaptaciones significativas en educación física, puesto que tiene muchas dificultades para el desplazamiento. Sin embargo, su predisposición es buena y estamos en contacto con su fisioterapeuta y con la orientadora para ir haciendo las adaptaciones en las diferentes SdA.

De acuerdo con lo establecido en el artículo 71 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, se entiende por **alumnado con necesidad específica de apoyo educativo** aquellos alumnos y alumnas que requieran una atención educativa diferente a la ordinaria, bien sea por presentar necesidades educativas especiales, por retraso madurativo, por trastornos del desarrollo del lenguaje y la comunicación, por trastornos de atención o de aprendizaje, por desconocimiento grave de la lengua de aprendizaje, por encontrarse en situación de vulnerabilidad socioeducativa, por sus altas capacidades intelectuales, por haberse incorporado tarde al sistema educativo o por condiciones personales o de historia escolar, para poder alcanzar el máximo desarrollo posible de sus capacidades personales y, en todo caso, los objetivos establecidos con carácter general para todo el alumnado

La atención a la diversidad, según el Plan Marco de Atención a la Diversidad en Extremadura 2011, se entiende como el conjunto de actuaciones educativas dirigidas a favorecer el progreso educativo del alumnado, teniendo en cuenta sus diferentes capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones e intereses, situaciones sociales y económicas, culturales, lingüísticas y de salud.

La atención a la diversidad en la Comunidad Autónoma de Extremadura se regirá por los siguientes principios:

- Favorecer la integración escolar y la inclusión social
- Respetar la autonomía pedagógica del centro.
- Orientada a que el alumno alcance, en la medida de sus posibilidades, las competencias básicas.
- Basada en el compromiso y en el trabajo colaborativo del profesorado.
- Favorecedora de la cooperación entre el profesorado y las familias.
- Potenciar la apertura del centro al entorno y del uso de las redes de recursos sociales de la comunidad.
- Promotora del éxito educativo y de la mejora de los centros.

Dentro de nuestra área, en el apartado motriz (mayor porcentaje de trabajo de la asignatura) los ejercicios propuestos pueden ser realizados por la totalidad de los alumnos, según su capacidad, excepto por aquellos que por prescripción facultativa tengan ciertas limitaciones. El profesor/a debe tener presente que la calidad del movimiento debe ser exigido al alumno según su capacidad y nunca debe ser exigido en términos de rendimiento deportivo. El ejercicio debe ser un recurso para educar al alumno para una vida activa normal y para que disponga de herramientas para desarrollar una vida sana. Igualmente nos servirá para evaluar la capacidad de aprendizaje y la voluntad del alumno. No es importante que un alumno sepa meter una canasta de baloncesto o que realice un determinado ejercicio gimnástico, objetivo en sí mismo. El meter la canasta o realizar el ejercicio gimnástico, únicamente nos interesa como instrumento:

- 1º) Para cubrir ciertas deficiencias o para reafirmar su potencialidad.
- 2º) Como instrumento de maduración de su inteligencia.
- 3º) Como descubrimiento de actividades para el tiempo libre.

Las actividades se han diseñado con un triple objetivo:

- 1º.- Que el alumno consolide el aprendizaje conseguido.
- 2º.- Facilitar la diversidad del alumno.
- 3º.-Potenciar la salud del alumno

Puestos en el caso de que no puedan realizar ningún tipo de actividad física, el alumno tendrá que:

1. Colaborar en la organización de la clase.
2. Realizar una serie de trabajos que le serán entregados al principio de cada trimestre por su profesor.
3. Rellenar una ficha de observación con las actividades que están realizando sus compañeros.
4. Examen teórico al igual que sus compañeros.

Artículo 28. Alumnado de incorporación tardía al sistema educativo o escolarización discontinua (en los puntos mencionados) dice:

1.- La Administración educativa favorecerá la acogida, la inclusión social, el aprendizaje en castellano y la adquisición de las competencias básicas para alcanzar los objetivos educativos del alumnado que, por diferentes causas, se incorpore de forma tardía al sistema educativo o haya tenido una escolarización discontinua. El desarrollo de las medidas que correspondan será, en todo caso, simultáneo a la escolarización del alumnado en los grupos ordinarios, conforme al nivel y evolución de su aprendizaje, y no supondrá segregación ni marginación.

2.- Se diseñarán y desarrollarán programas de intervención para favorecer el encuentro y la convivencia entre diferentes culturas y grupos étnicos y fomentar el pluralismo, la tolerancia, el respeto mutuo, la solidaridad y una educación intercultural efectiva.

El principio de atención a la diversidad en el aula debe entenderse como un modelo de enseñanza adaptada. Dado que se debe atender a cada uno de los alumnos/as de manera individual, serán los profesores/as quienes concreten y desarrollen el currículo básico, adaptándolo a las necesidades peculiares de cada alumno/a una vez conocido su grado de discapacidad o limitación puntual. Es en cada unidad didáctica entendida como situación de aprendizaje, donde se planifican las estrategias y recursos que emplearemos en las clases, de tal manera que den respuesta satisfactoria a las necesidades puntuales que se vayan presentando mediante adaptaciones curriculares significativas y no significativas.

Actualmente hay un tratamiento más amplio del alumnado que necesita algún tipo de atención individualizada, refiriéndose a varios grupos de alumnos como dice la Ley de Educación de Extremadura, por presentar necesidades educativas especiales:

- **Por dificultades específicas de aprendizaje.**
- **Por sus altas capacidades intelectuales.**
- **Por haberse incorporado tarde al sistema educativo.**
- **Por condiciones personales o de historia escolar.**

Debemos contemplar medidas de atención a la diversidad que respondan a la heterogeneidad que se presenta en cualquier grupo. Para ello, realizaremos una intervención desde distintos elementos del proceso de enseñanza-aprendizaje. Entre los que podemos destacar los siguientes aspectos:

A) Desde los saberes básicos:

1.- Concretamos cuáles son los saberes imprescindibles (saberes mínimos), comunes a todos los alumnos/as.

2.- La elección, delimitación o profundización de unos saberes frente a otros como respuesta a la diferencia de motivaciones e intereses del alumnado.

B) Desde diferentes estrategias didácticas (actividades):

1. Actividades de aprendizaje variadas que permitan diferentes grados de profundización de los saberes, así como propuestas de trabajo abiertas y variadas entre las que cada alumno/a elija aquella que sea más acorde a sus capacidades e intereses.

2. Medidas organizativas con agrupamientos flexibles y diversos (gran grupo, pequeño grupo, parejas, individual).

C) Desde la evaluación:

Se procurará que la evaluación sea lo más personalizada posible, adaptada en todo caso a las diferentes realidades mediante el pertinente trabajo de adaptación curricular individualizada; de esta forma se puede conocer mucho mejor el progreso realizado por cada alumno/a, con lo que se le puede orientar, de una manera mucho más sencilla, en el proceso de enseñanza aprendizaje.

D) Adaptaciones curriculares:

Las adaptaciones curriculares podrán ser:

- Adaptaciones de acceso al currículo (de elementos personales o de elementos materiales y organizativos).
- Adaptaciones curriculares **no significativas** (en metodología o en adaptación de actividades).
- Adaptaciones curriculares **significativas** (en evaluación o en objetivos y contenidos).

Igualmente tendremos en cuenta que las necesidades podrán ser permanentes o temporales. El requerimiento físico que conlleva la práctica en nuestra área en muchos casos podrá ser limitado por indisposición temporal o parcial (proceso agudo de enfermedad, traumatismo, etc.).

ADAPTACIONES CURRICULARES

Para este apartado, se tendrá en cuenta lo que se recoge en el decreto 228/2014 de Extremadura que indica que los alumnos con necesidad específica de apoyo educativo: "Son aquellos que requieran una atención educativa diferente a la ordinaria para poder alcanzar el máximo desarrollo posible de sus capacidades personales y, en todo caso, los objetivos establecidos con carácter general para todo el alumnado, por presentar **dificultades específicas de aprendizaje**, trastorno por **déficit de atención e hiperactividad (TDAH)**, por sus **altas capacidades intelectuales**, por haberse **incorporado tardíamente al sistema educativo**, o por **condiciones personales o de historia familiar**". Así la atención a la diversidad se establece como ***principio fundamental*** para ***proporcionar a todo el alumnado una educación adecuada a sus características y necesidades***. De esta forma el citado decreto distingue entre **medidas ordinarias y extraordinarias de atención a la diversidad**; así como **tres tipos de adaptaciones curriculares**: **a) adaptaciones curriculares significativas**, **b) adaptaciones curriculares de acceso** y **c) adaptaciones curriculares de ampliación y/o enriquecimiento**.

ADAPTACIONES CURRICULARES (alumnos exentos de la parte procedimental de forma temporal – lesión/enfermedad- o de algunos contenidos concretos por prescripción médica)

Los alumnos que **DE FORMA TEMPORAL NO PUEDAN REALIZAR LA PARTE PRÁCTICA**, deberán presentar con la mayor brevedad un informe médico de la duración de la incapacidad temporal. Sólo este documento dará derecho a los alumnos afectados a no realizar las prácticas que no sean compatibles con sus impedimentos (exentos de la parte motriz). No obstante, el docente correspondiente intentará hacer las adaptaciones oportunas para que el alumno realice la sesión dentro de sus posibilidades o al menos realice aquella parte que se adapte a sus necesidades. En cualquier caso, siempre deberán asistir a clase con normalidad y en la medida de lo posible con ropa deportiva.

En caso de que NO PODER REALIZAR NINGÚN TIPO DE actividad práctica, se propondrá actividades tipo:

- 1.- Registrar la sesión de forma pormenorizada
- 2.- Colaborar en la organización de la clase
- 3.- Asistir a clase en el horario del grupo.
- 4.- Realizar una serie de PROYECTOS (vídeos, postcast...) o actividades propuestas por su profesor.

Cada profesor explicará a los alumnos qué actividades deben realizar para sustituir la parte práctica que no puedan realizar, así como la forma en la que serán evaluados.

ADAPTACIONES CURRICULARES (alumnos exentos de la parte motriz de toda la materia)

Los alumnos que NO PUEDAN REALIZAR prácticas (parte motriz) DURANTE TODO EL CURSO, deberán presentar con la mayor brevedad posible (según instrucciones de cada profesor en cuestión) un certificado, informe... médico que especifique claramente qué actividades no se pueden realizar. Sólo este documento dará derecho a los alumnos afectados a no realizar las prácticas que no sean compatibles con sus impedimentos (exentos de los ejercicios físicos), después de intentar hacer las adaptaciones para que el alumno realice la sesión dentro de sus

posibilidades. En cualquier caso, siempre deberán asistir a clase con normalidad. Su evaluación sufrirá las modificaciones oportunas para adaptarla al trabajo que ellos o ellas realicen.

En el caso de que **no puedan realizar algún tipo de actividad física**, ni con las adaptaciones, el alumno tendrá que:

- 1.- Colaborar en la organización de la clase
- 2.- Asistir a clase en el horario del grupo.
- 3.- Realizar una serie de actividades y/o proyectos propuestos por el profesor/a del alumno/a, que sustituyan la parte práctica que no pueda realizar. El docente informará al discente la forma en la que será evaluada
- 4.- Registrar de forma detallada las sesiones prácticas.

Su **evaluación por tanto podría** sufrir las modificaciones oportunas para adaptarla al trabajo que ellos o ellas realicen:

Si el alumno participa de forma activa en parte de la clase, con las adaptaciones oportunas o bien porque la modalidad trabajada no interfiere en su “casuística”, los criterios de calificación se mantendrán.

Si, por el contrario, NO participa de forma activa en la mayoría de las clases, porque su problema motor no se lo permite, comenzáramos un trabajo a través de metodologías híbridadas como el modelo pedagógico de Educación Deportiva, ABP... aunque haya competencias (criterios de evaluación como los 1.4, 2.2, 2.3, 3.2...) que, dependiendo de la incapacidad, sea imposible que el discente alcance.

La metodología nos marca una parte muy importante dentro del proceso de enseñanza puesto que viene a ser toda intencionalidad del profesor para enseñar y educar.

Tratamos de seguir algunos principios metodológicos como:

- 1.- Partir del nivel de desarrollo del alumno y de sus aprendizajes previos.
- 2.- Asegurar la construcción de aprendizajes significativos y de la memorización comprensiva.
- 3.- Posibilitando que puedan ser realizados por ellos mismos.
- 4.- Proporcionar situaciones de aprendizaje que tengan cierto sentido para ellos y sean motivadoras.
- 5.- Proporcionar situaciones de aprendizaje que exijan una intensa actividad mental y lleven a reflexionar y justificar sus actuaciones.
- 6.- Promover la interacción en el aula.
- 7.- Fomentar el trabajo y el esfuerzo personal como un medio para conseguir los objetivos.
- 8.- Estimular un mayor uso de la lectura e investigación como fuente de conocimiento y de información.
- 9.- Racionalizar el uso de las nuevas tecnologías de la información y utilizar una visión crítica.

Pretendemos, en definitiva, a través de la acción docente, afianzar de forma significativa los nuevos aprendizajes al alcance del alumnado; para que este los potencie a lo largo y ancho

de la vida. Tenemos, no obstante, en cuenta que la particular filosofía del docente se va a poner de manifiesto en el proceso de enseñanza-aprendizaje por la metodología que utilice. Ningún Estilo de Enseñanza es perfecto, ni válido para todas las personas ni momentos. Dado que hay distintos estilos de aprender, se hace necesario conocer y dominar distintos Estilos de Enseñanza para aplicar los más pertinentes en cada situación y con cada grupo de personas. Se pueden combinar y transformar en función de las necesidades, de manera que a la vez que aporta distintas soluciones educativas, pueda enriquecer su práctica docente.

Alumnado con altas capacidades intelectuales

La Consejería competente en materia de educación adoptará las medidas necesarias para identificar al alumnado con altas capacidades intelectuales y valorará de forma temprana sus necesidades. La condición personal de altas capacidades intelectuales, así como las necesidades educativas que de esa condición se deriven en los centros sostenidos con fondos públicos, serán identificadas mediante evaluación psicopedagógica realizada por los equipos y departamentos de orientación de que dispone la Administración educativa y en los términos que esta determine

Para estos alumnos y alumnas podrán implementarse, según lo que determine la preceptiva evaluación psicopedagógica, medidas organizativas, actividades de profundización o complementación en el marco del currículo ordinario, adaptaciones de ampliación o enriquecimiento y agrupamientos flexibles en niveles superiores en una o varias materias

13.- EXENCIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA A ALUMNOS QUE SEAN DEPORTISTAS DE ALTO NIVEL O ALTO RENDIMIENTO

Se estará a lo dispuesto en el **Real Decreto 242/2009, de 27 de febrero**. Podrán solicitar la exención de la materia de Educación Física en ESO y Bachillerato quienes cursen estos estudios y simultáneamente acrediten tener la condición de deportista de alto nivel o de alto rendimiento, o realizar estudios de las enseñanzas profesionales de Danza, según dispone el artículo 4 del real decreto antes citado.

Y a nivel autonómico se realizará según la **orden de 12 de julio de 2010** por la que se regula el procedimiento de **convalidación** entre las enseñanzas profesionales de música y danza y la **Educación Secundaria Obligatoria** y el **Bachillerato**, así como los efectos que sobre la materia de educación física deben tener la **condición de deportista de alto nivel o alto rendimiento** y las enseñanzas profesionales de danza.

Artículo 4 citado dice:

1. Podrán solicitar la exención de la materia de Educación Física de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, quienes cursen estos estudios y simultáneamente acrediten tener la condición de deportista de alto nivel o de alto rendimiento, o realizar estudios de las enseñanzas profesionales de Danza.
2. El alumnado exento de la materia de Educación Física no será evaluado de esta materia.
3. La materia de Educación Física no será computada para el cálculo de la nota media del Bachillerato, en el caso del alumnado al que se le haya reconocido la exención en esta materia

En caso de petición, tener en cuenta:

- 1.- La solicitud de exención se realizará en el mismo momento de la formalización de la matrícula (o lo antes posible).
- 2.- La Solicitud de exención se dirigirá al director/a del Centro y a éste le corresponde la concesión, previo conocimiento del Servicio de Inspección de la Dirección Provincial correspondiente.
- 3.- En el caso del alumnado que haya solicitado la exención de la materia de Educación Física por tener la condición de deportista de alto nivel o alto rendimiento y pierda esa condición durante el curso, éste notificará al director/a del centro tal situación.

PROGRAMA DE DIVERSIFICACIÓN

En este punto tenemos en cuenta la ORDEN de 24 de marzo de 2023, que regula los programas de diversificación curricular en los centros docentes que imparten Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Extremadura

En el curso 2023/2024 los alumnos y alumnas de Educación Secundaria Obligatoria podrán incorporarse al primer curso de un Programa de Diversificación Curricular (PDC), en 3º de ESO (que fue implantado el curso anterior 2022/2023), así como la continuación del mismo en 4º de ESO. Para la incorporación a estos programas se estará a lo dispuesto en los artículos 12 y 13 del Decreto 14/2022, de 18 de febrero, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional en la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Para el Programa de Diversificación Curricular, se estará a lo dispuesto en:

- El artículo 24 del Real Decreto 217/2022, (por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria), que define y regula los programas de diversificación curricular, estableciendo en el apartado 8 del mismo artículo que “Las administraciones educativas establecerán el currículo de estos programas que deberán, en todo caso, garantizar el logro de las competencias establecidas en el Perfil de salida”. **Esta será nuestra finalidad como profesores de estos grupos, desde las competencias claves y específicas de nuestra área de Educación Física.**
- El artículo 26 del Decreto 110/2022, de 22 de agosto, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria para la Comunidad Autónoma de Extremadura, referido a los programas de diversificación curricular, tratando diversos aspectos tales como la duración del programa, el perfil del alumnado destinatario, estructura del programa y la atribución docente de las materias y ámbitos que integran el programa.

En todos los casos, la **incorporación a estos programas** requerirá, además de la evaluación o propuesta académica realizada por el equipo docente, un informe de idoneidad de la medida elaborado por el Departamento de Orientación, oído el propio alumno o alumna, y contando con la conformidad de sus madres, padres o tutores legales. A ello se añadirá un informe favorable de la Inspección de Educación y la autorización de la Delegación Provincial de Educación correspondiente

14.- PROGRAMAS DE REFUERZO Y RECUPERACIÓN DE LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS PARA EL ALUMNADO QUE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA

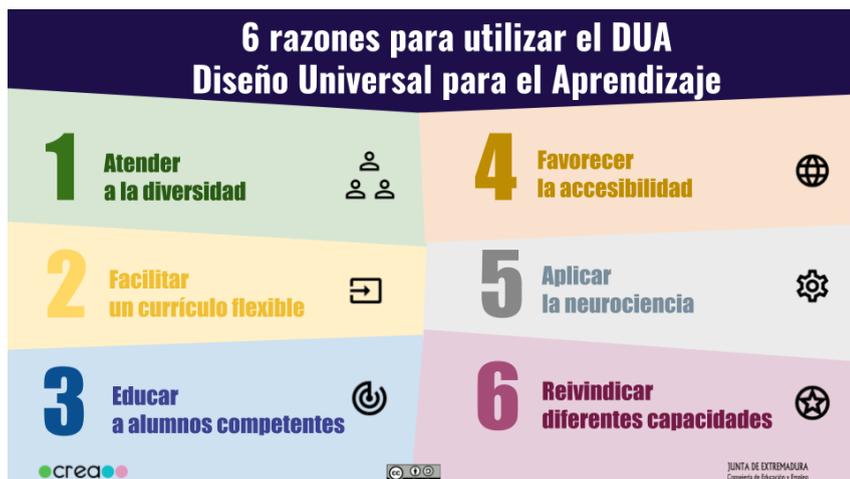
El alumnado que esté en esta situación tendrá un seguimiento por parte del docente en cuanto al nivel de adquisición de las competencias específicas.

Los alumnos que tengan suspensa la Educación Física en el curso anterior y hayan pasado de curso corresponderá al docente que imparta clase a ese alumno/a quien prestará especial atención al grado de adquisición de las competencias específicas establecidas en el currículo de la LOMLOE.

Este docente que tenga algún alumno/a en esta situación, realizará un diagnóstico inicial a través de una entrevista individual para determinar sus deficiencias de manera individual (pudiendo realizar o planificar una serie de tareas, retos... para el aspecto técnico-táctico) y plantear las progresiones curriculares que le permitan conseguir los objetivos/competencias previstas en el curso que realiza.

El hecho de **planificar bajo los principios DUA (Diseño Universal de Aprendizaje)** va a hacer que facilite la adquisición de las competencias específicas y por tanto que ayuden a conseguir el perfil de salida a la que va dirigida toda la enseñanza secundaria.

Por tratarse de un currículo continuo, es decir, que **busca** un resultado final o **PERFIL DE SALIDA**, si un alumno/a demuestra que alcanza las competencias claves de nuestra materia en el curso actual (evaluado negativamente en el curso anterior), se entenderá que supera los saberes básicos, objetivos, competencias claves y específicas... del curso anterior.



Cuando se presentan **dificultades en la realización de una determinada tarea recomendamos actividades de refuerzo que permitan subsanarlas.** Estas actividades van encaminadas fundamentalmente al alumnado con poca experiencia motriz que requiere de un mayor tiempo de práctica para su adquisición (por ejemplo, en gimnasia artística con posiciones invertidas). O de escasa capacidad física que debe mejorar en algún aspecto. Estos alumnos con dificultades deben tener por nuestra parte una atención y orientación que les permitan aproximarse a los objetivos previstos y competencias claves a desarrollar. Se propondrán, entre otras medidas, diferentes niveles de progresión (por ejemplo, nivel novato, nivel amateur, nivel avanzado), apoyo de materiales visuales, retos extra, aprendizajes colaborativos, cooperativos (los más avanzados/as ayudan), metodologías flipped classroom (clase invertida) ...

En el caso del alumnado que presenta poco interés por el área de educación física se intentará buscar puntos de acercamiento de entre la variedad de actividades programadas potenciando aquellos aspectos que más le motivan e intentando a partir de los mismos un rendimiento acorde a

lo exigido en el resto.

15.- CONTENIDOS TRANSVERSALES (artículo 11 LOMLOE)

Sin perjuicio de su tratamiento específico, la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, la competencia digital, el emprendimiento social y empresarial, el fomento del espíritu crítico y científico, la educación emocional y en valores, la igualdad de género y la creatividad se trabajarán en todas las materias. En todo caso se fomentarán de manera transversal la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la formación estética, la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable, el respeto mutuo y la cooperación entre iguales.

Los centros educativos incorporarán al currículo de una forma transversal los contenidos relacionados con los siguientes temas:

a) Los valores que fomenten la **igualdad** efectiva entre **hombres y mujeres** y la **prevención activa de la violencia de género**; la prevención de la violencia contra **personas con discapacidad**, promoviendo su inserción social, y los valores inherentes al principio de igualdad de trato, respeto y no discriminación por cualquier condición o circunstancia personal, social o cultural, evitando comportamientos sexistas y estereotipos que supongan discriminación.

b) La **prevención y lucha contra el acoso escolar**, entendido como forma de violencia entre iguales que se manifiesta en el ámbito de la escuela y su entorno, incluidas las prácticas de ciberacoso.

c) **La prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida** personal, familiar y social, así como la promoción de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, la pluralidad, el pluralismo político, la paz, la democracia, el respeto a los derechos humanos, el respeto a hombres y mujeres por igual, el respeto a las personas con discapacidad, el respeto al Estado de derecho y la prevención del terrorismo y de cualquier tipo de violencia.

d) **La educación para el consumo responsable**, el desarrollo sostenible, la protección medioambiental y los peligros del cambio climático.

e) **El desarrollo del espíritu emprendedor**; la adquisición de competencias para la creación y desarrollo de los diversos modelos de empresas y el fomento de la igualdad de oportunidades y del respeto al emprendedor y al empresario, así como la promoción de la ética empresarial y la responsabilidad social corporativa; el fomento de los derechos del trabajador y del respeto al mismo; la participación del alumnado en actividades que le permitan afianzar el emprendimiento desde aptitudes y actitudes como la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la solidaridad, la confianza en uno mismo y el sentido crítico.

f) El **fomento de actitudes de compromiso social**, para lo cual se impulsará el desarrollo de asociaciones escolares en el propio centro y la participación del alumnado en asociaciones juveniles de su entorno.

g) **La educación para la salud, tanto física como psicológica**. Para ello, se fomentarán hábitos saludables y la prevención de prácticas insalubres o nocivas, con especial atención al consumo de sustancias adictivas y a las adicciones tecnológicas.

Asimismo, **la Consejería competente en materia de educación adoptará medidas para que la actividad física y la dieta equilibrada formen parte del comportamiento juvenil, promoviendo la práctica diaria de deporte y ejercicio físico durante la jornada escolar**. El diseño,

coordinación y supervisión de las medidas que a estos efectos se adopten en el centro educativo serán asumidos por el profesorado con cualificación o especialización adecuada en este ámbito.

También podemos destacar en este apartado la **LEEX 4/2011 (ley de Educación de Extremadura)**, que dedica el título IV Capítulo IV, a los aspectos prioritarios del currículo: **lectura en el ámbito escolar (art. 80)**, **capacidad emprendedora (art 81)**, **competencia emocional (art 82)** y **La Actividad Física y el Deporte (artículo 83)**.

16.-TRATAMIENTO DE LA MATERIA DENTRO DEL PROYECTO BILINGÜE

Objetivos

- Comprender la información inicial y reglas de las actividades que se explican en inglés.
- Responder de forma correcta a las instrucciones en inglés del profesor.
- Aprender el vocabulario específico de la asignatura en inglés para los saberes básicos que se imparten.
- Saber expresarse en inglés con los compañeros en las distintas rutinas de la clase de educación física (calentamiento, vuelta a la calma, pruebas físicas, actividades deportivas, etc.).
- Realizar de forma adecuada y en inglés, las actividades que se realizan a través de distintas plataformas digitales (rayuela, classroom): formularios de google-form, actividades o vídeos sobre distintas actividades físicas y deportes; calentamientos....
- Elaborar un collage de términos en inglés de los saberes básicos impartidos
- Saber comunicar a los compañeros, mediante frases sencillas en inglés, ejercicios del calentamiento general, u otras propuestas del docente.
- Cumplimentar en inglés el registro de la sesión, o trabajos propuestos por el profesor, por aquellos alumnos lesionados que no pueden realizar de forma práctica las sesiones.

Saberes básicos a impartir

Señalados **en el apartado de las situaciones motrices** de los cursos en los que se imparte la sección bilingüe de Educación Física (1º, 2º, 3º y 4º de ESO)

Metodología

Todo lo referente a los cursos en los cuales está implantada la sección bilingüe en nuestro centro (1º, 2º, 3º y 4º de ESO), y en concreto para el área de Educación Física, se basa en **la Orden del 20 de abril de 2017** por la que se regula el programa de Secciones Bilingües en centros docentes sostenidos con fondos públicos de la Comunidad Autónoma de Extremadura y se establece el procedimiento para su implantación en las diferentes etapas educativas.

Algunos de las orientaciones metodológicas para este tipo de enseñanzas y que vienen descritos en el artículo 9 de la citada orden son:

- Sin perjuicio de su autonomía pedagógica se utilizará un modelo metodológico, curricular y organizativo que incorpore los principios del Aprendizaje Integrado de Contenidos y Lenguas Extranjeras (en adelante, AICLE)
- Los procesos de enseñanza-aprendizaje deberán ser más activos y participativos que expositivos. Dicho esto, en Educación Física se realizarán instrucciones en inglés, con su correspondiente traducción al castellano después; para promover el aspecto motriz de la materia, con sus matizaciones en cuanto a desarrollar sus habilidades sociales en inglés en las actividades motrices que se proponen.
- La metodología AICLE exige colaboración y coordinación entre el profesorado de la lengua extranjera y el de las asignaturas no lingüísticas. En cuyo caso se buscará el apoyo en los docentes de la materia de inglés, en cuanto a aspectos de la lengua inglesa y trabajando en coordinación con los mismos. Especial mención podemos hacer aquí a la auxiliar de conversación.
- El profesorado de las materias impartidas en lengua extranjera utilizará dicha lengua como medio de comunicación con el alumnado en todos los contextos escolares, favoreciendo así su uso en situaciones reales de comunicación. Promoviendo en este caso las interacciones motrices en las actividades físicas y deportivas, utilizando en la medida de lo posible, el vocabulario específico en inglés.
- Debe procurarse la máxima variedad y equilibrio en la planificación y desarrollo de actividades sobre las cinco destrezas: escuchar (instrucciones del docente o actividades a exponer por los alumnos, leer (las actividades y material facilitado en inglés, de forma breve), hablar (interacciones con el docente y entre los alumnos), escribir (tareas sencillas que se les proponga sobre aspectos deportivos) e interactuar (relaciones sociales que se dan en las actividades de Educación Física, en este caso utilizando en la medida de lo posible vocabulario específico de inglés).
- Se promoverá el aprendizaje por tareas y proyectos. Como ya se ha comentado, se propondrán tareas a exponer por el alumno en inglés, con frases sencillas, y proyectos en grupo que irán referidos a la expresión corporal y centrándose en aspectos culturales.
- El uso de las tecnologías de la información y de la comunicación constituirá un medio privilegiado de aproximación a las distintas culturas vinculadas al idioma de la Sección. De esta forma, utilizaremos classroom para este cometido.
- La reflexión crítica sobre lo aprendido, en forma de autoevaluación y coevaluación, implicará el empleo de rúbricas y estrategias de evaluación por pares, para lo que se promoverá el uso del Portfolio Europeo de las Lenguas. En este sentido, se utilizarán las rúbricas y diferentes instrumentos de evaluación propios de Educación Física, fomentando la coevaluación que desarrolle la madurez del alumnado, y utilizando en la confección de estas herramientas el vocabulario específico en inglés.

Materiales didácticos

Al igual que los contenidos a impartir, los materiales didácticos vienen reseñados en las situaciones motrices de los cursos en los que se imparte la sección bilingüe de Educación Física (1º, 2º, 3º y 4º de ESO)

Criterios de evaluación

Los criterios de evaluación son los mismos que los detallados en las situaciones motrices de los cursos en los que se imparte la sección bilingüe de Educación Física (1º, 2º, 3º y 4º de ESO);

Dicho esto, y con respecto a la sección bilingüe de Educación Física, el alumno será evaluado con lo señalado anteriormente; siendo **las actividades planteadas en inglés con una valoración positiva (y a criterio del docente)**, siempre y cuando participe y las realice correctamente, de acuerdo a su nivel correspondiente. Dichas actividades consistirán en:

- Microactividades planteadas en classroom o por otras plataformas relacionadas con la Educación Física (runtastic, naturando...)
- Actividades de exposición a los compañeros.
- Preguntas de producción, en los ejercicios teóricos
- Actividades de creación motriz
- Collage de términos en inglés.

17.- SITUACIONES DE APRENDIZAJE Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN. TEMPORALIZACIÓN

Según el artículo del Artículo 28 del Decreto 110/2022. Evaluación de los procesos de enseñanza y aprendizaje evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria será continua, formativa e integradora; proporcionando información al profesorado, al alumnado y a las familias, y será un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje.

A continuación, veremos las unidades didácticas entendidas como situaciones de aprendizaje propuestas por evaluación, de acuerdo a las recomendaciones citadas en la ley.

Consideraciones de la calificación

Cada uno de los **criterios de evaluación de cada una de las unidades didácticas entendidas como situaciones de aprendizaje** tendrán un **valor estimado, de acuerdo a la competencia específica a la que pertenezca; la cual tendrá también un valor**. Ese valor **vendrá dado de acuerdo al número total de competencias específicas que se evalúen en la unidad didáctica entendida como situación de aprendizaje**, es decir, que los criterios **podrán adquirir más o menos valor en función de la importancia que adquieren dentro de la competencia específica a la que pertenecen, en las situaciones de aprendizaje planteadas**.

El peso de las competencias claves, que permiten la adquisición de perfil de salida, quedará determinado por la ponderación que se le dé en las correspondientes situaciones de aprendizaje

Los instrumentos y herramientas de evaluación se elaborarán para calificar cada uno de los criterios de evaluación de las competencias específicas que aparecen reflejados en cada situación de aprendizaje

Cada una de las situaciones de aprendizaje, a través de las actividades planteadas y los instrumentos y herramientas de evaluación diseñados para la calificación de estas, nos dará una información del grado de adquisición de las competencias específicas a través de sus criterios de evaluación, así como del nivel de consecución de las claves vinculadas a estas.

TEMPORALIZACIÓN: debido a la cantidad de docentes que coincidimos en las mismas horas lectivas, la instalación asignada (no siempre cubierta) y la climatología, entre otros, el orden en que se presentan las situaciones de aprendizaje podrá variar al que aparece en esta programación; así como en la forma, en función de los niveles de cada grupo (principios DUA)

1º DE ESO

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA PRIMERA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 1 CONDICIÓN FÍSICA PARA TODOS/AS

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	PRIMERO	Curso	1º ESO	Sesiones	12 - 14 aprox.
Reto Inicial					
¿Te atreves a mejorar tu condición física? Sé un superhéroe/superheroína					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: se trata de un contenido común en todas las etapas. Por tanto, el alumnado conoce las capacidades físicas básicas.</p> <p>Centros de interés de los escolares: el alumnado muestra cada vez un mayor interés por el mundo del fitness y el cuidado de la imagen. Aprovecharemos este hecho para su desarrollo y mejora, así como la alimentación y los trastornos alimenticios.</p>					

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3			
Objetivos de Etapa		Saberes básicos	
A, B, C y F		BLOQUE A BLOQUE C BLOQUE F	
Objetivos de aprendizaje			
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer diferentes técnicas de mejora de la condición física • Reconocer errores en la práctica y las posibles consecuencias para la salud • Conocer y fomentar una dieta equilibrada y sana • Posibles trastornos relacionados con una mala alimentación, así como de la distorsión de la propia imagen. • Fomentar la práctica de actividad física utilizando los recursos urbanos (parque del río entre otros) 			
Principios DUA		Metodología	
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>		<p>Grupo por niveles TGFU Asignación de tareas Trabajo colaborativo Trabajo cooperativo</p>	
		Recursos	
		<p>Analógicos: Rutinas de tareas con diferentes niveles TIC: vídeos de apoyo, app de crono... Espaciales: Gimnasio, patio... Materiales: balones, bancos, colchonetas, picas, conos, combas...</p>	
Interdisciplinariedad			
Dependiendo de los retos o trabajos elegidos podríamos trabajar con los departamentos de inglés, matemáticas...			
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

CCL 2 CD3 CPSAA 4 STEM 5 25% cada una de ellas	1 50%	Criterio 1.1. Establecer, organizar y poner en práctica secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. (16,7%) Criterio 1.2. Comenzar a incorporar, con progresiva autonomía, procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (16,6%) Criterio 1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente (16,6%)	Escala descriptiva (rúbrica) Lista de control Utilización de las TIC (vídeo, foto...) demostrativo
	5 50%	Criterio 5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (50%)	

Actividades

- A través de diferentes propuestas (juegos, circuitos...) el alumnado mejorará su condición física, entendiendo, comprendiendo y eligiendo aquellos que mejor se adapten a su nivel.
- Reconocer espacios urbanos donde poder llevar a cabo parte de esa preparación, exponiendo y demostrando a sus compañeros/as esos lugares.
- Demostrar una actitud de motivación, esfuerzo y respeto por los diferentes niveles que puedan encontrarse dentro del aula mostrando una actitud de ayuda a sus iguales para la consecución de los objetivos.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 2 EDUCA TU POSTURA PARA EL DÍA A DÍA

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	PRIMERO	Curso	1º ESO	Sesiones	5 aprox.
Reto Inicial					
¿Eres capaz de trasladar lo aprendido a tu vida cotidiana y a enseñarlo a los que te rodean?					

Justificación y centro de interés			
<p>Experiencias previas: al ser un contenido de secundaria, entendemos que el alumnado desconoce parte de los saberes necesarios y la razón fisiológica y estructural de la educación postural necesaria para trasladarlo a su vida diaria (cotidiana)</p> <p>Centros de interés de los escolares: Los dolores de espalda diarios por el traslado de libros, estar sentados muchas horas seguidas... hacen que sea un buen empuje para acercarlos a este tema.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3</p>			
Objetivos de Etapa		Saberes básicos	
A, K y F		BLOQUE A BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D	
Objetivos de aprendizaje			
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer la musculatura implicada en el CORE • Conocer la estructura de la columna vertebral y sus alteraciones (cifosis...) • Aprender y vivenciar las técnicas de trabajo de la musculatura CORE • Cuidados posturales en situaciones cotidianas (planchando, subiendo escaleras, cogiendo peso...) • Técnicas de relajación en momentos de estrés (ante de exámenes...) 			
Principios DUA		Metodología	
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos: Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido. Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.		Asignación de tareas Descubrimiento guiado Flipped classroom Grupo por niveles Trabajo cooperativo y colaborativo	
		Recursos	
		Analógicos: hojas con la musculatura CORE TIC: vídeos de apoyo Espaciales: Gimnasio, patio... Materiales: colchonetas, equipo de música...	
Interdisciplinariedad			
El departamento de biología reforzará lo que estamos viendo en clase.			
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

2 33.3%	Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (33.3%)
--------------------------	--

Actividades
<ul style="list-style-type: none"> • El alumnado irá descubriendo los músculos implicados en el CORE a través de retos cooperativos • Aprendizaje colaborativo de las diferentes técnicas de trabajo de este. Autoevaluación y coevaluación • Elegirán y elaborarán rutinas de trabajo para el desarrollo muscular de acuerdo al nivel de cada uno/a de ellos/as • Exposición y demostración de la rutina diseñada por cada alumno/a en un formato digital
ACNEAE
<p>Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.</p> <p>En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.</p>

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 3

ALIMENTA TU CUERPO CORRECTAMENTE

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	PRIMERO	Curso	1º ESO	Sesiones	4 aprox.
Reto Inicial					
¿Crees que te alimentas bien? ¡Aprende a hacerlo correctamente!					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: Se les hará un cuestionario Google para conocer el nivel que tienen respecto a este tema, a partir de este se establecerá los saberes necesarios para desarrollar esta situación.</p> <p>Centros de interés de los escolares: Con ayuda de la presentación de los trastornos alimenticios, crearemos un interés por conocer cuál o cuáles son las dietas sanas y equilibradas.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 12</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
A, K y F			BLOQUE A BLOQUE D		
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer los macronutrientes en la dieta, así como las cantidades para una dieta correcta semanal • Diseñar una dieta personalizada para la semana • Conocer y detectar los síntomas de una mala alimentación y los posibles trastornos que pueden generarse de estas. 					

Principios DUA		Metodología	
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>		<p>Grupos de trabajo colaborativo Enseñanza recíproca Gamificación (evaluación a través de Plickers...)</p>	
		Recursos	
		<p>Hojas para rellenar sus dietas con el número de macronutrientes para repartir a lo largo de la semana.</p> <p>Infografía con los principales trastornos alimenticios</p> <p>Espacios deportivos</p>	
Interdisciplinariedad			
Nos coordinaremos con el departamento de biología para reforzar los saberes básicos que están viendo.			
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
<p>CD 3 (20%)</p> <p>CPSAA 1 CPSAA 3 CPSAA 4 CPSAA 5 (70%)</p> <p>CC 4 (10%)</p>	<p>1 (50%)</p>	<p>Criterio 1.5. Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción. (25%)</p> <p>Criterio 1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (25%)</p> <p>Criterio 3.3 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos papeles asignados y responsabilidades. (25%)</p> <p>Criterio 3.4. Hacer uso, con progresiva autonomía, de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (25%)</p>	<p>Escala descriptiva (rúbrica)</p>
	<p>3 (50%)</p>	<p>Lista de control</p> <p>Exposición de la dieta personalizada en formato libre y calificación de la dieta presentada (rúbrica)</p>	
Actividades			

- Elaboración y exposición de una dieta adaptada y personificada
- Demuestra un conocimiento de los trastornos alimenticios (PLICKERS, KAHOOT...)

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA SEGUNDA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 4 DEPORTES ALTERNATIVOS

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	SEGUNDO	Curso	1º ESO	Sesiones	6 aprox.
Reto Inicial					
¿Podrás practicar alguna “alternativa” a los deportes clásicos?					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: El alumnado tiene conocimientos y práctica sobre las habilidades motrices básicas desarrolladas en una situación de aprendizaje anterior, así como ha practicado algunos juegos predeportivos en la etapa de educación primaria. Sin embargo, las alternativas deportivas incidirán sobre las habilidades motrices específicas y concretarán aspectos reglamentarios que supondrán una novedad desconocida.</p> <p>Centros de interés de los escolares: Los deportes de masa acaparan el centro de práctica deportiva de nuestro alumnado, sin conocer otras alternativas no convencionales. Por ello, trataremos de dotar al alumnado de un mayor repertorio motriz mediante alternativas deportivas novedosas y lúdicas que puedan practicar fuera del entorno escolar.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3, 13</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
A, B, C y K			BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D BLOQUE E		
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes alternativos. • Resolver situaciones motrices derivadas del juego usando habilidades motrices específicas. • Autoconstruir los materiales necesarios para la práctica a partir de elementos reciclados. • Demostrar un comportamiento personal y social responsable con uno mismo y con los demás, aceptando las normas y reglas propias de los juegos y deportes propuestos. 					
Principios DUA			Metodología		

<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles y normas reglamentarias para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Asignación de tareas Grupos reducidos Resolución de problemas Autoconstrucción de materiales Trabajo colaborativo TGFU</p>
	Recursos
	<p>Analógicos: Infografías, tarjetas de roles, ... TIC: Vídeos de apoyo, web (clasificaciones, etc.) Espaciales: Gimnasio, pista polideportiva Materiales: Balones, redes, aros, conos, elementos reciclados...</p>

Interdisciplinariedad

Podemos establecer una relación interdisciplinar con el departamento de Educación Plástica, Visual y Audiovisual en el diseño y decoración de los materiales autoconstruidos, así como con el departamento de Tecnología en los elementos reciclados utilizados en su fabricación.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
<p>CPSAA 1 STEM 5 CC2 CD1</p> <p>Todas un 25%</p>	<p style="text-align: center;">2 (50%)</p>	<p>Criterio 2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera, y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (25%)</p> <p>Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (25%)</p>	<p style="text-align: center;">Rúbrica</p> <p style="text-align: center;">Lista de control</p> <p style="text-align: center;">Escala de valoración</p>

	3 (50%)	<p>Criterio 3.1. Identificar y aplicar las capacidades físicas y habilidades motrices necesarias para el desarrollo eficaz en situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición. (20%)</p> <p>Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos papeles asignados y responsabilidades. (20%)</p> <p>Criterio 3.4. Hacer uso, con progresiva autonomía, de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (20%)</p>	
Actividades			
<p>Practicar diferentes juegos y deportes alternativos resolviendo las diferentes situaciones motrices que se presenten durante el desarrollo del juego mediante la aplicación de los procesos de percepción, decisión y ejecución.</p> <p>Poner en práctica las habilidades motrices específicas desarrolladas en un evento campeonato recreativo organizado por el alumnado.</p> <p>Fabricar materiales deportivos haciendo uso de elementos reciclados (palas, red con cinta...).</p> <p>Mostrar una actitud de motivación, esfuerzo y respeto por los diferentes niveles que puedan encontrarse dentro del aula, así como aceptar el reglamento de cada deporte.</p>			
ACNEAE			
<p>Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.</p>			

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 5

ACTIVIDADES RÍTMICO-MUSICALES

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	SEGUNDO	Curso	1º ESO	Sesiones	6-8 aprox.
------------------	---------	--------------	--------	-----------------	------------

Reto Inicial			
¿Danzamos por el mundo? ¡Sigue el ritmo!			
Justificación y centro de interés			
<p>Experiencias previas: El alumnado ha practicado actividades rítmicas con y sin soporte musical en la etapa anterior de forma improvisada. Asimismo, todos han fortalecidos sus relaciones sociales dentro del grupo mostrando desinhibición a la hora de las exposiciones en público. Por tanto, aprovecharemos estos hechos para elaborar una composición coreográfica grupal.</p> <p>Centros de interés de los escolares: Actualmente, las plataformas digitales emiten gran cantidad de tendencias rítmicas coreográficas, challenge artísticos, etc., ocupando gran parte del tiempo de ocio de los mismos destinado a su visualización. Tomaremos como aliado el poder de estas plataformas para dar una visión artística del mundo en base a la cultura montando composiciones coreográficas.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 10</p>			
Objetivos de Etapa		Saberes básicos	
J, K, L		BLOQUE E	
Objetivos de aprendizaje			
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer y practicar bailes y danzas colectivas de diferentes países. • Participar los factores del movimiento y de la danza en las diferentes manifestaciones rítmicas, impulsando la imaginación y la creatividad tanto individual como grupal. • Elaborar una composición artístico-expresiva mediante la unión de las diferentes danzas. • Valorar las diversas danzas como medio de comunicación y expresión, así como parte del patrimonio cultural de cada zona. 			
Principios DUA		Metodología	
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes formas de desarrollar la imaginación, creatividad y expresión corporal para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>		<p>Reproducción de modelos Grupos reducidos Resolución de problemas Trabajo colaborativo Aprendizaje basado en proyectos</p>	
		Recursos	
		<p>Analógicos: Infografías, cartas bailes culturales, ... TIC: Vídeos de apoyo, plataformas audiovisuales Espaciales: Gimnasio, pista polideportiva Materiales: Equipo de música, cualquier material a modo de atrezo ...</p>	
Interdisciplinariedad			
<p>Podemos establecer una relación interdisciplinar con el departamento de Geografía e Historia compaginando la historia, ubicación geográfica, cultura, etc. de cada uno de los países seleccionado con las danzas y manifestaciones rítmicas asociadas que ayuden a entender el porqué de estos movimientos rítmicos. Del mismo modo, se puede mantener una interdisciplinariedad con el departamento de Educación Plástica y Audiovisual para la edición de vídeos.</p>			
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

¿Dominarás la habilidad de moverte superando los obstáculos? ¡Que no te detenga ninguna barrera!

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: El alumnado ha desarrollado las CFB y HMB en ejercicios de CF abordados en una situación del aprendizaje del trimestre anterior, de ahí el avance en la profundización de las habilidades motrices básicas y específicas en un deporte individual.

Centros de interés de los escolares: El alumnado conoce y demanda la modalidad del Parkour debido a un gran consumo audiovisual del mismo, el cual supone un atractivo por sus elementos técnicos y motrices, sin embargo, lo asocian a un deporte practicado por el género masculino.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3, 5, 11

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
C, D y K	BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE E BLOQUE F (2.2.1)

Objetivos de aprendizaje

- Conocer las medidas de seguridad y habilidades motrices necesarias en un deporte individual
- Practicar actividades y modalidades deportivas individuales con progresiva autonomía en su ejecución, tanto en el entorno escolar como en el medio urbano y natural
- Fomentar los valores de la coeducación a través del Parkour para trabajar la educación en igualdad

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:	Asignación de tareas Grupos reducidos Trabajo colaborativo TGFU
Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.	
Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...	Recursos
Acción: se establecerán diferentes recorridos para adaptarse a las diferentes capacidades, se fomentará el protagonismo del alumnado...	Analógicos: Fichas con los gestos técnicos y habilidades motrices, infografías con la acción a desarrollar y el obstáculo a superar ... TIC: Vídeos de apoyo y noticias sobre la mujer y el Parkour Espaciales: Gimnasio, pista polideportiva Materiales: Colchonetas, aros, conos, plinto, espalderas...

Interdisciplinariedad

Podemos establecer una relación interdisciplinar con el departamento de Geografía e Historia en la inmersión de la mujer en el mundo del Parkour, así como con el departamento de Biología y Geología tratando aspectos relevantes sobre la conservación del entorno natural

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

<p>CPSAA 4 (20%)</p> <p>STEM 5 (20%)</p> <p>CCL5 (20%)</p>	<p>2 (33.3%)</p>	<p>Criterio 2.1. Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición y estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (25%)</p> <p>Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (25%)</p>	<p>Rúbrica</p>
<p>CCEC 1 (10%)</p> <p>CC 4 (10%)</p>	<p>3 (33.3%)</p>	<p>Criterio 3.1. Identificar y aplicar las capacidades físicas y habilidades motrices necesarias para el desarrollo eficaz en situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición. (25%)</p>	<p>Escala de valoración</p>
<p>CE1 (20%)</p>	<p>5 (33.3%)</p>	<p>Criterio 5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, terrestres, acuáticos o aéreos, valorándolas y disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (25%)</p>	

Actividades

- El alumnado pondrá en práctica las acciones técnicas del Parkour teniendo siempre en cuenta un aspecto relevante en esta situación de aprendizaje como es la seguridad, donde valorará el riesgo de cada acción.
- Tras practicar las acciones técnicas diseñará un recorrido por el aula y/o zonas exteriores al aula acorde a su nivel de destreza, previamente asimilado en la práctica de las acciones. Cada obstáculo del recorrido tendrá asociada una frase estereotipada (la cual superarán) y una valoración del riesgo.
- Por último, en grupos mixtos explicarán las zonas urbanas y naturales de su localidad donde se puede realizar circuitos de parkour evidenciando de forma práctica su ejecución por parte de las alumnas y alumnos del grupo, así como una reflexión sobre el papel de la mujer en este deporte y su experiencia al realizar los diferentes circuitos con sus compañeras y compañeros de clase.

ACNEAE

Se propondrán diferentes medidas reglamentarias para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 7 PRIMEROS AUXILIOS

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	SEGUNDO	Curso	1º ESO	Sesiones	3 aprox.
Reto Inicial					
<h2>¿Podrás salvar vidas? ¡Sé un héroe sin capa!</h2>					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: El alumnado ha desarrollado aprendizajes básicos relacionados con esta temática (conceptos como primeros auxilios, 112, etc.), de forma desestructurada, desconociendo ciertas medidas básicas de primeros auxilios y protocolos de actuación organizados.</p> <p>Centros de interés de los escolares: El alumnado ha presenciado ciertas lesiones corporales o situaciones accidentales, bien propias o ajenas, manifestando cierto desconocimiento sobre medidas de primeros auxilios o protocolos de actuación. Por ello, destacan la demanda de este tipo de aprendizaje.</p> <p>ODS (Objetivos de desarrollo sostenible): objetivo 3</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
A, E, F, G y K			BLOQUE B BLOQUE E		
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none">• Conocer los principios generales de los primeros auxilios, así como medidas y protocolos de actuación básica (SVB, PAS, 112, RCP, etc.).• Practicar las diferentes técnicas y medidas de actuación de primeros auxilios en situaciones accidentales simuladas en el entorno escolar.• Crear un montaje artístico-expresiva sobre la correcta actuación ante situaciones accidentales.• Valorar e interiorizar la importancia de los primeros auxilios en el conocimiento de actuar correctamente en caso de accidentes.					
Principios DUA			Metodología		
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos: Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido. Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... Acción: se establecerán diferentes situaciones de auxilio para adaptarse a las diferentes capacidades, se fomentará el protagonismo del alumnado...			ABP (aprendizaje basado en proyectos) Grupos reducidos Trabajo colaborativo		
			Recursos		
			Análogos: Fichas con situaciones de accidentes, carteles de ambientación... TIC: Vídeos de apoyo y noticias sobre accidentes en el deporte Espaciales: Gimnasio, pista polideportiva Materiales: Colchonetas, bancos, sillas, cuerdas, picas, conos...		
Interdisciplinariedad					
Podemos establecer una relación interdisciplinar con el departamento de Biología y Geología en el conocimiento y profundización sobre las estructuras corporales y sistemas orgánicos del cuerpo humano, entendiendo su funcionamiento y posibles lesiones en los mismos.					
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)		Instrumento Evaluación	

CCEC4 CC2 CPSAA3 CCL3 Todas 25%	1 (50%)	Criterio 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (50%)	Rúbricas
	4 (50%)	Criterio 4.3. Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical. (50%)	

Actividades

- El alumnado pondrá en práctica, en grupos reducidos, los protocolos y medidas de actuación en las diferentes situaciones de accidente propuestas, valorando los riesgos y aplicando medidas de seguridad.
- Paralelamente a la realización, anotan en su cuaderno de aprendizaje las medidas y pautas llevadas a cabo paso por paso, así como otras situaciones similares donde se pueda producir ese mismo accidente.
- Por último, en grupos de trabajo, elaboran un videotutorial explicando y realizando correctamente los protocolos y actuaciones básicas en una situación accidental extraída de su cuaderno de aprendizaje.

ACNEAE

Se propondrán diferentes medidas para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA TERCERA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 8 DEPORTES COLECTIVOS I

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	TERCERO	Curso	1º ESO	Sesiones	10 aprox.
Reto Inicial					
¿Te atreves a “encestar” tus aprendizajes?					
Justificación y centro de interés					

Experiencias previas: El alumnado ha desarrollado habilidades motrices específicas y las capacidades físicas básicas en situaciones de aprendizaje de los trimestres anteriores. Asimismo, tiene conocimientos sobre aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de otros deportes y creación de torneos deportivos básicos.

Centros de interés de los escolares: Buena parte del alumnado practica deportes colectivos en el tercer tiempo pedagógico y muestran cierto interés por seguir con su aprendizaje en estos deportes. Del mismo modo, demandan la organización de campeonatos deportivos que puedan trasladarlos al segundo tiempo pedagógico (recreo) con el resto de alumnado del centro.

ODS (Objetivos de desarrollo sostenible): 3, 16

Objetivos de Etapa		Saberes básicos	
A, D, G y K		BLOQUE A BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D	
Objetivos de aprendizaje			
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes colectivos (baloncesto). • Resolver situaciones motrices derivadas del juego usando las habilidades específicas y capacidades físicas básicas desarrolladas durante el proceso de formación. • Autoevaluar y coevaluar tanto el proceso de aprendizaje (preparación para el campeonato), como el resultado obtenido (en el campeonato deportivo) dentro del propio equipo y del resto. • Demostrar un comportamiento personal y social responsable con uno mismo y con los demás en los diferentes roles establecidos, aceptando las normas del juego y poniendo soluciones a los conflictos. 			
Principios DUA		Metodología	
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos: Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido. Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... Acción: se establecerán diferentes niveles, roles y reglas para adaptarse a las diferentes capacidades.		Asignación de tareas Grupos reducidos Resolución de problemas Modelo de enseñanza deportiva TGFU	
		Recursos	
		Analógicos: Infografías, tarjetas de roles, ... TIC: Vídeos de apoyo, web y aplicaciones (clasificaciones, etc.) Espaciales: Gimnasio, pista polideportiva Materiales: Balones, aros, conos, petos...	
Interdisciplinariedad			
Podemos establecer una relación interdisciplinar con el departamento de Lengua castellana y literatura en el redacción y estructura del cuaderno de aprendizaje. También se podría plantear la relación de forma complementaria de las acciones actitudinales derivadas con la práctica con la lectura de un libro relacionado con la temática: "Jugones de la NBA".			
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

<p>CE2 20%</p> <p>CPSAA1 CPSAA2 CPSAA3 CPSAA4 40%</p>	<p>2 (50%)</p>	<p>Criterio 2.1. Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición y estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (20%)</p> <p>Criterio 2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera, y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (20%)</p>	<p>Rúbricas</p>
<p>STEM1 20%</p> <p>CCL1 20%</p>	<p>3 (50%)</p>	<p>Criterio 3.1. Identificar y aplicar las capacidades físicas y habilidades motrices necesarias para el desarrollo eficaz en situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición. (20%)</p> <p>Criterio 3.2. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros. (20%)</p> <p>Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos papeles asignados y responsabilidades. (20%)</p>	<p>Listas de control</p>

Actividades
<ul style="list-style-type: none"> ● El alumnado formará equipos en pequeños grupos (5) donde se asignarán determinadas responsabilidades y roles (entrenador, árbitro, espectador, etc.), siendo todos ellos/as “jugadores” en la realización de las tareas y actividades propuestas, en la cuales mostrarán los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios asimilados. ● Durante la puesta en práctica de las actividades motrices van anotando las dificultades y situaciones relacionadas con la incertidumbre en el juego, roles asociados en cada actividad (entrenador, preparador físico, etc.), capacidades desarrolladas, actitudes propias, así como de los compañeros de equipo y “oponentes”. Todo ello será registrado en el cuaderno de aprendizaje.

- Por último, en los mismos grupos organizarán autónomamente un campeonato deportivo de baloncesto 3x3 con sistema de clasificación de liga, donde el alumnado no participante en los partidos asignados se le determinará los roles de evaluadores (de su equipo y del resto), árbitro, espectador, entrenador. En todos estos roles tienen que mostrar buenas actitudes, destacar cualquier conflicto derivado de la práctica y posibles soluciones para resolverlo. Todo ello mediante una autoevaluación y coevaluación, tanto del proceso como de los resultados obtenidos.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 9 ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	TERCERO	Curso	1º ESO	Sesiones	8 aprox.
Reto Inicial					
¿Conoces el entorno que nos rodea? ¡Explorémoslo!					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: El alumnado ha desarrollado las CFB en situaciones de aprendizajes anteriores y las pondrá en práctica en un ámbito diferente. Del mismo modo, la mayoría del alumnado sabe montar en bicicleta o medio de transporte sostenible (patinetes no eléctricos, triciclos, tándem, etc.). También, manejan con soltura diversas apps encontrándose entre ellas Google Maps.</p> <p>Centros de interés de los escolares: El alumnado demanda realizar actividades fuera del entorno escolar y utilizar medios de transporte que tienen en casa como la bicicleta. Aprovecharemos estos alicientes para inculcar la práctica de actividad física en entornos naturales y el respeto por el medio ambiente a través de una educación eco-sostenible.</p> <p>ODS (Objetivos de desarrollo sostenible): 3, 7, 11, 12, 13 y 15</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
E, F, G y K			BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE F		
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer las técnicas básicas de orientación sin brújula y técnicas de diseño de planos. • Crear planos de los espacios exteriores del centro y rutas senderistas de diferente nivel de dificultad a través del uso de las TIC y la colaboración con los compañeros/as. • Participar en actividades físico-deportivas de orientación, usando e interpretando correctamente los planos de cada zona. • Utilizar la bicicleta como medio de transporte sostenible en la realización de la actividad final. • Respetar el entorno natural y urbano como medio de práctica deportiva, valorando la importancia de utilizar medios de transporte eco-sostenibles y el cumplimiento de las normas viales de seguridad. 					
Principios DUA			Metodología		

<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes recorridos y transportes para adaptarse a las diferentes capacidades, se fomentará el protagonismo del alumnado...</p>	<p>Asignación de tareas Grupos reducidos Trabajo colaborativo Pedagogía de la aventura</p>
	Recursos
	<p>Analógicos: Fichas con símbolos de señales viales y senderismo ...</p> <p>TIC: Vídeos de apoyo, Google Maps, app de rutas senderistas</p> <p>Espaciales: Gimnasio, pista polideportiva, entorno del centro y espacios naturales próximos al mismo.</p> <p>Materiales: Conos, planos (mapas), móvil, casco, bicicleta...</p>

Interdisciplinariedad

Podemos establecer una relación interdisciplinar con el departamento de Biología y Geología tratando aspectos relevantes sobre la conservación del entorno natural y transporte sostenible. También con el departamento de Matemáticas en cálculo y medidas de distancias, velocidades, escalas, etc.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
<p>STEM5 (20%)</p> <p>CPSAA3 CPSAA4 (30%)</p> <p>CE1 (20%)</p> <p>CD2 (20%)</p> <p>CC4 (10%)</p>	<p>3 (50%)</p>	<p>Criterio 3.1. Identificar y aplicar las capacidades físicas y habilidades motrices necesarias para el desarrollo eficaz en situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición. (25%)</p>	<p>Lista de control</p> <p>Rúbrica</p> <p>Rúbrica</p>

	5 (50%)	<p>Criterio 5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, terrestres, acuáticos o aéreos, valorándolas y disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (25%)</p> <p>Criterio 5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (25%)</p> <p>Criterio 5.3. Colaborar y cooperar en el diseño y organización de actividades sencillas que permitan aprovechar el espacio natural y urbano cercano, respetando y asumiendo las fases de trabajo y las responsabilidades asignadas. (25%)</p>	
--	--------------------------	--	--

Actividades

- El alumnado comenzará diseñando planos de los diferentes espacios del centro detallando las estructuras y los objetos localizados en los mismos, con el objetivo de rastrear pistas ocultas en cada uno de ellos. El contenido de estas pistas será información sobre conceptos de orientación espacial y deportiva.
- Una vez asimilen los conocimientos básicos sobre la orientación espacial y deportiva, realizaremos carreras de orientación por bloques en el propio centro con un mapa a escala, donde se encontrarán ocultas balizas a modo de códigos QR con información relativa a aspectos generales del senderismo y la bicicleta como medio de transporte sostenible, así como normas de seguridad viales y senderistas.
- Tras los aprendizajes anteriores, profundizaremos sobre el diseño y trazados de rutas senderistas en el entorno natural próximo al centro, incidiendo en la importancia de la seguridad y normas viales. Todo ello con el propósito de realizar dichas rutas diseñadas por el alumnado tras su finalización.
- Por último, aprovecharemos el alumnado del centro que cursa el ciclo de TSEAS para la puesta en práctica de una actividad de orientación natural en bicicleta con balizas de QR, donde se mostrará información característica sobre la zona de práctica (flora y fauna, ecología, etc.).

ACNEAE

Se propondrán diferentes recorridos y medios de transporte para atender a las diferentes capacidades del alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

2º DE ESO

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA PRIMERA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 1 CONDICIÓN FÍSICA PARA TODOS/AS

(basada en RD 110/2022)

Trimestre PRIMERO

Curso 2º ESO

Sesiones 12 - 14 aprox.

Reto Inicial

¿Podrías convertirte en alguien más Resistente, Fuerte y Flexible?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: se trata de un contenido común en todas las etapas. Por tanto, el alumnado conoce las capacidades físicas básicas.

Centros de interés de los escolares: el alumnado muestra cada vez un mayor interés por el mundo del fitness y el cuidado de la imagen. Aprovecharemos este hecho para su desarrollo y mejora. **ODS (objetivo de desarrollo sostenible):** objetivo 3

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, B, C y F	BLOQUE A BLOQUE C BLOQUE F

Objetivos de aprendizaje

- Conocer y desarrollar un calentamiento general de forma autónoma
- Conocer diferentes sistemas de entrenamiento para el desarrollo de la Fuerza, Resistencia y Flexibilidad.
- Calcular y manejar diferentes intensidades en el entrenamiento en función de la FC
- Autorregular el esfuerzo en función de la FC
- Reconocer los errores más comunes en la práctica asociándolos a las posibles consecuencias negativas para la salud

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:	Grupo por niveles TGFU Asignación de tareas Trabajo colaborativo Trabajo cooperativo
Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.	Recursos
Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...	Analógicos: Rutinas de tareas con diferentes niveles, Oca CF, Fichas resistencia cooperativa...
Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, pro) para adaptarse a las diferentes capacidades.	TIC: vídeos de apoyo, App Strava, Excel colaborativo... Espaciales: Gimnasio, patio... Materiales: balones, bancos, colchonetas, picas, conos, combas...

Interdisciplinariedad

Dependiendo de los retos o trabajos elegidos podríamos trabajar con los departamentos de inglés, matemáticas...

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
------------------	------------------------	------------------------------	------------------------

**CD3
(30%)**

**CPSAA 4
(40%)**

**STEM 5
(30%)**

**1
(50%)**

Criterio 1.1. Establecer, organizar y poner en práctica secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. (12,5%)

Criterio 1.2. Comenzar a incorporar, con progresiva autonomía, procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (12,5%)

Criterio 1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente (12,5%)

Criterio 1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte (12,5%)

Rúbrica Calentamiento G.

Lista de Control
(Técnica ejercicios autocarga)

Excel colaborativa
(Reto kms - App Strava)

**3
(50%)**

Criterio 3.2. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros. (16,6%)

Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de funciones, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (16,6%)

Rúbrica práctica diaria

Criterio 3.4. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (16,6%)

Actividades

Los alumnos conocerán las partes de un calentamiento general, los ejercicios a realizar en cada una de ellas así como la duración que debe tener el mismo permitiéndoles de esta manera llevarlo a cabo de forma autónoma.

A través de diferentes propuestas, muchas de ellas ludificadas, el alumnado trabajará su condición física comprendiendo los aspectos clave de los diferentes sistemas de entrenamiento practicados.

La clase asumirá un reto grupal consistente en la realización de un número determinado de kilómetros en carrera continua aplicando el uso de la FC para el control del esfuerzo. Los kilómetros realizados individualmente quedarán registrados en la App Strava y deberán ser compartidos en una hoja de excel colaborativa.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 2

ULTIMATE

(basada en RD 110/2022)

Trimestre

PRIMERO

Curso

2º ESO

Sesiones

7

aprox.

Reto Inicial

¿Puedes lanzar el disco de 4 formas diferentes?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: El curso anterior los alumnos realizaron diferentes juegos con el disco volador por lo en su mayoría pueden desplazar el disco con precisión. Aprovechando esto, profundizaremos en las diferentes técnicas y el desarrollo del pensamiento táctico tanto en ataque como en defensa.

Centros de interés de los escolares: Aprendizaje de un nuevo deporte alejado de las prácticas convencionales.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3, 5, 16

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, D, G y K	BLOQUE A BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D

Objetivos de aprendizaje

- Conocer y aplicar las diferentes técnicas de lanzamiento y recepción de forma eficaz durante el juego.
- Conocer y aplicar los aspectos tácticos básicos de ataque y defensa en situación de juego real.
- Coevaluar y autoevaluar la resolución de situaciones motrices surgidas durante el juego.
- Respetar las normas establecidas para cada tarea, a los compañeros y al profesor.

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos: Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido. Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...	Asignación de tareas Grupos de nivel Resolución de problemas Descubrimiento guiado TFGU Flipped classroom
Acción: se establecerán diferentes grupos en situaciones concretas en función del nivel de habilidad permitiendo a los alumnos adaptarse mejor a las exigencias técnicas del deporte.	Recursos Analógicos: TIC: Apuntes classroom, vídeos técnicas de recepción y lanzamiento. Espaciales: patio, pista, pabellón Materiales: Discos, conos, chinos, aros...

Interdisciplinariedad

Se puede establecer una relación interdisciplinar con el Departamento de Tecnología a través de la preparación de material reciclado para elaborar discos voladores.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
------------------	------------------------	------------------------------	------------------------

<p>CPSAA 4 (60%)</p>	<p>2 (50%)</p>	<p>Criterio 2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera, y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (25%)</p>	<p>Lista de Control (técnicas/ ataque-defensa/reglame nto)</p>
<p>CC 3 (40%)</p>		<p>Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (25%)</p>	<p>Rúbrica (Auto y coevaluación)</p> <p>Rúbrica (Práctica diaria)</p>

3 (50%)

Criterio 3.1. Identificar y aplicar las capacidades físicas y habilidades motrices necesarias para el desarrollo eficaz en situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición. (12,5%)

Criterio 3.2. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros. (12,5%)

Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos papeles asignados y responsabilidades. (12,5%)

Rúbrica
(Práctica diaria)

Criterio 3.4. Hacer uso, con progresiva autonomía, de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivosexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (12,5%)

Actividades

El alumnado a través de juegos y diferentes situaciones aprenderá los aspectos técnicos y tácticos básicos para la práctica del Ultimate. Se utilizará una situación de juego real para llevar a cabo la evaluación en la que los alumnos además tendrán que evaluar su propia práctica así como la de sus compañeros.

Se llevará a cabo una exhibición de las técnicas aprendidas en un recreo para los alumnos de primero de ESO.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 3 CUIDA TU ESPALDA

(basada en RD 110/2022)

¿Puedes proteger tu espalda del mundo que te rodea?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: Los alumnos han trabajado ejercicios con autocargas en la situación de condición física en los cuáles se ha incidido en la técnica para principalmente proteger la espalda. Los alumnos conocen la importancia de su cuidado.

Centros de interés de los escolares: Los alumnos pasan mucho tiempo sentados en el instituto y también cargan con mochilas pesadas por lo que pueden experimentar la necesidad de una buena higiene postural.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): [objetivo 3](#)

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, K y F	BLOQUE A BLOQUE D

Objetivos de aprendizaje

- Conocer y aplicar los aspectos básicos de una buena higiene postural
- Identificar los malos hábitos posturales más comunes en situaciones cotidianas.
- Conocer las consecuencias negativas que para nuestra salud puede tener una mala higiene postural.
- Conocer las principales alteraciones de la columna vertebral

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos: Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido. Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.	Trabajo cooperativo (puzzle de aronson) Asignación de tareas Gamificación (kahoot)
	Recursos
	Analógicos: TIC: Apuntes classroom, móviles (códigos qr) Espaciales: patio, pista, pabellón Materiales: Conos, chinos, aros, colchonetas, cuerdas, cajas.

Interdisciplinariedad

Nos coordinaremos con el departamento de EPV para la realización de carteles informativos para las aulas sobre buenas prácticas de higiene postural en el centro.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
CCL 1 (20%)	1 (50%)	Criterio 1.2. Comenzar a incorporar, con progresiva autonomía, procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (16,6%)	Rúbrica (Vídeo tutorial)
CD 2, 3 Y 4 (20%)			Lista de control(carteles)
CPSAA 2 y 5 (40%)		Criterio 1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente (16,6%)	Rúbrica (práctica diaria)
CC 1 (20%)			Rúbrica (Coev. higiene postural)

Criterio 1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción (16,6%)

3
(50%)

Criterio 3.3 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos papeles asignados y responsabilidades. (25%)

Criterio 3.4. Hacer uso, con progresiva autonomía, de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (25%)

Situación de Aprendizaje Final

- Elaboración de carteles informativos.
- Vídeo tutorial sobre higiene postural
- Coevaluación de hábitos posturales en la representación de una historia establecida.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA SEGUNDA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 4

DEPORTE INDIVIDUAL “ HACIA LOS JUEGOS OLÍMPICOS”

(basada en RD 110/2022)

Trimestre

SEGUNDO

Curso

2º ESO

Sesiones

6-7
aprox.

Reto Inicial

¿Nos superamos y avanzamos?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: se trata de un contenido aplicable en todas las etapas. A través de él vamos a seguir mejorando y desarrollando nuestro nivel de condición física y las capacidades físicas básicas.

Centros de interés de los escolares: La localidad donde se encuentra el centro (Badajoz) cuenta con muchos clubes dedicados a la práctica de diferentes modalidades atléticas, por ello buscamos darle la oportunidad de conocerlos dentro del ámbito educativo y que puedan acceder en su tiempo libre.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 5

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, B, C, G y K	BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D

Objetivos de aprendizaje

- Conocer la realidad de la práctica del atletismo en su entorno.
- Ejecutar diferentes tipos de carreras y distinguir las características principales.
- Conocer el reglamento y las normas de algunas especialidades atléticas.
- Aceptar la participación de todos los compañeros/as sin discriminación.
- Participar activamente en todas las actividades planteadas.

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:	Grupo por niveles TGFU Asignación de tareas Trabajo colaborativo Trabajo cooperativo
Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido. Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...	
Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.	Recursos Analógicos: Rutinas de tareas con diferentes niveles TIC: vídeos de apoyo, app de crono... Espaciales: Gimnasio, patio... Materiales: balones, bancos, colchonetas, picas, conos, combas...

Interdisciplinariedad

Dependiendo de los retos o trabajos elegidos podríamos trabajar con los departamentos de Geografía e historia y tecnología

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

CPSAA4 (15%) CPSAA5 (15%) CE2 (10%) CE3 (10%)	2 (50%)	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición y estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (16.6%)</p> <p>2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación... (16.6%)</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices.... (16.6%)</p>	Rúbricas
		Hojas de observación	
		Listas de Control	
CCL5 (10%) CPSAA1 (10%) CPSAA3 (10%) CPSAA5 (10%) CC3 (10%)	3 (50%)	<p>3.1 Identificar y aplicar las capacidades físicas y habilidades motrices necesarias para el desarrollo eficaz en situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición. (12,5%)</p> <p>3.2 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros. (12,5%)</p> <p>3.3 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos papeles asignados y responsabilidades. (12,5%)</p> <p>3.4 Hacer uso, con progresiva autonomía, de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual (12,5%)</p>	Rúbricas
		Escala de valoración	
		Hojas de observación	
		Listas de Control	

Actividades

A través de diferentes propuestas (juegos, ejercicios, competiciones) el alumnado conocerá esta modalidad deportiva aprovechándola para mejorar su condición física, entendiendo, comprendiendo y eligiendo aquellos que mejor se adapten a su nivel.

Poner en práctica las habilidades motrices específicas desarrolladas en un evento final titulado como los juegos olímpicos.

Demostrar una actitud de motivación, esfuerzo y respeto por los diferentes niveles que puedan encontrarse dentro del aula mostrando una actitud de ayuda a sus iguales para la consecución de los objetivos.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 5 ACTIVIDADES LUCTATORIAS

(basada en RD 110/2022)

Trimestre SEGUNDO

Curso 2º ESO

Sesiones

7-8 aprox

Reto Inicial

¿Aprendemos a defendernos y respetar al contrario?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: Se trata de un contenido de secundaria, entendemos que el alumnado desconoce parte de los saberes necesarios para poder practicarlo, entienden esta modalidad como algo no muy educativo, por ello desde nuestra materia vamos a presentar esta situación con fines lúdicos y educativos, centrándonos principalmente en el juego y el respeto.

Centros de interés de los escolares: El alumnado continuamente muestra interés por deportes o actividades de combate, ya que el boxeo en los últimos años ha adquirido un papel importante en la sociedad, y es practicado por un número elevado de personas.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 5

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, B, C, G y K	BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D

Objetivos de aprendizaje

- Desarrollar las habilidades motrices básicas y específicas
- Conocer y practicar diferentes deportes de combate/lucha
- Desarrollar los aspectos técnicos-tácticos de las diferentes disciplinas de actividades luctatorias a trabajar.
- Conocer, aceptar y respetar las posibilidades propias y las de los demás
- Conocer y poner en práctica los valores de estas modalidades deportivas, respeto y tolerancia por encima de resultados.
- Conocer y ejercer la función de árbitro dentro de estas modalidades deportivas

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:	Asignación de tareas Descubrimiento guiado Flipped classroom Grupo por niveles Trabajo cooperativo y colaborativo
Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido. Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...	
Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.	Recursos

Analógicos: hojas con actividades
TIC: vídeos de apoyo
Espaciales: Gimnasio, patio...
Materiales: colchonetas, material autoconstruido, bancos suecos

Interdisciplinariedad

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
------------------	------------------------	------------------------------	------------------------

<p>CPSAA4 (20%) CPSAA5 (20%) CE2 (5%) CE3 (5%)</p>		<p>2.1 Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición y estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (16.6%)</p>	<p>Rúbrica</p>
	<p>2 (50%)</p>	<p>2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación... (16.6%)</p>	<p>Lista de control</p>
<p>CCL5 (10%) CPSAA1</p>		<p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices... (16.6%)</p>	<p>Hoja de observación</p>
<p>CPSAA1 (10%) CPSAA3</p>		<p>3.1 Identificar y aplicar las capacidades físicas y habilidades motrices necesarias para el desarrollo eficaz en situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición. (12,5%)</p>	
<p>CPSAA5 (10%) CC3</p>	<p>3(50%)</p>	<p>3.2 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros. (12,5%)</p>	<p>Rúbrica</p> <p>Lista de control</p>
<p>CC3 (10%)</p>		<p>3.3 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos papeles asignados y responsabilidades. (12,5%)</p> <p>3.4 Hacer uso, con progresiva autonomía, de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual (12,5%)</p>	<p>Escala de valoración</p>

Situación de Aprendizaje Final

El alumnado irá conociendo y practicando diferentes modalidades de actividades luctatorias a través de diferentes juegos y actividades lúdicas.

Aprendizaje colaborativo de las diferentes técnicas de trabajo Autoevaluación y coevaluación

Realizarán situaciones reales de las diferentes modalidades pasando por el rol de jugador y árbitro

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 6 JUST DANCE

(basada en RD 110/2022)

Trimestre SEGUNDO

Curso 2º ESO

Sesiones

8-9aprox.

Reto Inicial

¿Movemos el esqueleto?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: El alumnado ha practicado actividades rítmicas en la etapa anterior, concretamente las danzas del mundo. Asimismo, todos han fortalecido sus relaciones sociales dentro del grupo mostrando desinhibición a la hora de las exposiciones en público. Por tanto, aprovecharemos este curso para trabajar estos conocimientos a través de situaciones más motivantes.

Centros de interés de los escolares: Actualmente, las plataformas digitales emiten gran cantidad de tendencias rítmicas coreografías, tiktok, etc., ocupando gran parte del tiempo de ocio de los mismos destinado a su visualización. Tomaremos como aliado el poder de estas plataformas para dar una visión artística del mundo en base a la cultura montando composiciones coreográficas.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3,5 y 10

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
J,K,L	BLOQUE E
Objetivos de aprendizaje	
<ul style="list-style-type: none">• Incorporar al baile para el desarrollo personal y social.• Apreciar las manifestaciones artísticas del baile.• Asumir valores de tolerancia, cooperación y solidaridad con los demás.• Favorece el trabajo en equipo.• Fomenta la coeducación o igualdad en un contenido socialmente estereotipado para la práctica hacia la mujer.• Favorece el fortalecimiento de relaciones afectivas con otras personas	
Principios DUA	Metodología

<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Reproducción de modelos Grupos reducidos Resolución de problemas Trabajo colaborativo Aprendizaje basado en proyectos</p>
	Recursos
	<p>Analógicos: Infografías TIC: Vídeos de apoyo, plataformas audiovisuales Espaciales: Gimnasio, pista polideportiva Materiales: Equipo de música, cualquier material a modo de atrezzo</p>

Interdisciplinariedad

Nos coordinaremos con el departamento de Música

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
		<p>Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos papeles asignados y responsabilidades. (50%)</p>	Rúbrica
<p>CC1 (20%) CC2 (20%) CC4 (20%) CE3 (25%) CD3 (5%) CD1 (5%) CD2 (5%)</p>		<p>Criterio 4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia Social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. (16,6%)</p> <p>Criterio 4.4. Valorar positivamente la importancia que las actividades artístico-expresivas tienen en la mejora de la inteligencia emocional. (16,6%)</p> <p>Criterio 4.3. Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical. (16,6%)</p>	<p>Hoja de observación</p> <p>Registro anecdótico</p>

Situación de Aprendizaje Final

El alumnado desarrollará los diferentes factores del movimiento en pequeños grupos teniendo como tema principal el baile más actual.

Tras dotar al alumnado de herramientas artísticas, expresivas y rítmicas, cada grupo elabora una composición coreográfica, para finalmente realizar un montaje final

Este producto final será grabado (previa autorización parental) para su posterior edición a través efectos y filtros de las plataformas audiovisuales actuales. Bajo consentimiento, el resultado final podrá ser expuesto el día del centro.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA TERCERA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 7 ORIENTACIÓN Y SENDERISMO

(basada en RD 110/2022)

Trimestre TERCERO

Curso 2º ESO

Sesiones 4 aprox.

Reto Inicial

¿Eres capaz de orientarte en tu ciudad y en la naturaleza?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: El alumnado tiene la experiencia acerca de estos saberes del curso anterior (fabricación e interpretación de mapas, circuitos de pistas con QR y diferentes apps); utilizando medios de transporte sostenibles como son las bicicletas, aparte del senderismo; que nos servirán de base para su desarrollo en esta situación de aprendizaje.

Centros de interés de los escolares: Nuestro alumnado necesita realizar actividad física en el medio natural; por tanto las distintas técnicas y actividades de orientación son una forma motivante de hacerlo, aparte de saber unas nociones básicas sobre los senderos que combinan a la perfección con este tipo de actividades

ODS (objetivos de desarrollo sostenible): 3, 5, 13 y 15

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, B, J, K	BLOQUE A BLOQUE C BLOQUE F

Objetivos de aprendizaje

- Conocer las diferencias entre el medio urbano y el medio natural, así como la justificación de la necesidad de proteger el medio ambiente.
- Conocer la orientación y aprender a orientarse por diferentes métodos y sistemas.
- Conocer y descubrir los caminos para transitar por la naturaleza.

- Conocer las actividades de senderismo y las normas y posibilidades para su práctica, así como el equipamiento básico necesario.
- Entender la arqueología de campo como una actividad complementaria a la asignatura de Geografía e Historia.
- Conocer las formas de orientación urbana.

Principios DUA	Metodología
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Asignación de tareas Grupos reducidos Trabajo colaborativo Flipped classroom Pedagogía de la aventura</p>
	Recursos
	<p>Analógicos: Láminas, tarjetas, tizas... TIC: vídeos de apoyo, apps de móvil, códigos QR..... Espaciales: Gimnasio, patio, espacios exteriores cercanos... Materiales: planos, conos, señales de senderismo...</p>

Interdisciplinariedad

Podemos establecer una relación interdisciplinar con el departamento de Geografía e Historia, por la exploración e interpretación de mapas, así como el conocimiento de la geografía urbana y natural del territorio. Podemos nombrar también aquí al departamento de Tecnología y digitalización, por la utilización de apps relacionadas con la naturaleza. También con el departamento de Matemáticas en cálculo y medidas de distancias, velocidades, escalas, etc.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

CCL2
(10%)

STEM 1
STEM 5
(20%)

3
(50%)

Criterio 3.1. Identificar y aplicar las capacidades físicas y habilidades motrices necesarias para el desarrollo eficaz en situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición. (50%)

Formulario teórico

CD 1
CD2
CD 5
(30%)

CPSAA 2
CPSAA3
(20%)

5
(50%)

Criterio 5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, terrestres, acuáticos o aéreos, valorándolas y disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (16,6%)

Lista de control

CC 4
(10%)

Criterio 5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (16,8%)

CE 1
(10%)

Criterio 5.3. Colaborar y cooperar en el diseño y organización de actividades sencillas que permitan aprovechar el espacio natural y urbano cercano, respetando y asumiendo las fases de trabajo y las responsabilidades asignadas. (16,6%)

*Ficha de control
Y rúbricas*

Actividades

Realizar actividades sobre cómo hacer mochilas, conocer los indicadores de las diferentes rutas a realizar e interpretación de mapas

Poner en práctica juegos de pistas dentro y por los alrededores del instituto (Parque del Castelar, San Francisco); así como un Raid organizado por Badajoz, en colaboración con los alumnos de ciclo del Zurbarán

ACNEAE

Se propondrán diferentes recorridos y medios de transporte para atender a las diferentes capacidades del alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 8 PRIMEROS AUXILIOS

(basada en RD 109/2022)

Trimestre TERCERO

Curso 2º ESO

Sesiones

4 aprox.

Reto Inicial

¿Sabes salvar vidas? ¡Demuéstralo!

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: El alumnado ya adquirió experiencia en estos contenidos el curso anterior, de una forma estructurada. A la hora de afrontar esta situación de aprendizaje, el alumno debe saber cómo activar el protocolo de actuación de primeros auxilios.

Centros de interés de los escolares: En la vida se producen accidentes que pueden comprometer la salud de las personas, y es importante el conocimiento de unos primeros auxilios para reducir el pronóstico de un accidentado o salvar su vida. En este curso, la importancia radica en el reciclaje de esos aprendizajes respecto al curso anterior

ODS (objetivos de desarrollo sostenible): 3

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, E, G, K	BLOQUE B BLOQUE E
Objetivos de aprendizaje	

- Conocer los aspectos de prevención de accidentes y lesiones.
- Repasar y reciclar los principios generales de los primeros auxilios, así como medidas y protocolos de actuación básica (SVB, PAS, 112, RCP, etc.).
- Reciclar la práctica de las diferentes técnicas y medidas de actuación de primeros auxilios en situaciones accidentales simuladas en el entorno escolar: RCP, maniobra de Heimlich, posición antishock.
- Concienciar al alumno de la seriedad y la importancia que los primeros auxilios tienen para su vida y para los que los rodean

Principios DUA	Metodología
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Responsabilidad personal y social</p> <p>Aprendizaje servicio</p> <p>Grupos reducidos</p> <p>Trabajo colaborativo</p>
	Recursos
	<p>Analógicos: Fichas con situaciones de accidentes, carteles de ambientación...</p> <p>TIC: Vídeos de apoyo y noticias sobre accidentes en el deporte</p> <p>Espaciales: Gimnasio, pista polideportiva</p> <p>Materiales: Colchonetas, bancos, sillas, cuerdas, picas, conos...</p>

Interdisciplinariedad

Podemos establecer una relación interdisciplinar con el departamento de Educación en Valores, por lo que significa el hecho de salvar una vida gracias a nuestra actuación.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

CE 3 (20%)	1 (50%)	Criterio 1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente (25%)	<i>kahoot</i>	
CC2 (20%)				
CPSAA3 (20%)			Criterio 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (25%)	<i>Rúbricas</i>
CCL3 (20%)				
CD2 (20%)	4 (50%)	Criterio 4.3. Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical. (50%)	<i>Rúbricas</i>	

Actividades
Poner en práctica, en grupos reducidos, los protocolos y medidas de actuación en las diferentes situaciones de accidente propuestas, valorando los riesgos y aplicando medidas de seguridad: RCP a niños y mayores; maniobra de Heimlich, posición antishock
Realizar un kahoot sobre los principios de prevención ante accidentes de la vida cotidiana y el deporte, previa visualización y aprendizaje de los mismos.
Elaborar en grupos de trabajo un video sobre los protocolos y técnicas de primeros auxilios aprendidos, y exponerlos al resto de la comunidad educativa en la semana cultural del centro.
ACNEAE

Se propondrán diferentes recorridos y medios de transporte para atender a las diferentes capacidades del alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 9 DEPORTES ALTERNATIVOS

(basada en RD 110/2022)

Trimestre TERCERO

Curso 2º ESO

Sesiones 8 aprox.

Reto Inicial

¿Te atreves a aprender deportes que no conoces?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: El alumnado ya tiene experiencia del curso anterior en deportes alternativos, lo que nos servirá para aumentar la “oferta” de alternativas deportivas que nuestra asignatura puede ofrecer; y que iremos desarrollando a lo largo y ancho de la etapa

de ESO y Bachillerato. Los alumnos tienen ya un bagaje de habilidades motrices específicas, que aumentarán gracias a las diferentes variantes técnicas y tácticas que comprenden

Centros de interés de los escolares: Los deportes alternativos suponen opciones diferentes de hacer ejercicio y deporte por parte de los alumnos, siendo generalmente más lúdicos y accesibles para ellos; lo que ocasionará un mayor disfrute a la hora de practicarlos y que puedan extrapolarlo a su ocio cotidiano fuera del ámbito escolar

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3, 5 y 10

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, C, K	BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D

Objetivos de aprendizaje
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes alternativos: disco volador, béisbol, colpbol, intercrosse • Resolver situaciones motrices derivadas del juego usando habilidades motrices específicas. • Demostrar un comportamiento personal y social responsable con uno mismo y con los demás, aceptando las normas y reglas propias de los juegos y deportes propuestos. • Mostrar una actitud de esfuerzo en cada una de las tareas que se proponen

Principios DUA	Metodología
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Asignación de tareas Grupos reducidos Resolución de problemas Trabajo colaborativo Flipped classroom TGFU</p>
	Recursos
	<p>Analógicos: Infografías, tarjetas de roles, ... TIC: Vídeos de apoyo, web (clasificaciones, etc.) Espaciales: Gimnasio, pista polideportiva Materiales: Balones, aros, conos, elementos reciclados, bastones de intercrosse, discos voladores</p>

Interdisciplinariedad

Podemos establecer una relación interdisciplinar con el departamento de Educación en Valores, por las ideas que transmiten todos estos deportes alternativos de equipo: el compañerismo, el respeto, saber ganar y perder; valores sin duda inculcaremos en nuestro alumnado.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
------------------	------------------------	------------------------------	------------------------

CPSAA 1 (25%)	2 (50%)	Criterio 2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera, y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (25%)	<i>Listas de control</i>
STEM 5 (25%)		Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (25%)	<i>Rúbricas</i>
CC2 (25%)		Criterio 3.1. Identificar y aplicar las capacidades físicas y habilidades motrices necesarias para el desarrollo eficaz en situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición. (16,7%)	<i>Formulario Google Form</i>
CD1 (25%)	3 (50%)	Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos papeles asignados y responsabilidades. (16,7%)	<i>Lista de control</i>
		Criterio 3.4. Hacer uso, con progresiva autonomía, de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (16,6%)	

Actividades
<ul style="list-style-type: none"> ● Practicar diferentes ejercicios y juegos en progresión de los deportes alternativos del disco volador, béisbol, colpbol e intercrosse; desarrollando la toma de decisiones en las diferentes situaciones motrices que se plantean ● Poner en práctica las habilidades motrices específicas desarrolladas en torneos recreativos a nivel grupal y en torneos del centro.

ACNEAE
Se propondrán diferentes recorridos y medios de transporte para atender a las diferentes capacidades del alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

3º DE ESO

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA PRIMERA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 1 CALENTANDO MOTORES

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	PRIMERO	Curso	3º ESO	Sesiones	5 aprox.
Reto Inicial					
¿Serás capaz de PRÉPARARTE Y COLOCARTE?					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: el calentamiento es algo que vienen escuchando desde primaria, por tanto, profundizaremos más en este centrándonos en el específico.</p> <p>Centros de interés de los escolares: el alumnado en esta etapa, no le da la importancia que debe a esta parte de la tarea motora. A través de su presentación ABJ (aprendizaje basado en juegos) intentaremos atraer su atención que ayude a la interiorización de este en su práctica deportiva.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 5</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
A, C y K			BLOQUE A BLOQUE C		
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> • Comprender el calentamiento específico y sus posibilidades. • Utilizar diferentes estiramientos para aliviar dolores musculares y tensionales. • Adquirir una buena educación postural aplicable a la vida cotidiana haciéndola extensible al ámbito familiar. 					
Principios DUA			Metodología		
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido (visual, auditivo, kinestésico...)</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... con metodologías como la gamificación, MED...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>			<p>Grupo por niveles TGFU Asignación de tareas Trabajo colaborativo Trabajo cooperativo</p>		
			Recursos		
			<p>Analógicos: cartas con posturas... TIC: grabaciones en cámara lenta que ayude a su educación postural. Fotos de situaciones Espaciales: Gimnasio, patio... Materiales: bancos, fitball, gomas...</p>		
Interdisciplinariedad					
<p>Dependiendo de los retos o trabajos elegidos podríamos trabajar con los departamentos de inglés (poner en ambos idiomas los materiales creados, como las cartas donde aparezcan los músculos a trabajar...), biología (reforzando los saberes de este departamento) ...</p>					
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)		Instrumento Evaluación	

CCL 2 (25%) CD3 (25%) CPSAA 4 (25%) STEM 5 (25%)	1 (33.3%)	Criterio 1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, desarrollo y mantenimiento de las capacidades físicas básicas, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (25%) Criterio 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, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (25%)	Escala descriptiva (rúbricas) Lista de control
	2 (33.3%)	Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (25%)	
	4 (33.3%)	Criterio 4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo. (25%)	

Actividades

A través de diferentes propuestas (juegos, circuitos...) el alumnado debe comprender y aprender las diferentes posibilidades de preparación del cuerpo previo a una actividad física.

Conocer y utilizar los diferentes estiramientos para reducir el dolor muscular, prevenir lesiones o incluso utilizarlos como relajación en momentos de estrés o tensión muscular.

Aprender y tener en cuenta los principios ergonómicos dentro y fuera del aula con la intención de mejorar la salud personal, así como la salud en el ámbito familiar del alumnado. Pudiendo demostrar esto último a través de una exposición de fotos, vídeos... donde demuestren lo aprendido en su ámbito doméstico.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 2 PREPARADOS, LISTOS, YA

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	PRIMERO	Curso	3º ESO	Sesiones	15 aprox.
Reto Inicial					
¿Y si te montas tu gimnasio?					
Justificación y centro de interés					

Experiencias previas: el desarrollo de las capacidades físicas es algo que los alumnos vienen desarrollando desde primero de eso, por ello, profundizaremos en este saber de aprendizaje básico.
Centros de interés de los escolares: en edad adolescente, la imagen es muy importante, algunos alumnos/as quieren mejorar su imagen y lo que les ofrecemos es que lo hagan bien y con una dieta equilibrada y saludable.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): **objetivos 3, 5 y 12**

Objetivos de Etapa		Saberes básicos	
B, C, D, G, H y K		BLOQUE A BLOQUE B BLOQUE C	
Objetivos de aprendizaje			
<ul style="list-style-type: none"> • Aprender los principios básicos del entrenamiento físico • Conocer las formas de entrenamiento que están de “moda” así como qué capacidad física desarrollan. • Conocer el Core, la musculatura implicada y la importancia para el mantenimiento de la postura. • Comprender en qué consiste una dieta sana y equilibrada para poder diseñar una dieta equilibrada a partir de racionalizar las cantidades adecuadas de los diferentes nutrientes. • Saber qué es el dopaje, en qué consiste un control, así como su protocolo y conocer los últimos casos de este tema. 			
Principios DUA		Metodología	
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido (visual, auditivo, kinestésico...)</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... con metodologías como la gamificación, MED...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>		<p>Grupo por niveles TGFU Asignación de tareas Trabajo colaborativo Trabajo cooperativo</p>	
		Recursos	
		<p>Analógicos: oca de la condición física, tabla de tabata, cartas de fit EF...</p> <p>TIC: vídeo del WADA (dopaje), vídeos nutricionales y de trastornos de alimenticios...</p> <p>Espaciales: Gimnasio, patio, aula ...</p> <p>Materiales: bancos, colchonetas, fitball, gomas, balones medicinales ...</p>	
Interdisciplinariedad			
<p>Dependiendo de los retos o trabajos elegidos podríamos trabajar con los departamentos de inglés (poner en ambos idiomas los materiales creados, como las cartas donde aparezcan los músculos a trabajar...) , biología (reforzando los saberes de este departamento)...</p>			
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

	1 (33.3%)	<p>Criterio 1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal. (11%)</p> <p>Criterio 1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, desarrollo y mantenimiento de las capacidades físicas básicas, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (11%)</p> <p>Criterio 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, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (11%)</p> <p>Criterio 1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (11%)</p>	<p>Escala descriptiva (rúbricas)</p> <p>Lista de control</p>
<p>CCL 1 CCL 2 CCL 4 CCL 5 40%</p> <p>STEM 1 10%</p> <p>CD 3 10%</p> <p>CPSAA 2 CPSAA4 CPSAA5 20%</p> <p>CC 1 CC 3 CC 4 20%</p>	2 (33.3%)	<p>Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (11%)</p> <p>Criterio 2.4. Expresar la comprensión de la actuación en diferentes situaciones motrices reales o adaptadas reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos a través de la autoevaluación y coevaluación. (11%)</p>	<p>Formulario Google comprensivo u otra prueba de comprensión escrita y sobre saberes del bloque A</p> <p>Utilización de las TIC (vídeo, foto...) demostrativo</p>

3 (33.3%)	<p>Criterio 3.2. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros. (11%)</p> <p>Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de funciones, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (11%)</p> <p>Criterio 3.4. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (11%)</p>
----------------------------	--

Actividades

- **Comprender, conocer y organizar un plan de entreno semanal, sencillo y teniendo en cuenta los principios básicos del entrenamiento, utilizando para ello lo practicado durante las sesiones, creando nuevos métodos a partir de ellas.**
- **Respetar las diferentes capacidades básicas de cada uno/a. Comprender las diferencias físicas de ambos sexos.**
- **Conocer los fundamentos básicos para elaborar una dieta equilibrada y saludable.**
- **Identificar y entender qué es el dopaje. Ser crítico ante noticias de este tema.**

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.
 En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA SEGUNDA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 3 DÍAS DE VOLEY

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	SEGUNDO	Curso	3º ESO	Sesiones	8 - 10 aprox.
Reto Inicial					
¿Podrás mejorar tu nivel?					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: este contenido se ha tratado en 1º ESO donde se realizó una introducción a diferentes deportes de equipo entre ellos el voleibol, luego consideramos que parten con unas</p>					

nociones básicas de las reglas y la dinámica de juego. Además, algunos alumnos pertenecen a un club de voleibol de la ciudad.

Centros de interés de los escolares: el alumnado ha mostrado interés en seguir conociendo este deporte en un cuestionario que se les pasó al inicio de curso, luego aprovecharemos este hecho para fomentar y darle continuidad al conocimiento algo más profundo de este deporte.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): **objetivo 3, 5 y 16**

Objetivos de Etapa		Saberes básicos	
A, B, C, D, E, G, J y K		BLOQUE A BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D BLOQUE F	
Objetivos de aprendizaje			
<ul style="list-style-type: none"> • Practicar y mejorar en las principales acciones técnicas del voleibol: saques, pase de antebrazos, pase de dedos y remate. • Conocer y respetar las reglas básicas de este deporte. • Reconocer y corregir los principales errores técnicos cometidos en las principales acciones técnicas trabajadas. • Fomentar la práctica de deportes utilizando los recursos urbanos existentes en la ciudad (Ej. Parque del río entre otros). 			
Principios DUA		Metodología	
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur, PRO) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>		<p>Grupos de nivel Coevaluación Asignación de tareas Trabajo cooperativo</p>	
		Recursos	
		<p>Analógicos: Rutinas de tareas con diferentes niveles. TIC: edición de vídeo. Espaciales: Pabellón y pistas polideportiva. Materiales: balones, chinos, cinta elástica, red y postes de voleibol.</p>	
Interdisciplinariedad			
Dependiendo de los retos o trabajos elegidos podríamos trabajar con los departamentos de inglés, tecnología, historia...			
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

<p>CCL 2 (10%)</p> <p>CD 2 CD 3 (30%)</p> <p>CPSAA 4 (20%)</p> <p>CC 1 (20%)</p> <p>STEM 5 (20%)</p>	<p style="text-align: center;">2 (25%)</p>	<p>Criterio 2.1. Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (10%)</p> <p>Criterio 2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (10%)</p> <p>Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. (10%)</p> <p>Criterio 2.4. Expresar la comprensión de la actuación en diferentes situaciones motrices reales o adaptadas reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos a través de la autoevaluación y coevaluación. (10%)</p> <p>Criterio 3.1. Resolver eficazmente situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición, aplicando los elementos técnico-tácticos necesarios para el desarrollo de diferentes prácticas físico-deportivas. (10%)</p>	<p>Lista de control para partido de voleibol</p> <p>Escala descriptiva (rúbrica)</p>
---	--	--	--

	3 (25%)	<p>Criterio 3.2. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros. (10%)</p> <p>Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de funciones, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (10%)</p> <p>Criterio 3.4. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (10%)</p>	<p>Utilización de las TIC (Vídeo en PowToon sobre la historia de este deporte)</p> <p>Utilización de las TIC (vídeo demostrativo en TikTok de los mejores momentos)</p>
	4 (25%)	<p>Criterio 4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. (10%)</p>	
	5 (25%)	<p>Criterio 5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (10%)</p>	
Actividades			

- A través de diferentes propuestas y actividades (1c1, 2c2, 1x1, 2x2, 3x3, 6x6...) el alumnado mejorará sus capacidades técnico-tácticas, entendiendo y comprendiendo mejor el juego y su toma de decisiones.
- Reconocer espacios urbanos donde poder llevar a cabo juegos o encuentros con los compañeros.
- Demostrar una actitud de motivación, esfuerzo y respeto por los diferentes niveles que puedan encontrarse dentro del aula mostrando una actitud de ayuda a sus iguales para la consecución de los objetivos.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 4 ¡AEROBITEMOS!

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	SEGUNDO	Curso	3º ESO	Sesiones	6-8 aprox.
Reto Inicial					
¿Serás capaz de crear tu propia coreografía de aerobic?					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: el ritmo se ha tratado en cursos anteriores como en 1º ESO donde se han visto danzas del mundo o regionales, también muchos de ellos ya graban sus propios vídeos rítmicos en TikTok luego, ya tienen cierta experiencia previa, de la que podemos partir.</p> <p>Centros de interés de los escolares: parte del alumnado ha mostrado cierto interés en conocer este tipo de contenidos en un cuestionario que se les pasó al inicio de curso, luego aprovecharemos este hecho para darle continuidad al trabajo del ritmo y dar a conocer nuevos contenidos relacionados.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 5</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
A, B, C, D, K y L			BLOQUE B BLOQUE D BLOQUE E		
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> ● Conocer los conceptos musicales básicos del aerobic: tempo, frase y bloque musical. ● Aprender los pasos básicos del aerobic: marcha, V, viña, etc. ● Fomentar el dialogo y la llegada a acuerdos para el buen desarrollo de proyectos comunes. ● Desarrollar mecanismos de perseverancia y tolerancia a la frustración. ● Promover la igualdad de género y evitar estereotipos en este tipo de contenidos. 					
Principios DUA			Metodología		
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:			Mando directo Asignación de tareas Flipped classroom Trabajo cooperativo y colaborativo		
<ul style="list-style-type: none"> ● Representación: ofrecer una progresión adecuada de acceso al contenido. ● Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... ● Acción: se establecerán grupos de trabajo para llevar a cabo un proyecto común (Coreografía). 			Recursos		
			Analógicos: Rúbrica para la creación de coreografía grupal. TIC: vídeos de apoyo Espaciales: Gimnasio, patio... Materiales: música de aerobic, equipo de música, pizarra...		
Interdisciplinariedad					

El departamento de música podría ayudarnos con la parte teórica de la estructura de la música.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
<p>CPSAA 3 CPSAA 4 CPSAA 5 (75%)</p> <p>STEM 3 (25%)</p>	<p>4 (100%)</p>	<p>Criterio 4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo. (50%)</p> <p>Criterio 4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad. (50%)</p>	<p>Rúbrica de evaluación de la coreografía</p> <p>Lista de control</p>

Actividades

- El alumnado conocerá la estructura de la música de aerobio, los bloques musicales, frases y tempos de los que se compone cada uno.
- Se iniciará el proceso sin música, con pasos lentos y contados. Se continuará utilizando un metrónomo que marcará la velocidad de ejecución de los diferentes pasos y se terminará utilizando música a diferentes velocidades.
- Por último, se terminará creando una coreografía grupal con unas características dadas en una rúbrica de evaluación.
- Aprendizaje colaborativo de las diferentes técnicas de trabajo de este contenido.
- Autoevaluación y coevaluación

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 5 LOS SALVAVIDAS (RCP y atragantamientos)

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	SEGUNDO	Curso	3º ESO	Sesiones	3-4 aprox.
Reto Inicial					
¿Serías capaz de salvar una vida?					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: Aunque en otros cursos se trata este tema siempre es positivo recordarlo y practicarlo. Al principio del trimestre se les pasará un formulario de Google para conocer el nivel que tienen respecto a este tema y a partir de este se establecerá los saberes necesarios para desarrollar esta situación.</p> <p>Centros de interés de los escolares: Con ejemplos de noticias reales sobre gente común que han sido capaces de salvar vidas se tratará de captar la atención y motivación del alumnado por este contenido.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 “Salud y bienestar”</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
K			BLOQUE B.		
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer y practicar las principales actuaciones en primeros auxilios. • Saber realizar reanimación cardio - pulmonar básica y actuar ante atragantamientos tanto en adultos como en niños y lactantes. • Participar de manera activa en las clases respetado al profesor, compañeros y materiales. 					
Principios DUA			Metodología		
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>			<p>Enseñanza tradicional Trabajo cooperativo Aprendizaje basado en proyectos Flipped classroom Enseñanza recíproca</p>		
			Recursos		
			<p>Analógicos: Noticias impresas relacionadas con personas comunes que han salvado vidas con RCP. TIC: Ordenador y proyector. Vídeos de protocolos de actuación de RCP y atragantamientos y actuaciones reales ante PCR. Materiales: Maniqués de RCP tanto de adulto como de niños y bebés. Espacios: Aula y gimnasio.</p>		
Interdiscipliniedad					
Nos coordinaremos con el departamento de biología para reforzar los saberes básicos sobre el funcionamiento del corazón y los pulmones.					
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)		Instrumento Evaluación	
CCL 1 CCL 2 (50%) CD 3 (25%) CPSAA 2 (25%)	1 (100%)	Criterio 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (100%)		Vídeo explicativo de una RCP (rúbrica) Infografía resumen de un protocolo de actuación en atragantamiento	
Actividades					

- **Circuito de coevaluación de protocolos de actuación ante parada-cardiorrespiratoria (PCR) y atragantamiento en lactantes, niños y adultos.**

- **Demuestra conocimiento sobre los diferentes protocolos de actuación de RCP y atragantamientos según se realicen a adultos, lactantes o niños (Formulario de Google)**

ACNEAE

Se propondrán actividades de diferente nivel para atender a las diferentes capacidades del alumnado.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA TERCERA EVALUACIÓN

**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 6
JUGUEMOS AL NETBALL**

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	TERCERO	Curso	3º ESO	Sesiones	7-8 aprox.
Reto Inicial					
¿Sabrías decirme qué jugador es el encargado de hacer el marcaje al goal shooter (GS)? ¿y quién defiende al wing attack (WA)?					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: los alumnos desconocen este deporte femenino, muy arraigado en los países de la Commonwealth y que se deriva de una mala interpretación de las reglas originales del baloncesto creadas por James Naismith. En cursos anteriores se ha trabajado el baloncesto luego podemos aprovechar habilidades como el pase o el tiro a canasta.</p> <p>Centros de interés de los escolares: es un deporte totalmente nuevo para los alumnos luego puede despertar su curiosidad, interés y motivación por este deporte tan arraigado en los países anglosajones.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 “Salud y bienestar” y 5 “Igualdad de género”</p>					
Objetivos de Etapa		Saberes básicos			
A, B, C, D, E, G, J y K		BLOQUE A BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D BLOQUE E BLOQUE F			
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer el Netball como deporte: historia, reglamento y desarrollo de juego. • Desarrollar los aspectos técnico-tácticos y reglamentarios del Netball y aplicarlos en la resolución de situaciones de juego y en la competición. • Valorar la práctica del Netball como medio para la ocupación del tiempo de ocio. • Participar activamente en las sesiones respetando tanto a compañeros como adversarios. 					
Principios DUA			Metodología		

<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur, PRO) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Asignación de tareas Resolución de problemas Grupos de nivel Modelo de educación deportiva</p>
	<p>Recursos</p> <p>Analógicos: Apuntes. TIC: Ordenador y proyector. Espaciales: Pabellón y pistas polideportivas. Materiales: balones, chinos y canastas de netball</p>
Interdisciplinariedad	
<p>Se puede trabajar con el departamento de geografía e historia para conocer la historia del netball. y con inglés el vocabulario específico (Goal keeper, Goal shooter, Goal attack, Center, Wing attack, Wing defense y Goal defense)</p>	

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento E valuación
<p>CCL 2 (20%)</p> <p>CD 2 CD 3 (40%)</p> <p>CPSAA 4 (10%)</p> <p>CC 1 (20%)</p> <p>STEM 5 (10%)</p>	<p>2 (33.3%)</p>	<p>Criterio 2.1. Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (11%)</p> <p>Criterio 2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (11%)</p> <p>Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. (11%)</p> <p>Criterio 2.4. Expresar la comprensión de la actuación en diferentes situaciones motrices reales o adaptadas reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos a través de la autoevaluación y coevaluación. (11%)</p>	<p>Lista de control de análisis de partido de Netball</p> <p>Escala descriptiva (rúbrica)</p> <p>Utilización de las TIC (Vídeo en PowToon sobre la historia de este deporte)</p>

	3 (33.3%)	<p>Criterio 3.1. Resolver eficazmente situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición, aplicando los elementos técnico-tácticos necesarios para el desarrollo de diferentes prácticas físico-deportivas. (11%)</p> <p>Criterio 3.2. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros. (11%)</p> <p>Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de funciones, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (11%)</p> <p>Criterio 3.4. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (11%)</p>	
	4 (33.3%)	<p>Criterio 4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. (11%)</p>	

Actividades	
<ul style="list-style-type: none"> ● A través de diferentes propuestas y actividades (3x3+C, 4x4+C, 5x5 + 2C, 6x6...) el alumnado mejorará sus capacidades técnico-tácticas, entendiendo y comprendiendo mejor el juego y su toma de decisiones. ● Conoceremos la historia y reglamento del Netball y sus posiciones específicas: Goal Keeper GK, Goal Defender GD, Wing Defender, Centre C, Goal Attack GA, Wing Attack WA y Goal Shooter GS. ● También se conocerán las zonas de juego permitidas y restringidas para cada posición y aspectos técnico-tácticos básicos. Situaciones de aprendizaje técnico. Situaciones lúdicas de aplicación. Competiciones. 	
ACNEAE	
<p>Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.</p> <p>En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.</p>	

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 7

¡LAS BTT (bicicletas todoterreno)!

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	TERCERO	Curso	3º ESO	Sesiones	5-6 aprox.
Reto Inicial					
¿Serás capaz de hacer una ruta en bicicleta con tus compañeros?					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: este contenido no se ha tratado en cursos anteriores luego va a ser un contenido novedoso para la mayoría de ellos y para lo cual nos vamos a apoyar en los alumnos del ciclo formativo de grado medio que está implantado en el centro y que nos pueden servir de gran ayuda para llevar a cabo esta UD con éxito.</p> <p>Centros de interés de los escolares: parte del alumnado ha mostrado cierto interés en conocer este tipo de contenidos en un cuestionario que se les pasó al inicio de curso, luego aprovecharemos este hecho para trabajar este tipo de contenidos.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3, 5, 7, 11, 13 y 15</p>					
Objetivos de Etapa		Saberes básicos			
A, B, C, D, G, y K		BLOQUE A BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D BLOQUE F			
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> ● Conocer los diferentes aspectos técnicos de la utilización de la bicicleta en diferentes terrenos y las principales vías verdes cercanas a la localidad. ● Mejorar la condición física del alumno con la utilización de la BTT. ● Contribuir al respeto por el medio ambiente y al hábito de uso de la bicicleta. ● Fomentar el cuidado, limpieza y reparación de las BTT. 					
Principios DUA		Metodología			
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos: <ul style="list-style-type: none"> ● Representación: ofrecer una progresión adecuada de acceso al contenido. ● Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... ● Acción: se establecerán grupos de trabajo para llevar a cabo un proyecto común (Coreografía). 		Mando directo Asignación de tareas Aprendizaje basado en retos Flipped classroom Trabajo cooperativo y colaborativo			
		Recursos			
		Analógicos: apuntes. TIC: vídeos de apoyo Espaciales: Pistas polideportivas, campo de fútbol, entorno cercano al centro escolar, zona del río. Materiales: bicicletas, conos, colchonetas, pizarra, herramientas de reparación de bicicletas, ...			
Interdisciplinariedad					
El departamento de biología podría ayudarnos a realizar una salida al medio natural.					

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
-------------------------	-------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------

<p>CCL 2 (40%)</p> <p>CD 1 (10%)</p> <p>CPSAA 2 (40%)</p>	<p>1 (25%)</p> <p>2 (25%)</p> <p>3 (25%)</p> <p>5 (25%)</p>	<p>Criterio 1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal. (12.5%)</p> <p>Criterio 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, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (12.5%)</p> <p>Criterio 1.6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (12.5%)</p> <p>Criterio 2.1. Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (12.5%)</p>	<p>Diseño y realización de ruta cercana al centro escolar con wikiloc</p> <p>Lista de control</p>
---	---	--	---

		<p>Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de Diferentes situaciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de funciones, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (12.5%)</p> <p>Criterio 3.4. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (12.5%)</p> <p>Criterio 5.1. Participar en las actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, terrestres, acuáticos o aéreos, valorándolas y disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (12.5%)</p> <p>Criterio 5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (12.5%)</p>	
--	--	---	--

Actividades

Durante las diferentes sesiones trataremos:

- Las técnicas básicas de conducción: posición, frenos y desarrollos.
- Las pautas principales a tener en cuenta antes y después de una salida en bicicleta.
- Cuidado de la bicicleta y reparaciones básicas.
- Normas y acciones acerca del cuidado del medio ambiente.
- Seguridad vial y normas de circulación en bicicleta.
- Respeto al medio ambiente, compañeros y normas de la clase.

La situación de aprendizaje terminará con una ruta de ida y vuelta a Gévora dirigida por el alumnado del ciclo de grado medio “Guía en el medio natural y de tiempo libre”.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible como ruta senderista en lugar de en bicicleta.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 8

UBICADOS, LISTOS, ¡YA!

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	TERCERO	Curso	3º ESO	Sesiones	6-7 aprox.
Reto Inicial					
¿SABRÍAS ORIENTARTE CON UN MAPA Y UNA BRÚJULA?					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: Al inicio de curso se les pasará un cuestionario de Google para conocer el nivel del que parten respecto al deporte de orientación y la nomenclatura específica.</p> <p>Centros de interés de los escolares: Con ejemplos de situaciones reales donde necesiten del uso de la orientación, se intentará captar la atención de los alumnos para aumentar su motivación por conocer este interesante contenido.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): 3, 5, 13 y 15</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
A, K y F			BLOQUE A BLOQUE C BLOQUE F		
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> ● Conocer los aspectos reglamentarios fundamentales de las carreras de orientación y aplicarlos a los diferentes tipos de carreras de orientación planteadas. ● Saber utilizar recursos artificiales (mapa, brújula) y naturales para orientación en el medio. ● Valorar las actividades físicas en la naturaleza con medio de disfrute del tiempo libre y de mejora de la salud. ● Aceptar y respetar las normas de clase, de seguridad y las reglas específicas de los juegos de orientación, estableciendo relaciones interpersonales de cooperación y ayuda. 					
Principios DUA			Metodología		
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos: Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido. Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur, PRO) para adaptarse a las diferentes capacidades.			Asignación de tareas		Trabajo cooperativo
			Resolución de problemas		Recursos
			Analógicos: Mapas, apuntes, ... TIC: ordenador e impresora para creación de balizas con códigos QR. Espaciales: Aula, centro escolar, centro histórico de la ciudad y entorno natural cercano. Materiales: mapas, brújulas, pinzas marcadoras, códigos QR plastificados y rotulador permanente.		
Interdisciplinariedad					
Con el departamento de geografía e historia se puede ver la interpretación de los mapas y uso de la brújula, con biología y geología planificar una salida al medio natural o con inglés el vocabulario específico.					

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
-------------------------	-------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------

<p>CCL 2 (25%)</p> <p>STEM 2 STEM 5 (25%)</p> <p>CD 2 CD 3 (25%)</p> <p>CPSAA 1 (25%)</p>	<p>1 (25%)</p>	<p>Criterio 1.6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (16.6%)</p>	<p>Creación carrera de orientación con i-orientering (QR)</p> <p>Lista de control de aspectos actitudinales</p>
	<p>2 (25%)</p>	<p>Criterio 2.1. Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (16.6%)</p>	
	<p>3 (25%)</p>	<p>Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de funciones, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (16.6%)</p> <p>Criterio 3.4. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (16.6%)</p>	
	<p>5 (25%)</p>	<p>Criterio 5.1. Participar en las actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, terrestres, acuáticos o aéreos, valorándolas y disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (16.6%)</p> <p>Criterio 5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (16.6%)</p>	

Actividades

- Se dará a conocer los recursos naturales y artificiales (GPS, mapa, brújula) útiles para la orientación en el entorno natural.
- Se organizarán diferentes tipos de carreras de orientación y juegos de pistas adaptadas en centro escolar y el entorno urbano y se intentará llevar a cabo una carrera de orientación en el entorno natural. Se verá el material y vocabulario habitual de las carreras de orientación (balizas, pinzas, controles, escalas, curvas de nivel...) y se comprobará el nivel de conocimiento con un kahoot relacionado con esos contenidos.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

4º DE ESO

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA PRIMERA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 1 ENTRENANDO QUE ES GERUNDIO

Trimestre

PRIMERO

(basada en RD 110/2022)

Curso

4º ESO

Sesiones

12 - 14
aprox.

Reto Inicial

¿Podrías superar tus resultados de la evaluación inicial?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: se trata de un contenido común en todas las etapas. Por tanto, el alumnado conoce las capacidades físicas básicas.

Centros de interés de los escolares: el alumnado se encuentra en una etapa en la que el cuidado de la imagen empieza a tomar relevancia. Por otro lado, el alumnado tiene acceso en redes sociales a multitud de influencers fitness de los que podemos servirnos para reforzar los aprendizajes y también para identificar errores comunes en el desarrollo de la Condición Física, así como mitos y falsas creencias que rodean al mundo del fitness

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 Y 5

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, B, C y F	BLOQUE A BLOQUE B BLOQUE C

Objetivos de aprendizaje

- Conocer y practicar diferentes sistemas de entrenamiento para el desarrollo de la Fuerza, Resistencia y Flexibilidad.
- Conocer la musculatura del Core y practicar diferentes ejercicios para trabajarla siendo conscientes de su relación con la higiene postural.
- Conocer y aplicar los principios básicos del entrenamiento en la elaboración de un plan mensual.
- Identificar malas prácticas en las redes sociales relacionadas con el entrenamiento.

Principios DUA

Metodología

<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, pro) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Asignación de tareas Trabajo cooperativo</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Recursos</p> <p>Analógicos: Rutinas de tareas con diferentes niveles, fichas sistemas de entrenamiento. TIC: vídeos de apoyo, apuntes classroom Espaciales: Gimnasio, patio... Materiales: balones medicinales, bancos, colchonetas, picas, conos, combas, gomas, fitball, trx...</p>
Interdisciplinariedad	

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
<p>CCL 2 (25%)</p> <p>CD3 (25%)</p> <p>CPSAA 4 (25%)</p> <p>STEM 5 (25%)</p>	<p>1 (50%)</p>	<p>Criterio 1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal. (12,5%%)</p>	<p>Rúbrica Plan mensual</p>
		<p>Criterio 1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, desarrollo y mantenimiento de las capacidades físicas básicas, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (12,5%%)</p>	
		<p>Criterio 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, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (12,5%)</p>	<p>Lista de Control (Ejercicios Core-técnica)</p>
		<p>Criterio 1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte (12,5%)</p>	

3
(50%)

Criterio 3.2. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros. (16,6%)

Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de funciones, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (16,6%)

Rúbrica práctica diaria

Criterio 3.4. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (16,6%)

Actividades

A través de diferentes propuestas, muchas de ellas ludificadas, el alumnado trabajará su condición física comprendiendo los aspectos clave de los diferentes sistemas de entrenamiento practicados y trabajando sobre los distintos principios del entrenamiento.

Aplicaremos estos conocimientos en la elaboración del plan mensual de actividad física.

El alumnado deberá también demostrar una actitud de motivación, esfuerzo y respeto por los diferentes niveles que puedan encontrarse dentro del aula mostrando una actitud de ayuda a sus iguales para la consecución de los objetivos.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 2 BALONCESTO

(basada en RD 110/2022)

Trimestre

PRIMERO

Curso

4º ESO

Sesiones

10-12
aprox.

Reto Inicial

¿Puedes crear tu propio equipo de baloncesto?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: Este deporte lo han trabajado en cursos anteriores.

Centros de interés de los escolares: En el segundo trimestre se pondrán en marcha competiciones deportivas en los recreos y el baloncesto es uno de los deportes que estará presente en dichas competiciones.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 5

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, D, G y K	BLOQUE A BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D

Objetivos de aprendizaje

- Conocer y aplicar los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios del baloncesto de forma eficaz durante el juego.
- Autoevaluar y coevaluar la resolución de determinadas situaciones motrices surgidas durante el juego.
- Autoevaluar y coevaluar la actitud y el papel desempeñado en los diferentes roles dentro del equipo.

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:	Asignación de tareas Resolución de problemas Flipped classroom Modelo de educación deportiva
Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.	Recursos
Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...	Analógicos: TIC: Apuntes classroom, vídeo posiciones en campo, Excel clasificación campeonato, Audio entrevistas...
Acción: se establecerán diferentes equipos que deberán adaptarse al nivel de habilidad general.	Espaciales: Patio, Pabellón Materiales: Conos, chinos, balones de baloncesto...

Interdisciplinariedad

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
------------------	------------------------	------------------------------	------------------------

CCL1 (15%)	CD 1 Y 2 (15%)	2 50%	Criterio 2.1. Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (16,6%)	Rúbrica (Auto-coev roles/actitud)
CPSAA 1,2, 3 Y 4 (40%)			Criterio 2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (16,6%)	Lista de control (Auto-coev situaciones de juego/aplicación de téc, tac y regl.)
STEM 1 (10%)				
CC3 (20%)			Criterio 2.4. Expresar la comprensión de la actuación en diferentes situaciones motrices reales o adaptadas reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos a través de la autoevaluación y coevaluación. (16,6%)	

3
50%

Criterio 3.1. Resolver eficazmente situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición, aplicando los elementos técnico-tácticos necesarios para el desarrollo de diferentes prácticas físico-deportivas. (12,5%)

Criterio 3.2. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros (12,5%)

Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de funciones, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (12,5%)

Criterio 3.4. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás (12,5%)

Actividades

A través del modelo de educación deportiva los alumnos experimentarán los diferentes roles que se pueden desempeñar dentro del ámbito deportivo de competición, concretamente en un equipo de baloncesto y lo que rodea al mismo.

Los alumnos adquirirán los conocimientos necesarios para organizarse de forma autónoma en una temporada simulada.

Se pondrán estos aprendizajes en práctica a través de la organización y participación en el campeonato deportivo del centro.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA SEGUNDA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 3 DEPORTES ALTERNATIVOS

(basada en RD 110/2022)

Trimestre SEGUNDO

Curso 4º ESO

Sesiones 9- 10 aprox.

Reto Inicial

Aprendemos nuevas formas de realizar actividad física

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: El alumnado ha trabajado durante la ESO principalmente deportes tradicionales por ello es importante dar otros recursos para que puedan ocupar su tiempo libre. Desde el departamento, creemos que este tipo de deporte, aporta mucha riqueza motriz al alumnado, debido a la cantidad de variaciones que podemos realizar para la máxima participación, implicación y adaptación a la situación/es (materiales, personales...) de nuestro centro y alumnado.

Centros de interés de los escolares: Al ser deportes donde se trabaja más la cooperación que la competición creemos que va a ser algo imprescindible para intentar motivar al alumnado hacia la práctica de los mismo,

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): [objetivo 3 y 5](#)

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, B, C, D, E, G, J y K	BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D

Objetivos de aprendizaje

- Valorar el juego como un medio para realizar actividad física, como medio de disfrute, de relación y como recurso para aprovechar el tiempo libre.
- Conocer otras formas de juegos y deportes alternativos.
- Apreciar el valor de las actividades que no requieren competición.
- Conocer y desarrollar las posibilidades motoras con materiales poco habituales.
- Colaborar en juegos y actividades deportivas, desarrollando actitudes de tolerancia y respeto a las posibilidades y limitaciones de los demás, actitudes que favorecen la convivencia y que contribuyen a la resolución de conflictos de forma pacífica.
- Conocer juegos no convencionales.

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:	Grupo por niveles TGFU Asignación de tareas Trabajo colaborativo Trabajo cooperativo
Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.	
Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...	Recursos
Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.	Analógicos: Rutinas de tareas con diferentes niveles TIC: vídeos de apoyo, Espaciales: Gimnasio, patio... Materiales: balones, bancos, material autoconstruido

3 (50%)	<p>Criterio 3.1. Resolver eficazmente situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición, aplicando los elementos técnico-tácticos necesarios para el desarrollo de diferentes prácticas físico-deportivas. (20%)</p>	
	<p>Criterio 3.2. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros. (10%)</p>	Utilización de las TIC (vídeo, foto...) demostrativo
	<p>Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de funciones, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (10%)</p>	Rúbrica Hojas de Observación
	<p>Criterio 3.4. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (10%)</p>	

Actividades

El alumnado practicará diferentes deportes alternativos con el principal objetivo de tener un mayor conocimiento de actividades que puede realizar en su tiempo libre.

Deberá demostrar que entiende la práctica de dichas modalidades deportivas así como Reconocer espacios urbanos donde poder llevar a cabo juegos o encuentros con los compañeros.

Demostrar una actitud de motivación, esfuerzo y respeto por los diferentes niveles que puedan encontrarse dentro del aula mostrando una actitud de ayuda a sus iguales para la consecución de los objetivos.

Para huir de los deportes tradicionales que suelen practicar de manera diaria en sus actividades extraescolares deberán diseñar campeonatos de dichas modalidades para alumnos/as de cursos inferiores.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 4 MOVIENDO EL ESQUELETO

(basada en RD 110/2022)

Trimestre SEGUNDO

Curso 4º ESO

Sesiones 10 aprox.

Reto Inicial

¿Eres capaz de crear una coreografía y enseñarla a tus compañeros?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: El ritmo se ha tratado en cursos anteriores como en 1º ESO donde se han visto danzas del mundo o regionales, 3º Eso donde han trabajado aerobico, también muchos de ellos ya graban sus propios vídeos rítmicos en TikTok , por lo tanto, ya tienen cierta experiencia previa, de la que podemos partir.

Centros de interés de los escolares: El alumnado tiene interés por ciertos movimientos artísticos (cine, teatro, diferentes bailes, tendencias actuales (tik-tok, lipdubs...) relacionados con la música. Aprovecharemos este hecho para realizar escenificaciones musicales de los mismos, mediante un trabajo en grupo que desarrolle y potencie sus recursos artístico-expresivos y sus habilidades sociales. Además son alumnos que llevan trabajando juntos desde cursos inferiores, por lo tanto el desarrollo de la situación de aprendizaje será mucho más placentera.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): [objetivo 1,2,3,5](#)

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, B, C, D, K y L	BLOQUE B BLOQUE D BLOQUE E

Objetivos de aprendizaje

- Recordar los conceptos musicales básicos del aerobico: tempo, frase y bloque musical así como los pasos básicos trabajados en cursos anteriores.
- Conocer y practicar diferentes disciplinas deportivas con base musical.
- Crear una composición musical en grupo
- Ser capaces de enseñar esa composición a otros compañeros/as
- Mostrar actitud de respeto, compañerismo y autosuperación

Principios DUA	Metodología
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Asignación de tareas</p> <p>Reproducción de modelo</p> <p>Descubrimiento guiado</p> <p>Flipped classroom</p> <p>Grupo por niveles</p> <p>Trabajo cooperativo y colaborativo</p>
	Recursos

Analógicos: Rúbricas y hojas de observación para la coreografía
TIC: vídeos de apoyo
Espaciales: Gimnasio, patio...
Materiales: Equipo de música...

Interdisciplinariedad

El departamento de Religión y Atención educativa desde donde vamos a intentar representar dichas coreografías en festivales con el fin de recaudar fondos para las personas más necesitadas.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
CPSAA 3 (30%) CPSAA 4 (30%) CPSAA 5 (30%) STEM 3 (10%)	4 (100%)	Criterio 4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad. (50%)	Rúbricas
		Criterio 4.4. Valorar positivamente la importancia que las actividades artístico-expresivas tienen en la mejora de la inteligencia emocional y su contribución al crecimiento de nuestra sociedad. (25%)	Hojas de observación
		Criterio 4.5. Adoptar una postura crítica ante los aspectos negativos de comunicación no verbal que se pueden observar en las redes sociales y medios de comunicación, actuando adecuadamente para evitar que se produzcan (25%)	Registro anecdótico

Actividades

El alumnado recordará aspectos básicos del aerobio trabajados en cursos anteriores, tendrá la oportunidad de trabajar y aprender diferentes actividades físico-deportivo con base musical.

Tendrá que crear una composición grupal la cual enseñará al resto de sus compañeros, realizando durante una sesión la labor de docente.

Además de representar dicha composición en algún festival solidario con el objetivo de contribuir a los objetivos de desarrollo sostenible mencionados anteriormente.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 5

VOLEIBOL

(basada en RD 110/2022)

Trimestre

PRIMERO

Curso

4º ESO

Sesiones

4 aprox.

Reto Inicial

¿Somos capaces de competir en esta modalidad deportiva?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: En cursos anteriores nuestros alumnos han trabajado esta disciplina deportiva, centrándose únicamente en los principios básicos del juego y donde el objetivo únicamente era tener un juego continuo y disfrutar de esta modalidad deportiva. Ya en este curso vamos un poco más allá, centrándonos en los aspectos técnico-tácticos con el objetivo de realizar competiciones donde existan jugadas de ataque y de defensa.

Centros de interés de los escolares: Realizando una encuesta son muchos los alumnos del centro que realizan o que les gustaría realizar esta modalidad deportiva, por ello para fomentar la práctica y para intentar que el club de voleibol del centro tengan más jugadores decidimos trabajar este saber.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 5

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, B, C, D, E, G, J y K	BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D

Objetivos de aprendizaje

- Conocer la Historia y el Reglamento del Voleibol.
- Conocer y Practicar aspectos técnicos y tácticos.
- Ser Capaz de resolver situaciones reducidas y reales de juego.
- Desarrollar habilidades para mantener un juego continuo.
- Mostrar actitud de cooperación y respeto con el resto del grupo

Principios DUA	Metodología
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Grupos de nivel</p> <p>Coevaluación</p> <p>Asignación de tareas</p> <p>Trabajo cooperativo</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Recursos</p> <p>Analógicos: Rutinas de tareas con diferentes niveles.</p> <p>TIC: edición de vídeo, análisis de gestos técnicos y jugadas tácticas</p> <p>Espaciales: Pabellón y pistas polideportiva</p> <p>Materiales: balones, chinos, cinta elástica, red y postes de voleibol.</p>

Interdisciplinariedad

Nos coordinaremos con el departamento de Geografía e historia para ver la evolución y el nacimiento de esta modalidad deportiva.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
CCL 2 (10%) CD 2	2 (50%)	Criterio 2.1. Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición, estableciendo mecanismos	Rúbrica

(10%)

CD 3

(10%)

CPSAA 4 (50%/

CC 1 (15%)

STEM 5 (5%)

para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (10%)

Criterio 2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (10%)

Hoja de observación

Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. (20%)

Registro anecdótico

Criterio 2.4. Expresar la comprensión de la actuación en diferentes situaciones motrices reales o adaptadas reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos a través de la autoevaluación y coevaluación. (10%)

3 (50%)

Criterio 3.1. Resolver eficazmente situaciones motrices individuales o colectivas, cooperativas o colaborativas, con o sin oposición, aplicando los elementos técnico-tácticos necesarios para el desarrollo de diferentes prácticas físico-deportivas (20%)

Criterio 3.2. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los papeles de público, participante u otros. (10%)

Criterio 3.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes situaciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de funciones, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (10%)

Criterio 3.4. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices

con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual (10%)

Actividades

A través de diferentes propuestas, actividades y juegos el alumnado mejorará sus capacidades técnico-tácticas, entendiendo y comprendiendo mejor el juego y su toma de decisiones.

Participará en el torneo desarrollado en los recreos del centro, mostrando dominios y habilidades sobre dicha disciplina deportiva.

Demostrar una actitud de motivación, esfuerzo y respeto por los diferentes niveles que puedan encontrarse dentro del aula mostrando una actitud de ayuda a sus iguales para la consecución de los objetivos.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA TERCERA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 6 DEPORTE COLECTIVO: FÚTBOL SALA

(basada en RD 110/2022)

Trimestre

TERCERO

Curso

4º ESO

Sesiones

10-11 aprox.

Reto Inicial

¿Puedes desarrollar tus habilidades óculo-pédicas jugando en equipo?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: El fútbol es un deporte que los alumnos conocen bien, ya que en Extremadura y España es uno de los más practicados, y además es muy publicitado; aunque despiertan distintas emociones en ellos según la perspectiva que tengan acerca del mismo.

Centros de interés de los escolares: La modalidad que vamos a tratar en esta situación de aprendizaje es la de fútbol sala, con un espacio más reducido que en fútbol 11, y que resultará más sencillo para el aprendizaje o desarrollo de sus habilidades. Es momento de transmitir a los alumnos que tengan una percepción negativa de este deporte, los valores positivos que desprenden, así como el desarrollo de habilidades óculo-pédicas que no practican de forma tan clara en otras actividades físicas o deportes.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3, 4, 5 y 10

Objetivos de Etapa

Saberes básicos

C, K	BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D
-------------	----------------------------------

Objetivos de aprendizaje

- Ejecutar de forma correcta los gestos técnicos de pase, lanzamiento y conducción.
- Aplicar de forma correcta los gestos anteriores en situaciones de juego reducido y real.
- Cumplir y respetar las normas de juego, a los compañeros, adversarios y árbitros.
- Desarrollar la toma de decisiones colectiva y la conciencia táctica

Principios DUA	Metodología
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Asignación de tareas Individualización por grupos Aprendizaje basado en retos Resolución de problemas TGFU Flipped Classroom</p>
	Recursos
	<p>Analógicos: Láminas, tarjetas, tizas...</p> <p>TIC: vídeos de apoyo, ...</p> <p>Espaciales: Pabellón, patio...</p> <p>Materiales: balones de fútbol, porterías pequeñas, conos, petos...</p>

Interdisciplinariedad
<p>En función de los aspectos trabajados podemos con el de departamento de Matemáticas, al trabajar con muchos aspectos numéricos y estadísticos (resultados, medidas...)</p>

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
STEM 5 (20%) CD 2 (20%)	2 (100%)	<p>Criterio 2.1 Desarrollar proyectos motores o deportivos de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, con o sin oposición, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (25%)</p>	<p><i>Lista de control</i></p>
CPSAA 1 (5%) CPSAA2 (5%) CPSAA3 (5%) CPSAA5 (5%) (20%) CC 1 (10%) CC 4(10%) (20%) CE 3 (20%)	2 (100%)	<p>Criterio 2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (25%)</p> <p>Criterio 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones</p>	<p><i>Lista de control</i></p> <p><i>Rúbrica</i></p>

motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. (25%)

Formulario
Google-Form

Criterio 2.4 Expresar la comprensión de la actuación en diferentes situaciones motrices reales o adaptadas reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos a través de la autoevaluación y coevaluación. (25%)

Actividades

Realizar diferentes ejercicios de conocimiento y profundización de las principales habilidades técnicas del fútbol sala.

Realizar diferentes juegos y situaciones-reto en los que desarrollar la lógica motriz y la toma de decisiones.

Poner en práctica estas habilidades en un torneo recreativo que los alumnos organizarán.

Demostrar una actitud de motivación, esfuerzo y respeto por los diferentes niveles que puedan encontrarse dentro del aula mostrando una actitud de ayuda a sus iguales para la consecución de los objetivos.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 7 PRIMEROS AUXILIOS

(basada en RD 110/2022)

Trimestre TERCERO

Curso 4º ESO

Sesiones 4-5 aprox.

Reto Inicial

Probemos si sabes actuar ante un accidente

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: El alumnado ya ha adquirido durante los tres cursos anteriores tanto las pautas a tener en cuenta sobre la prevención ante accidentes, como el protocolo de actuación en caso de que se produzcan. En esta situación de aprendizaje nos ocuparemos una vez más de reciclar esos conocimientos debido a la importancia tanto en nuestras sesiones de Educación Física como en su vida diaria

Centros de interés de los escolares: Como ya se ha comentado en cursos anteriores en la vida se producen accidentes que pueden comprometer la salud de las personas, y es importante el conocimiento de unos primeros auxilios para reducir el pronóstico de un accidentado o salvar su vida. Por tanto, es muy importante reciclarlos. En este curso aprenderán también los primeros auxilios ante lesiones deportivas.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3, 4, 5 y 10

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, E, G, K	BLOQUE B BLOQUE E
Objetivos de aprendizaje	

- Profundizar en los aspectos de prevención de accidentes y lesiones.
- Reciclar los conocimientos de Rehabilitación Cardiopulmonar, posición antishok y maniobra de Heimlich
- Aprender los diferentes tipos de lesiones musculares, articulares y óseas: calambres, contusiones, esguinces, fracturas, tendinitis y desgarros musculares; así como sus técnicas en primeras atenciones (vendaje compresivo, inmovilización, aplicación de hielo...)
- Concienciar al alumno de la seriedad y la importancia que los primeros auxilios tienen para su vida y para los que los rodean

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos: Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido. Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... Acción: se utilizarán diferentes juegos de roles (auxiliadores y accidentados), así como simulación de accidentes para trabajar este contenido.	Simulación social Juego de roles Flipped classroom TGFU Trabajo cooperativo
	Recursos
	Analógicos: láminas, fotos, tarjetas... TIC: vídeos de apoyo, apps de móvil, ... Espaciales: Gimnasio y pabellón Materiales: esterillas, maniqués de primeros auxilios y material auxiliar diverso

Interdisciplinariedad

Esta situación de aprendizaje tiene una gran conexión horizontal con Biología y Geología, al trabajar contenidos relacionados con lesiones y factores de riesgo del cuerpo humano

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

CE 3 (20%)	1 (50%)	Criterio 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, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (25%)	<i>Lista de control</i>
CC2 (20%)		Criterio 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (25%)	
CPSAA2 (20%)			
CCL1 (20%)			
STEM 5 (10%)	4 (50%)	Criterio 4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad. (50%)	<i>Rúbrica</i>
CD2 (10%)			

Actividades
<p>Poner en práctica, en grupos reducidos, los protocolos y medidas de actuación en las diferentes situaciones de accidente propuestas, valorando los riesgos y aplicando medidas de seguridad: RCP a niños y mayores; maniobra de Heimlich, posición antishock, calambres, contusiones, esguinces, fracturas, tendinitis y desgarros musculares.</p> <p>Situaciones reto sobre aspectos preventivos de la actividad física</p> <p>Elaborar en grupos de trabajo un video sobre los protocolos y técnicas de primeros auxilios aprendidos.</p>
ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 8 DRAMATIZACIÓN MÍMICA

(basada en RD 110/2022)

Trimestre	TERCERO	Curso	4º ESO	Sesiones	8 aprox.
Reto Inicial					

¿Puedes montar una dramatización mímica con tus compañeros?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: las actividades que trabajan las posibilidades expresivas del cuerpo vienen siendo trabajadas a lo largo de la etapa de ESO; en las cuales se ha potenciado esta dimensión, eliminando la palabra, mediante mimos, pantomimas y otras actividades, con lo cual los alumnos están en disposición de hacer una actividad más avanzada, como es este montaje colectivo, que culmine lo trabajado en cursos anteriores.

Centros de interés de los escolares: nuestros alumnos son aficionados a todo movimiento artístico que tenga que ver con la actuación, ya sea el cine, el teatro o las series de las que disponen a través de las diferentes plataformas de streaming. Vamos a aprovechar estas ideas para que el alumno realice escenificaciones de los mismos o crear las suyas propias, en un montaje colectivo; con lo cual potenciaremos su capacidad artística-expresiva y sus habilidades sociales.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3, 4, 5 y 10

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, C, D,G, K	BLOQUE E
Objetivos de aprendizaje	

- Conocer y experimentar sus capacidades artísticas, a través de lenguaje corporal.
- Transmitir sensaciones, gestos, y estados de ánimo mediante la expresión corporal.
- Construir un montaje artístico-expresivo combinando los componentes espaciales y temporales y la interacción con sus compañeros, a partir de un tema.
- Respetar a los compañeros, las normas, materiales y espacios de uso.
- Reflexionar de forma crítica sobre sus emociones durante la práctica.

Principios DUA	Metodología
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes formas de trabajar la expresión corporal y creatividad, así como el trabajo cooperativo de los alumnos en la creación de un proyecto</p>	<p>Descubrimiento guiado Resolución de problemas TGFU Aprendizaje basado en retos Aprendizaje basado en proyectos Trabajo colaborativo Trabajo cooperativo</p>
	Recursos
	<p>Analógicos: Láminas, tarjetas, libretas... TIC: vídeos de apoyo, ... Espaciales: Gimnasio, patio... Materiales: equipo de música, balones, bancos, colchonetas, picas, conos, combas...</p>

Interdisciplinariedad

Dependiendo de los retos que plantee el docente o los temas elegidos a representar por el alumno es clara su relación con el departamento de Expresión Artística, en los trabajos escénicos o de atrezzo. También podríamos trabajar con el departamento de Lengua Castellana y Literatura, a la hora de representar algún texto literario que trabajen a lo largo del curso académico

Perfil de	Competencia	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento
-----------	-------------	------------------------------	-------------

salida	Específica	Evaluación
CCL 1 (20%)	4 (100%)	<p>Criterio 4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo. (25%)</p>
CD 2 (20%)		<p>Criterio 4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad. (25%)</p>
CPSAA 1 CPSAA 3 (40%)		<p>Criterio 4.4. Valorar positivamente la importancia que las actividades artístico-expresivas tienen en la mejora de la</p>
CC 1 CC2 (20%)		<p>inteligencia emocional y su contribución al crecimiento de nuestra sociedad. (25%)</p>
CE 3 (20%)		<p>Criterio 4.5. Adoptar una postura crítica ante los aspectos negativos de comunicación no verbal que se pueden observar en las redes sociales y medios de comunicación, actuando adecuadamente para evitar que se produzcan. (25%)</p>
		<p><i>Lista de control</i></p> <p><i>Rúbrica</i></p> <p><i>Lista de control</i></p> <p><i>Trabajo escrito de reflexión</i></p>

Actividades
<p>Trabajar la toma de decisiones en grupo mediante situaciones-reto, juego de roles y la simulación social, a través del trabajo en grupo, desarrollando así las capacidades creativas de los alumnos.</p>
<p>Ensayar el tema elegido del grupo para la dramatización, en presencia del docente, donde el profesor irá orientando y corrigiendo aspectos de forma; llevando al alumnado hacia una representación correcta.</p>
<p>Demostrar una actitud de motivación, esfuerzo y respeto por los diferentes niveles que puedan encontrarse dentro del aula mostrando una actitud de ayuda a sus iguales para la consecución de los objetivos.</p>
<p>Reflexionar por escrito sobre su experiencia en esta situación de aprendizaje.</p>
ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

18.-ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS

Según lo redactado en la INSTRUCCIÓN N.º 14/2022, DE 27 DE JUNIO, DE LA SECRETARÍA GENERAL DE EDUCACIÓN, POR LA QUE SE UNIFICAN LAS ACTUACIONES CORRESPONDIENTES AL INICIO Y DESARROLLO DEL CURSO ESCOLAR 2023/2024 EN LOS CENTROS DOCENTES NO UNIVERSITARIOS SOSTENIDOS CON FONDOS PÚBLICOS DE LA COMUNIDAD AUTÓNOMA DE EXTREMADURA QUE IMPARTEN ENSEÑANZAS DE EDUCACIÓN INFANTIL, EDUCACIÓN PRIMARIA, EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA, BACHILLERATO, FORMACIÓN PROFESIONAL O ENSEÑANZAS DE RÉGIMEN ESPECIAL

1. Todas las actividades complementarias y extraescolares que se programen en los centros educativos deberán ser coherentes con los valores del Proyecto Educativo y se ajustarán a lo establecido por cada centro en su PGA, así como a las directrices fijadas por la dirección a través de la jefatura del departamento de actividades extraescolares y complementarias
2. No se podrán programar actividades complementarias y/o extraescolares con posterioridad al 15 de mayo, para facilitar la realización de las diferentes pruebas de evaluación.
3. Estas actividades no discriminan a ningún miembro de la comunidad educativa. Para garantizar esto, el Consejo Escolar determinará el límite máximo del desembolso económico que deban hacer las familias por la participación de sus hijos en las actividades. El departamento de actividades extraescolares y complementarias, bajo la supervisión de la dirección del centro, velará por el cumplimiento de lo establecido por el Consejo Escolar.
4. Cuando las actividades complementarias y extraescolares incluidas en la PGA impliquen desplazamiento de personal docente fuera del centro, corresponderá a la dirección del centro la autorización del desplazamiento y, en su caso, de la indemnización de los gastos generados, que, en todo caso, serán con cargo al presupuesto ordinario del centro. El devengo de las compensaciones quedará reflejado por el secretario en la cuenta de gestión del centro.
5. En lo no referido aquí, será de aplicación la Instrucción 23/2014, de la Secretaría General de Educación, sobre actividades complementarias y extraescolares organizadas por los centros docentes sostenidos con fondos públicos de la Comunidad Autónoma de Extremadura.

A continuación, desglosamos las distintas actividades complementarias propuestas por curso:

1º de ESO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Escalada en rocódromo de la ciudad o del instituto**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **1º, 2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **Docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Carrera solidaria en colaboración con la ONG “Save the children”**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **1º, 2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **Docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Actividades complementarias de bailes, escalada, actividades dirigidas por los alumnos de la familia profesional**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **1º, 2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **Docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **PROADES (“Conoce mi deporte” o “Encuentro intercentros”)**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Máster de tenis de Madrid**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Bautismo de piragua**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **tercer trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Vuelta al Baluarte**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **segundo trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Orientación en los parques cercanos (San Francisco, Castelar...)**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **tercer trimestre (ABRIL-MAYO)**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Noche de acampada en el Zurbarán.**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **1º ESO (Todos)**

TEMPORALIZACIÓN: **1er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo.**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Ruta de senderismo por Sierra de Alor**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **segundo o tercer trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Educavita, en el colegio San José (Villafranca de los Barros)**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **1º DE ESO**

TEMPORALIZACIÓN: **tercer trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Ruta ciclista**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **segundo o tercer trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **“Bicibús”**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **primero, segundo y tercer trimestre**

RESPONSABLE/S: **Víctor y resto de docentes del grupo**

2º DE ESO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Actividades complementarias de bailes, escalada, actividades dirigidas por los alumnos de la familia profesional**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **1º, 2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **Docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Carrera solidaria en colaboración con la ONG “Save the children”**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **1º, 2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **Docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Escalada en rocódromo de la ciudad/ o del instituto**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **1º, 2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **Docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Inmersión lingüística en Hervás**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Bilingües**

TEMPORALIZACIÓN: **3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo.**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Multiaventura en Barcarrota**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Esquí en Sierra Nevada**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **2º trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **PROADES (“Conoce mi deporte” o “Encuentro intercentros”)**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Máster de tenis de Madrid**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Bautismo de piragua**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **tercer trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Vuelta al Baluarte**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **segundo trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Ruta ciclista**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **segundo o tercer trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Charla de Kini Carrasco, paratriatleta cacereño**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **Cualquier día a lo largo del curso**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **“Bicibús”**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **primero, segundo y tercer trimestre**
RESPONSABLE/S: **Víctor y resto de docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Ruta de senderismo por Sierra de Alor**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **segundo o tercer trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

3º DE ESO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Actividades complementarias de bailes, escalada, actividades dirigidas por los alumnos de la familia profesional**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **1º, 2º o 3er trimestre**
RESPONSABLE/S: **Docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Ruta ciclista**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **segundo o tercer trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Máster de tenis de Madrid**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **3er trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **PROADES (“Conoce mi deporte” o “Encuentro intercentros”)**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Bautismo de piragua**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **tercer trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Vuelta al Baluarte**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **segundo trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Orientación en los parques cercanos (San Francisco, Castelar...)**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **tercer trimestre (ABRIL-MAYO)**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Ruta ciclista**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **segundo o tercer trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Actividad Multiaventura en el medio natural**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **3º ESO**
TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **“Bicibús”**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **primero, segundo y tercer trimestre**
RESPONSABLE/S: **Víctor y resto de docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **“Olimpiadas Rayanas”**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **3º ESO**
TEMPORALIZACIÓN: **tercer trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

4º DE ESO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Actividades complementarias de bailes, escalada, actividades dirigidas por los alumnos de la familia profesional**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **1º, 2º o 3er trimestre**
RESPONSABLE/S: **Docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Bautismo de piragua**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **tercer trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Vuelta al Baluarte**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **segundo trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Carrera de orientación urbana.**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **4º ESO**
TEMPORALIZACIÓN: **2º/3er trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Intercambio de estudiantes de algún país extranjero.**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **4º ESO bilingües**
TEMPORALIZACIÓN: **2º/3er trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Ruta ciclista**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **segundo o tercer trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Actividad Multiaventura en el medio natural**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **4º ESO**
TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Máster de tenis de Madrid**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **3er trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **“Bicibús”**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**
TEMPORALIZACIÓN: **primero, segundo y tercer trimestre**
RESPONSABLE/S: **Víctor y resto de docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Dragon Boat**
DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **4ºESO**
TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**
RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

19.- EVALUACIÓN DOCENTE

Se diseñará, a lo largo del curso, un formulario de Google donde se evalúe la práctica docente y la planificación de las unidades didácticas entendidas como situaciones de aprendizaje (en ESO y bachillerato) por parte de todos los miembros del departamento de Educación Física. Estos formularios constan de los siguientes puntos:

Nombre del profesor :

Puntúa de 1 a 5, cada uno de los aspectos que aparecen a continuación relacionados con las clases de Educación Física, teniendo en cuenta que la puntuación 1 muy mal o muy deficiente y la puntuación 5 significa muy bien o excelente.

Valoración cuantitativa y cualitativa: Al menos 48 puntos en total para obtener una valoración satisfactoria. A partir de aquí mejora la puntuación a medida que aumentan los puntos.

EL PROFESOR /A EN RELACIÓN CON LA ASIGNATURA

Puntual y cumple los horarios	1	2	3	4	5
Muestra entusiasmo por la asignatura	1	2	3	4	5
Domina y conoce la asignatura	1	2	3	4	5
Prepara y organiza bien las clases y las hace entretenidas	1	2	3	4	5
Explica de antemano los objetivos a conseguir y la forma de evaluar/calificar	1	2	3	4	5
Sabe combinar la teoría y la práctica	1	2	3	4	5
Utiliza ejemplos útiles para explicar	1	2	3	4	5
Se comunica de forma clara y es fácil de entender	1	2	3	4	5
Sabe relacionar la asignatura con nuestros intereses	1	2	3	4	5

EL PROFESOR/A EN RELACIÓN CON LOS ALUMNOS

Respeto y trata por igual a todos los alumnos	1	2	3	4	5
Crea un buen ambiente en la clase	1	2	3	4	5
Sabe cómo motivarnos y nos transmite su entusiasmo por la asignatura	1	2	3	4	5
La clase de EF nos parece interesante para los alumnos	1	2	3	4	5
Es receptivo/a y está abierto/a a nuestras sugerencias	1	2	3	4	5
Se adapta a las dificultades de los alumnos	1	2	3	4	5

PUNTUACIONES

TOTAL

EL ALUMNO/A EN RELACIÓN CON EL PROFESOR/A

Me gustaría tener esta asignatura con este profesor/a	SÍ	NO
---	----	----

De igual modo, proponemos el uso de una herramienta para **la evaluación de la programación** didáctica en su conjunto; esta se puede realizar al final de cada trimestre, para así poder recoger las mejoras en el siguiente. Dicha herramienta se describe a continuación:

ASPECTOS A EVALUAR	A DESTACAR...	A MEJORAR...	PROPUESTAS DE MEJORA PERSONAL
Temporalización de las unidades didácticas			
Desarrollo de los objetivos didácticos			
Manejo de los contenidos de la unidad			
Descriptores y desempeños competenciales			
Realización de tareas			
Estrategias metodológicas seleccionadas			
Recursos			
Claridad en los criterios de evaluación			
Uso de diversas herramientas de evaluación			
Portfolio de evidencias de los estándares de aprendizaje			
Atención a la diversidad			
Interdisciplinariedad			

20.- PRUEBA EXTRAORDINARIA PARA LA ADQUISICIÓN DEL TÍTULO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA EN LA ASIGNATURA DE EDUCACIÓN FÍSICA

La prueba consta de diferentes partes, con el objetivo de evaluar las diferentes competencias específicas de la asignatura de Educación Física.

La evaluación de la prueba extraordinaria consistirá en:

BLOQUE A.- Examen teórico de toda la materia del curso 20%. El formato de examen podrá ser tipo test, preguntas abiertas o mezcla de las dos.

BLOQUE B.- Parte práctica (80%.) consistente en:

PRUEBAS DE CONDICIÓN FÍSICA (el 10 equivale a 2 puntos).

Realización de prueba de resistencia aeróbica. Realización de carrera continua ininterrumpida durante un tiempo máximo de 20 minutos.

Calificación:

- Carrera ininterrumpida durante 20 minutos: 2 puntos.
- Cada 5 minutos se corresponderá a 0,5 puntos.
- A partir de los 10 minutos de carrera continua, el alumno/a podrá alternar la carrera con la marcha en una proporción de 1 minuto marcha-3 minutos carrera, hasta completar los 20 minutos. No obstante, en este caso el tiempo de alternancia, la puntuación será cada 5 minutos, 0,25 puntos.
- El tiempo mínimo desarrollando la actividad serán de 15 minutos, bien en carrera continua o en la modalidad de alternancia de marcha y carrera.
- Si no se llega a 15 minutos de actividad se suspenderá directamente la prueba entera.

PRUEBA DE REALIZACIÓN DE EJERCICIOS DE FITNESS. (El 10 equivale a 2 puntos)

El alumno/a ejecutará 4 ejercicios de cuatro grupos musculares diferentes elegidos por él (uno por cada grupo muscular). (0,5 puntos por ejercicio; total 2 puntos)

PRUEBA DE HABILIDADES RÍTMICAS (el 10 equivale a 2 puntos):

- Prueba de aeróbic: realización de una coreografía de dos frases musicales.

Calificación

- Hasta 4 puntos; si el alumno/a usa 4 pasos básicos diferentes. El alumno tendrá 15 minutos para preparar y ensayar los pasos básicos.

PRUEBA DE HABILIDADES DEPORTIVAS (el 10 equivale a 2 puntos):

El alumno/a deberá trabajar las pruebas descritas a continuación y el día del examen se realizará una elegida por el alumno/a.

- Prueba de voleibol: realización de 5 saques a zonas determinadas, 5 colocaciones a zona elegida, 5 recepciones al saque a zona 3 y 5 remates con o sin salto. (máximo de

0,50 puntos por cada habilidad; total 1 punto).

- Prueba de bádminton. La prueba consistirá en la realización de un partido en la modalidad individual. En él el alumno/a deberá integrar todos los golpes defensivos (lob, clear principalmente) y ofensivos (saques, dejadas y remate principalmente) y demostrar un sentido táctico en sus golpes. (total 1 punto)

CONSIDERACIONES:

*En la prueba de bádminton, se le asignará un alumno voluntario que juegue el partido.

*El departamento se reserva el derecho de modificar el orden y el número de pruebas a realizar dependiendo del tiempo disponible para la realización de los ejercicios de todos los alumnos/as que se presenten a dicha convocatoria.

* Todos los alumnos/as deberán presentarse con ropa deportiva y con bolígrafo. De lo contrario no podrá realizar la prueba.

*En el caso de que un alumno/a presente una patología o lesión que le impida realizar las pruebas de condición física y habilidades específicas, deberá entregar un informe médico oficial de su problema físico al comienzo de la prueba extraordinaria. El profesor en tal caso valorará el caso y podrá adaptar las pruebas, hacer preguntas orales sobre los contenidos prácticos y hacer un examen teórico de los saberes básicos de 4º de ESO.

PROGRAMACIÓN

Educación Física

1º y 2º de Bachillerato
Curso: 2024-2025



I
E
S

Z
U
R
B
A
R
Á

En la siguiente programación, aquellos puntos que no aparezcan aquí detallados serán porque son compartidos con la programación de ESO.

1.- OBJETIVOS DEL BACHILLERATO

2.- COMPETENCIAS CLAVES Y SUS DESCRIPTORES OPERATIVOS

3.- SABERES BÁSICOS

4.- COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

5.- CONTENIDOS TRANSVERSALES

6.- SITUACIONES DE APRENDIZAJE Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.
TEMPORALIZACIÓN

7.- EVALUACIÓN Y PROMOCIÓN DEL ALUMNADO. EXTRAORDINARIA DE
BACHILLERATO

8.- PROGRAMAS DE REFUERZO Y RECUPERACIÓN DE LOS APRENDIZAJES NO
ADQUIRIDOS PARA EL ALUMNADO QUE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN
NEGATIVA.

9.- PROGRAMACIÓN 2º BACHILLERATO: ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

10.-ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS

1.- OBJETIVOS DE 1º BACHILLERATO

El curso de 1º de Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.

b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. También prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.

c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en la historia, **e impulsar la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género, o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.**

d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana.

f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.

g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.

h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución, así como el patrimonio natural, cultural, histórico y artístico de España y, de forma especial, el de Extremadura. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.

i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.

j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología al cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.

k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.

l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.

m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, al igual que como medio de desarrollo personal y social.

- n) **Afianzar actitudes de respeto** y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.
- o) **Fomentar una actitud responsable** y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.

2.- COMPETENCIAS CLAVES Y SUS DESCRIPTORES OPERATIVOS

Competencia en comunicación lingüística (CCL)

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con fluidez, coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales y académicos, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y argumentar sus opiniones como para establecer y cuidar sus relaciones interpersonales

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los distintos ámbitos, con especial énfasis en los textos académicos y de los medios de comunicación, para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera 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 de manera clara y rigurosa adoptando un punto de vista creativo y crítico a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee con autonomía obras relevantes de la literatura poniéndolas en relación con su contexto sociohistórico de producción, con la tradición literaria anterior y posterior y examinando la huella de su legado en la actualidad, para construir y compartir su propia interpretación argumentada de las obras, crear y recrear obras de intención literaria y conformar progresivamente un mapa cultural.

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 y rechazando 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 Plurilingüe

CP1. Utiliza con fluidez, adecuación y aceptable corrección una o más lenguas, además de la lengua familiar o de las lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas con espontaneidad y autonomía en diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, desarrolla estrategias que le permitan ampliar y enriquecer de forma sistemática su repertorio lingüístico individual con el fin de comunicarse de manera eficaz.

CP3. Conoce y valora críticamente la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal y anteponiendo la comprensión mutua como característica central de la comunicación, para fomentar la cohesión social.

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería STEM

STEM1. Selecciona y utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones propias de la modalidad elegida y emplea estrategias variadas para la resolución de problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando y creando prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma colaborativa, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y evaluando el producto obtenido de acuerdo a los objetivos propuestos, la sostenibilidad y el impacto transformador en la sociedad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de investigaciones de forma clara y precisa, en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos..) y aprovechando la cultura digital con ética y responsabilidad y valorando de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.

Competencia Digital

CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla posteriormente.

CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales de forma individual o colectiva, aplicando medidas de seguridad y respetando, en todo momento, los derechos de autoría digital para ampliar sus recursos y generar nuevo conocimiento.

CD3. Selecciona, configura y utiliza dispositivos digitales, herramientas, aplicaciones y servicios en línea y los incorpora en su entorno personal de aprendizaje digital para comunicarse, trabajar colaborativamente y compartir información, gestionando de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red y ejerciendo una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla soluciones tecnológicas innovadoras y sostenibles para dar respuesta a necesidades concretas, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)

CPSAA1.1 Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.

CPSAA1.2 Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida.

CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.

CPSAA3.1 Muestra sensibilidad hacia las emociones y experiencias de los demás, siendo consciente de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia.

CPSAA3.2 Distribuye en un grupo las tareas, recursos y responsabilidades de manera ecuánime, según sus objetivos, favoreciendo un enfoque sistémico para contribuir a la consecución de objetivos compartidos.

CPSAA4. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.

CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.

Competencia Ciudadana

CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.

CC2. Reconoce, analiza y aplica en diversos contextos, de forma crítica y consecuente, los principios, ideales y valores relativos al proceso de integración europea, la Constitución Española, los derechos humanos, y la historia y el patrimonio cultural propios, a la vez que participa en todo tipo de actividades grupales con una actitud fundamentada en los principios y procedimientos democráticos, el compromiso ético con la igualdad, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad y corresponsabilidad efectiva entre mujeres y hombres.

CC4. Analiza las relaciones de interdependencia y ecoddependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.

Competencia Emprendedora

CE1. Evalúa necesidades y oportunidades y afronta retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico con proyección profesional emprendedora.

CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales; aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor

CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.

Competencia en conciencia y expresión culturales CCEC

CCEC1. Reflexiona, promueve y valora críticamente el patrimonio cultural y artístico de cualquier época, contrastando sus singularidades y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.

CCEC2. Investiga las especificidades e intencionalidades de diversas manifestaciones artísticas y culturales del patrimonio, mediante una postura de recepción activa y deleite, diferenciando y analizando los distintos contextos, medios y soportes en que se materializan, así como los lenguajes y elementos técnicos y estéticos que las caracterizan.

CCEC3.1. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones con creatividad y espíritu crítico, realizando con rigor sus propias producciones culturales y artísticas, para participar de forma activa en la promoción de los derechos humanos y los procesos de socialización y de construcción de la identidad personal que se derivan de la práctica artística.

CCEC3.2. Descubre la autoexpresión, a través de la interacción corporal y la experimentación con diferentes herramientas y lenguajes artísticos, enfrentándose a situaciones creativas con una actitud empática y colaborativa, y con autoestima, iniciativa e imaginación.

CCEC4.1. Selecciona e integra con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para diseñar y producir proyectos artísticos y culturales sostenibles, analizando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral que ofrecen sirviéndose de la interpretación, la ejecución, la improvisación o la composición.

CCEC4.2. Planifica, adapta y organiza sus conocimientos, destrezas y actitudes para responder con creatividad y eficacia a los desempeños derivados de una producción cultural o artística, individual o colectiva, utilizando diversos lenguajes, códigos, técnicas, herramientas y recursos plásticos, visuales, audiovisuales, musicales, corporales o escénicos, valorando tanto el proceso como el producto final y comprendiendo las oportunidades personales, sociales, inclusivas y económicas que ofrecen.

Bloque A. Vida activa y saludable

Aborda los tres componentes de la salud física, mental y social, a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos de práctica físico-deportiva, rechazando comportamientos antisociales o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos.

A.3. Salud mental

A.3.1. Técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva.

A.3.2. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros.

A.3.3. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.

A.2. Salud social

A.2.1. Prácticas y hábitos de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva.

A.2.2. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: alternativas de movilidad sostenible (bicicleta, patines, patinetes no eléctricos...).

A.2.3. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud.

A.2.4. Ventajas e inconvenientes de la práctica de deporte profesional.

A.2.5. Historia del deporte desde la perspectiva de género. Análisis crítico y condicionantes éticos

A.1. Salud física

A.1.1. Programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad

A.1.2. Autoevaluación de las capacidades condicionales y coordinativas como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida.

A.1.3. Identificación de objetivos motrices, de actividad, saludables o similares, alcanzables con un programa de actividad física personal.

A.1.4. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados

A.1.5. Salidas laborales y perfil profesional vinculados a la actividad física, la salud y otras expresiones de la motricidad.

A.1.6. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Pautas, ejemplificaciones y diseño.

A.1.7. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física, la salud, la alimentación y otros hábitos.

A.1.8. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Puesta en práctica y aplicación a contextos habituales.

A.1.9. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza e higiene postural

A.1.10. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas

BLOQUE B Organización y Gestión de la E.F

Aborda cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores, además de la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva así como las actuaciones ante accidentes en cualquier contexto.

1º Bachillerato

B.1. Elección de la práctica física	<p>B.1.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).</p> <p>B.1.2. Evaluación del entorno personal y social en la elección de práctica deportiva o de actividad física: contexto, recursos, capacidades, necesidades e intereses. Desarrollo y práctica de propuestas</p>
B.2. Preparación de la actividad motriz	<p>B.2.1. Selección responsable y sostenible del material deportivo.</p> <p>B.2.2. Análisis crítico de estrategias publicitarias.</p> <p>B.2.3. Uso alternativo del material convencional, reciclado o autoconstruido con diferentes fines y objetivos</p>
B.3. Planificación y autorregulación de proyectos motrices	<p>B.3.1. Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar</p> <p>B.3.2. Diseño y uso de instrumentos o técnicas de coevaluación y autoevaluación de los procesos de aprendizaje y proyectos como medio de autorregulación.</p> <p>B.3.3. Fases de planificación, proyecto y proceso de trabajo: análisis inicial, objetivos, diseño, recursos, aplicación, control y evaluación del proceso y resultados. Aplicación práctica.</p>
B.4. Gestión de la seguridad.	<p>B.4.1. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física.</p> <p>B.4.2. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de prevención y seguridad</p>
B.5. Actuaciones ante accidentes.	<p>B.5.1. Actuaciones críticas ante accidentes (cadena de supervivencia): desplazamientos y transporte de accidentados; conducta PAS (proteger, avisar, socorrer), protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar) y alternativas mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA).</p> <p>B.5.2. Indicios, técnicas específicas y protocolos ante accidentes de diferente tipología: agresiones por cuerpos extraños, traumatismos, lesiones, alteraciones de la consciencia y asfixias.</p> <p>B.5.3. Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).</p> <p>B.5.4. Protocolos ante alertas y emergencias escolares. Responsabilidades individuales y colectivas.</p>

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

Aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.

C.1. Toma de decisiones	<p>C.1.1. Resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales o colectivas.</p> <p>C.1.2. Análisis de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades deportivas y recreativas.</p> <p>C.1.3. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición o colaboración-oposición.</p> <p>C.1.4. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico deportivas a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival.</p> <p>C.1.5. Desempeño de funciones variadas en procedimientos o sistemas técnico-tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos individuales y del equipo.</p> <p>C.1.6. Diseño y uso de instrumentos o técnicas de coevaluación y autoevaluación de la acción motriz (técnica o táctica) como medio de autorregulación. Análisis, búsqueda y aplicación de soluciones.</p>
C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica	<p>C.2.1. Integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales.</p> <p>C.2.2. Reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.</p>
C.3. Capacidades condicionales.	<p>C.3.1. Planificación para el desarrollo de las capacidades condicionales.</p> <p>C.3.2. Sistemas de entrenamiento de las capacidades condicionales. Principios, puesta en práctica y diseño.</p> <p>C.3.3. Uso de técnicas e instrumentos de autoevaluación de la condición física como medio de conocimiento de los límites personales. Reflexión crítica y búsqueda de soluciones.</p>
C.4. Capacidades coordinativas	<p>C.4.1. Perfeccionamiento de las habilidades motrices específicas y requerimientos técnico-tácticos y estratégicos de los deportes o actividades físicas.</p> <p>C.4.2. Aplicación eficaz y eficiente de las habilidades motrices específicas de diferentes manifestaciones físico-deportivas.</p>
C.5. Creatividad motriz.	<p>C.5.1. Creación de retos y situaciones-problema en diferentes contextos físico-deportivos.</p> <p>C.5.2. Resolución eficiente de retos y situaciones motrices de acuerdo a los recursos disponibles.</p>

Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

Se centra, por un lado, en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, mientras que, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones constructivas entre los participantes en este tipo de contextos motrices.

1º Bachillerato

D.1. Gestión emocional.

D.1.1. Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas

D.1.2. Conocimiento, práctica y autovaloración de las habilidades volitivas y capacidad de superación en las situaciones motrices planteadas.

D.2. Habilidades sociales y de convivencia

D.2.1. Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

D.2.2. Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: juego limpio financiero, coeducación en deporte base y similares.

D.2.3. Desempeño de funciones relacionadas con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otras.

D.2.4. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas, LGTBIfóbicas o de cualquier tipo)

Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz.

Abarca tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.

1º Bachillerato

E.1. Cultura motriz.	<p>E.1.1. Aportaciones del movimiento y las diferentes manifestaciones motrices a la herencia cultural de Extremadura: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.</p> <p>E.1.2. Análisis de la influencia cultural y social en la actualidad de las diferentes manifestaciones motrices.</p>
E.2. Usos comunicativos de la corporalidad.	<p>E.2.1. Técnicas específicas de expresión corporal y de interpretación. Investigación y posibilidades de desarrollo. Puesta en práctica.</p> <p>E.2.2. Creatividad e imaginación. Aplicación adecuada y eficiente de los recursos expresivos anteriormente aprendidos: cuerpo, espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>E.2.3. Actividades artístico-expresivas como herramientas para la toma de conciencia y autogestión emocional.</p> <p>E.2.4. Comunicación no verbal en las redes sociales y medios de comunicación. Análisis crítico e intervención.</p>
E.3. Actividades rítmico-musicales.	<p>E.3.1. Práctica, análisis y creación de actividades o composiciones rítmico-musicales con intencionalidad estética o expresiva.</p> <p>E.3.2. Organización de eventos o proyectos de exhibición artístico-expresivos. Funciones organizativas y responsabilidades.</p>
E.4. Deporte y perspectiva de género.	<p>E.4.1. Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos.</p> <p>E.4.2. Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.</p> <p>E.4.3. Presencia en medios de comunicación.</p> <p>E.4.4. Análisis crítico y actuaciones ante situaciones de desigualdad o discriminación.</p>
E.5. Influencia del deporte.	<p>E.5.1. Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte.</p> <p>E.5.2. Salidas laborales y perfil profesional asociado a las diferentes manifestaciones de la motricidad.</p>

Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

Incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

F.1. Normas de uso y gestión de espacios	F.1.1. Fomento del transporte activo movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura o de otros medios sostenibles.
	F.1.2. Normas de uso de espacios de práctica motriz.
	F.1.3. Criterios básicos para la organización de eventos en diferentes espacios y prácticas.
F.2. Nuevos espacios y prácticas deportivas.	F.2.1. Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.
	F.2.2. Actuaciones para la mejora del entorno natural y urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).
	F.2.3. Técnicas específicas necesarias para el desarrollo de actividades en el medio natural o urbano. Aplicación práctica.
F.3. Análisis del riesgo.	F.3.1. Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.
	F.3.2. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares).
	F.3.3. Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.
F.4. Consumo responsable	F.4.1. Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
	F.4.2. Conocimiento, promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. Referentes en la Comunidad Autónoma de Extremadura.
F.5. Cuidado del entorno.	F.5.1. Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural.
	F.5.2. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.
	F.5.3. Análisis crítico de impacto en el medio de las prácticas deportivas. Consideraciones sociales, económicas, políticas y de salud

4.- COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE 1º BACHILLERATO

Competencia Específica 1

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º BACHILLERATO

1. Interiorizar y desarrollar un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal basada en parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

Criterio 1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.

Criterio 1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.

Criterio 1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.

Criterio 1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.

Criterio 1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.

Criterio 1.6. Investigar y conocer las posibles salidas profesionales relacionadas con las diferentes manifestaciones de la motricidad, así como el impacto laboral, económico, social y ecológico de las mismas y su repercusión en el entorno más cercano.

Competencia Específica 2

2. Adaptar autónomamente las capacidades condicionales, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices específicas de las modalidades practicadas, en diferentes situaciones y con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas, para resolver situaciones motrices vinculadas a distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Criterio 2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.

Criterio 2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

Criterio 2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave, tanto propios como ajenos, que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.

Criterio 2.4. Analizar la actuación motriz en diferentes situaciones, reales o adaptadas, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos a través de la autoevaluación y coevaluación, para poner en práctica actuaciones encaminadas a minimizar los errores.

C. Específica 3

3. Difundir, promover y participar activamente en prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, contribuyendo autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

Criterio 3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, a la vez que adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.

Criterio 3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.

Criterio 3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento 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, étnico, socioeconómica o de competencia motriz y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia en cualquiera de sus formas, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.

C. Específica 4

4. Experimentar las diferentes posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento, analizando e investigando de manera crítica las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución, desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, además de planificarlas, organizarlas y practicarlas de forma autónoma y fomentando su conservación para ser capaz de defender, desde una postura ética y contextualizada, los valores que transmiten.

Criterio 4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.

Criterio 4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.

Criterio 4.3. Utilizar de forma autónoma los recursos expresivos para resolver retos en las creaciones y representaciones artísticas, participando activamente y potenciando la imaginación, la creatividad y las diferentes opiniones.

Criterio 4.4. Valorar positivamente la importancia que las actividades artístico-expresivas tienen en su equilibrio emocional, contribuyendo de forma intencionada al crecimiento personal y de la sociedad a la que pertenecen.

C. Específica 5

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno a través de la práctica, planificación y organización de actividades físico-deportivas en entornos urbanos y naturales, desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, al tiempo que asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado tanto del medio natural como del urbano y para dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

Criterio 5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

Criterio 5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

5.- CONTENIDOS TRANSVERSALES

Además de todos los recogidos en la programación de la ESO, para este nivel se añade el contenido:

h) La prevención de los accidentes de tráfico, con el fin de que el alumnado conozca sus derechos y deberes como usuario de las vías en calidad de peatón, viajero y conductor de bicicletas o vehículos de motor, respete las normas y señales y se favorezca la convivencia, la tolerancia, la prudencia, el autocontrol, el diálogo y la empatía con actuaciones adecuadas tendentes a evitar los accidentes de tráfico y sus secuelas.

6.- SITUACIONES DE APRENDIZAJE Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN. TEMPORALIZACIÓN

Para la creación de las situaciones de aprendizaje, **tendremos en cuenta los principios y orientaciones generales** que aparecen en el decreto 109/2022 que establece la ordenación y el currículo para el Bachillerato para la Comunidad Autónoma de Extremadura (página 41470). En dicho decreto se remarca que: ***“En esta etapa cobra aún más sentido el enfoque pedagógico de aprendizaje-acción, donde las personas que aprenden desempeñan un papel activo y autogestionado durante todo el aprendizaje, movilizand***o sus conocimientos previos”. Aspecto que viene a señalar en nuestra programación de Bachillerato, el cumplimiento del constructivismo de los aprendizajes del alumnado.

Además, para la obtención del título se tendrá en cuenta lo expresado en el artículo 35 del decreto citado, **título de bachiller**,

(insistiendo en el punto 3 de citado artículo):

1. El título de Bachiller acredita el logro de los objetivos establecidos para la etapa y la adquisición de las competencias correspondientes.
2. Para obtener el título de Bachiller será necesaria la evaluación positiva en todas las materias de los dos cursos de Bachillerato.
3. Excepcionalmente, el equipo docente podrá decidir la obtención del título de Bachiller por un alumno o alumna que haya superado todas las materias salvo una, siempre que se cumplan además todas las condiciones siguientes:
 - a) Que el equipo docente considere que el alumno o la alumna ha alcanzado los objetivos y competencias vinculados a ese título.
 - b) Que no se haya producido una inasistencia continuada y no justificada por parte del alumno o la alumna en la materia.
 - c) Que el alumno o la alumna se haya presentado a las pruebas y realizado las actividades necesarias para su evaluación, incluidas las de la convocatoria extraordinaria.
 - d) Que la media aritmética de las calificaciones obtenidas en todas las materias de la etapa sea igual o superior a cinco. En este caso, a efectos del cálculo de la calificación final de la etapa, se considerará la nota numérica obtenida en la materia no superada.
4. El título de Bachiller será único y se expedirá con expresión de la modalidad cursada y de la nota media obtenida. Esta se hallará calculando la media aritmética de las calificaciones de todas las materias cursadas redondeada a la centésima. A efectos de dicho cálculo se tendrán en cuenta las materias comunes y optativas, así como las materias específicas de la modalidad por la que se expide el título y, en su caso, la materia de Religión

Consideraciones para la calificación

Al igual que lo reseñado en la ESO, cada uno de los **criterios de evaluación de cada una de las unidades didácticas entendidas como situaciones de aprendizaje** tendrán un **valor estimado, de acuerdo a la competencia específica a la que pertenezca; la cual tendrá también un valor**. Ese valor **vendrá dado de acuerdo al número total de competencias específicas que se evalúen en la unidad didáctica entendida como situación de aprendizaje**, es decir, que los criterios **podrán adquirir más o menos valor en función de la importancia que adquieren dentro de la competencia específica a la que pertenecen, en las situaciones de aprendizaje planteadas**.

El peso de las competencias claves, que permiten la adquisición de perfil de salida, quedará determinado por la ponderación que se le dé en las correspondientes situaciones de aprendizaje

Los instrumentos y herramientas de evaluación se elaborarán para calificar cada uno de los criterios de evaluación de las competencias específicas que aparecen reflejados en cada situación de aprendizaje

Cada una de las situaciones de aprendizaje, a través de las actividades planteadas y los instrumentos y herramientas de evaluación diseñados para la calificación de estas, nos dará una información del grado de adquisición de las competencias específicas a través de sus criterios de evaluación, así como del nivel de consecución de las claves vinculadas a estas.

TEMPORALIZACIÓN: debido a la cantidad de docentes que coincidimos en las mismas horas lectivas, la instalación asignada (no siempre cubierta) y la climatología, entre otros, el orden en que se presentan las situaciones de aprendizaje podrá variar al que aparece en esta programación; así como en la forma, en función de los niveles de cada grupo (principios DUA)

A continuación, veremos las unidades didácticas entendidas como situaciones de aprendizaje propuestas por evaluación.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE PRIMERA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 1 ENTRENANDO

(basada en RD 109/2022)

Trimestre	PRIMERO	Curso	1º Bachillerato	Sesiones	13 aprox.
Reto Inicial					
Organiza, planifica y gestiona tu condición física. ¿Te atreves a ser tu propio/a entrenador/a? ¿Y el de tu compañero/a?					
Justificación y centro de interés					
Experiencias previas: toda la secundaria se centra en el conocimiento y puesta en práctica del calentamiento, así como de métodos básicos para la mejora de las capacidades físicas básicas. Por tanto y para no ser redundante, se comenzará con una iniciación a la planificación propia (con todo lo que esto conlleva)					
Centros de interés de los escolares: solo hay que pasar por un centro deportivo y ver la cantidad de adolescentes que se preocupan por su imagen y lo peor de todo, el poco conocimiento de las técnicas, así como de los métodos de entreno y cómo repartirlos en la semana.					
ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 5					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
B, C, D, F, G, K y M			BLOQUE A, B, D y F		

Objetivos de aprendizaje			
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer y utilizar todos los principios del entrenamiento deportivo para la elaboración de una planificación personal. • Elaboración, a través de la investigación (discriminando de falsos mitos, información no veraz...), de una rutina con un nivel técnico adecuado a las condiciones (materiales) de las que la instalación está dotada (gimnasio o centro deportivo donde va el alumnado) • Elaborar un entreno a partir del nivel físico de uno/a de los/as compañeros/as que respete los principios del entreno y sea por tanto adaptado al nivel en el que este/a se encuentre. • Adquirir unos conocimientos básicos para la elaboración de una dieta equilibrada y saludable que se adapte al nivel de exigencia del entreno, conociendo los falsos mitos y los malos hábitos alimenticios. • Conocer y utilizar los espacios urbanos para la práctica de la actividad física • Autogestionar y autorregular el nivel del estrés y tensión que pueda generar la propia actividad física, así como situaciones de cierta tensión de la vida cotidiana. 			
Principios DUA		Metodología	
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido (visual, auditivo, kinestésico...)</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... con metodologías como la gamificación, MED...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>		<p>Grupo por niveles Clase invertida ABP TGFU Asignación de tareas Trabajo colaborativo Trabajo cooperativo</p>	
		Recursos	
		<p>Analógicos: cartas con posturas, artículos relacionados con los saberes específicos (fitness, nutrición...)</p> <p>TIC: grabaciones en cámara lenta que ayude a su educación postural. Vídeos de técnicas concretas...</p> <p>Espaciales: Gimnasio, patio...</p> <p>Materiales: bancos, fitball, gomas, cuerdas...</p>	
Interdisciplinariedad			
<p>Dependiendo de los retos o trabajos elegidos podríamos trabajar con los departamentos de inglés (poner en ambos idiomas los materiales utilizados, por ejemplos vídeos con subtítulos) biología (reforzando los saberes de este departamento) en lo referente a la alimentación, musculatura ...</p>			
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

<p>CCL 1 CCL 2 CCL 3 (20%)</p> <p>STEM 4 STEM 5 (20%)</p> <p>CC 1 (10%)</p> <p>CPSAA 1.1 CPSAA 1.2 CPSAA 2 CPSAA 3.2 CPSAA 4 (30%)</p>	<p style="text-align: center;">1 (50%)</p>	<p>Criterio 1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos. (12.5%)</p> <p>Criterio 1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales. (12.5%)</p> <p>Criterio 1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. (12.5%)</p> <p>Criterio 1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. (12.5%)</p> <p>Criterio 1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales. (12.5%)</p>	<p>Escala descriptiva (rúbrica)</p> <p>Preguntas tipo test o cortas a través de prueba escrita sobre los saberes básicos relacionados</p> <p>Registro anecdótico</p>
<p>CD 1, CD 2 CD 3 (20%)</p>	<p style="text-align: center;">3 (50%)</p>	<p>Criterio 3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, a la vez que adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. (12.5%)</p> <p>Criterio 3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. (12.5%)</p> <p>Criterio 3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento 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, étnico, socioeconómica o de competencia motriz y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia en cualquiera de sus formas, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas. (12.5%)</p>	<p>Utilización de las TIC (vídeo, foto...) demostrativo, así como la propia exposición oral</p>

Actividades
<ul style="list-style-type: none"> ● El alumnado expone en un tiempo límite (a determinar), su plan de entreno semanal. Explicará alguna zona de su barrio donde se pueda realizar actividad física (calistenia, tabata...) señalando las coordenadas GPS (Google map...) y el tipo de ejercicios que se puede realizar en ella. ● Entrega a uno/ de sus compañeros/as un plan de entreno que comparará con el realizado por él o ella misma/o (Autoevaluación y Coevaluación, comparativa de ambos) ● A través de cualquier formato digital, explica la dieta de una semana señalando los hábitos nocivos o malos hábitos.
ACNEAE
Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 2 DEPORTES ALTERNATIVOS

(basada en RD 109/2022)

Trimestre	PRIMERO	Curso	1º Bachillerato	Sesiones	12 aprox.
Reto Inicial					
<h3>¿Organizamos y participamos en las Olimpiadas alternativas?</h3>					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: el alumnado ha trabajado con algunos deportes alternativos a lo largo de la etapa de ESO. Desde el departamento, creemos que este tipo de deporte, aporta mucha riqueza motriz al alumnado, debido a la cantidad de variaciones que podemos realizar para la máxima participación, implicación y adaptación a la situación/es (materiales, personales...) de nuestro centro y alumnado.</p> <p>Centros de interés de los escolares: el hecho de tratarse de nuevos deportes, poco conocidos y la creación de su propio material es un plus para “enganchar” al alumnado. Podemos acercarnos a otras culturas a través de ellos, así como a un trabajo multidisciplinar.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 5</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
B, C, E, K, M y O			BLOQUE B, C, D y F		
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> ● Crear un espíritu de equipo utilizando la idea del MODELO DE EDUCACIÓN DEPORTIVA (Med). ● Adoptar diferentes roles dentro de la práctica deportiva (árbitro/, entrenador/a, capitán /a...) ● Aprender a jugar de una forma fluida, activa y eficaz. ● Ser capaz de establecer las tácticas grupales más adecuadas de acuerdo a la situación o contexto percibido. ● Organizar los cuadros de competición de las diferentes modalidades deportivas (utilizando para ello entre 4 y 5 deportes alternativos conocidos y trabajados en cursos anteriores (Colpbol, Pinfuvote, Ringette, Aroelástico- taburello, Ultimate, Cornhole...) ● Construir su propio material a través de materiales reciclados. ● Gestionar las situaciones de gestión de conflictos que puedan surgir (arbitraje, organización, toma de decisiones) 					
Principios DUA			Metodología		

<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido (visual, auditivo, kinestésico...)</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... con metodologías como la gamificación, MED...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Grupo por niveles Clase invertida MED (iniciación) TGFU Asignación de tareas Trabajo colaborativo Trabajo cooperativo</p>		
Recursos			
<p>Analógicos: cartelería de los diferentes equipos, tablón de cruces de la liga, así como de los resultados, entrenos...</p> <p>TIC: entrevistas a entrenadores/as, jugadores/as... Twitter creado para tal evento donde se cuelguen las historias de cada sesión, preparación de un vídeo resumen para exponerlo en la pantalla de la entrada al instituto.</p> <p>Espaciales: Gimnasio, patio, pabellón, aula, pista de tierra...</p> <p>Materiales: materiales autoconstruidos, otros (dependiendo de los deportes elegidos).</p>			
Interdisciplinariedad			
<p>Se podría trabajar con el departamento de inglés para explicar cómo se juega a los deportes alternativos que formen parte de la Olimpiada en inglés (reglamento básico).</p> <p>En la fabricación de materiales, podríamos trabajar en coordinación con el departamento de tecnología (Cornhole board...)</p> <p>Establecer las preguntas de las entrevistas, la fluidez, expresión corporal... en la comunicación oral, corporal... con el departamento de Lengua Castellana.</p> <p>Como algunas de las competiciones o partidos (mixtos) serán en los recreos, podrían formar parte de los “recreos saludables” con desayunos, actividad física... con el departamento de Biología.</p>			
Perfil de Salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

<p>CC 1 (20%)</p> <p>CCL 1 CCL 5 (20%)</p> <p>CP 1 CP 2 (5%)</p>	<p>1 (30%)</p>	<p>Criterio 1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. (10%)</p> <p>Criterio 1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. (10%)</p> <p>Criterio 1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales. (10%)</p>	<p>Escala descriptiva (rúbrica)</p> <p>Ficha de evaluación intragrupal, intergrupala y autoevaluación</p>
<p>CPSAA 1.2 CPSAA 2 CPSAA3.1 y 3.2 (25%)</p> <p>CPSAA 5 (10%)</p> <p>CD 2 CD 3 CD 4 (20%)</p>	<p>2 (30%)</p>	<p>Criterio 2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (10%)</p> <p>Criterio 2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. (10%)</p> <p>Criterio 2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave, tanto propios como ajenos, que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. (10%)</p> <p>Criterio 2.4. Analizar la actuación motriz en diferentes situaciones, reales o adaptadas, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos a través de la autoevaluación y coevaluación, para poner en práctica actuaciones encaminadas a minimizar los errores. (10%)</p>	<p>Lista de control</p> <p>Utilización de las TIC (vídeo, foto...) demostrativo, así como la propia exposición oral</p>

	3 (30%)	<p>Criterio 3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, a la vez que adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. (10%)</p> <p>Criterio 3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. (10%)</p> <p>Criterio 3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento 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, étnico, socioeconómica o de competencia motriz y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia en cualquiera de sus formas, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas. (10%)</p>	
--	-------------------	--	--

Actividades

El alumnado, después de pasar por los diferentes roles (reportero/a, entrenador/a, árbitro, capitán/a...) demostrará que han comprendido la esencia de cada uno de ellos, así como la capacidad de organizar una temporada de entreno y competición.

Demostrarán la capacidad de manejar y gestionar las redes sociales de forma responsable y segura, para fomentar y promocionar, entre otras cosas, la salud.

Organización de un evento final que podemos celebrarlo durante la semana de la cultura, fin de la primera evaluación, fiesta de navidad...

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE SEGUNDA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 3 DEPORTE INDIVIDUAL: SALTO DE ALTURA

(basada en RD 109/2022)

Trimestre	TERCERO	Curso	1º BACHILLERATO	Sesiones	5-6 aprox.
------------------	---------	--------------	-----------------	-----------------	------------

Reto Inicial

¿Cuánto eres capaz de saltar?

Justificación y centro de interés			
<p>Experiencias previas: los alumnos ya conocen este deporte después de haber trabajado las distintas modalidades del atletismo a lo largo de la etapa de ESO. Ya tienen una base estable respecto al salto de tijeras y rodillo ventral al menos, y una iniciación al Foxbury Jump.</p> <p>Centros de interés de los escolares: Pretendemos que el alumno conozca esta modalidad deportiva del atletismo, para que se inicie en su práctica. Es sin duda una habilidad motivante en la que el alumno salva un obstáculo, aspecto que puede extrapolar a su vida a la hora de superar las dificultades de la vida. Aquí repasamos los saltos de tijera y rodillo ventral, y trataremos en profundidad el Foxbury Jump; del que tendrán bastante información a través de los medios de comunicación y tendrán oportunidad de practicarlo, siempre teniendo en cuenta su adaptación a la asignatura de Educación Física.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 5</p>			
Objetivos de Etapa		Saberes básicos	
M, N		BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D	
Objetivos de aprendizaje			
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer el reglamento básico de la modalidad Foxbury Flop • Ejecutar el salto de Foxbury Flop de forma correcta: carrera, batida, salto y caída • Repasar y ejecutar de forma correcta los saltos de tijera y rodillo ventral • Fomentar el espíritu de superación y conocimiento de sí mismo. 			
Principios DUA		Metodología	
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>		<p>Asignación de tareas Aprendizaje basado en retos Clase invertida TGFU</p>	
		Recursos	
		<p>Analógicos: Láminas, tarjetas, tizas...</p> <p>TIC: vídeos de apoyo, ...</p> <p>Espaciales: Gimnasio, patio...</p> <p>Materiales: quitamiedos, listones, conos, balones, colchonetas...</p>	
Interdisciplinariedad			
<p>En función de los aspectos trabajados, podemos trabajar con el departamento de Historia del Mundo contemporáneo por tratar algunos aspectos históricos de este deporte, así como con el departamento de Matemáticas, al trabajar con muchos aspectos numéricos y estadísticos (resultados, medidas...)</p>			
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

STEM 1 (20%) CD 1 CD 2 (20%) CPSAA 1.1 CPSAA 2 CPSAA 3.1 (40%) CC 1 CC 2 (20%)	2 (100%)	Criterio 2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (33%)	Lista de control
		Criterio 2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave, tanto propios como ajenos, que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos y situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos (33%)	Examen escrito
		Criterio 2.4 Analizar la actuación motriz en diferentes situaciones, reales o adaptadas, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos a través de la autoevaluación y coevaluación, para poner en práctica actuaciones encaminadas a minimizar los errores. (33%)	Rúbrica

Actividades

Realizar diferentes juegos y ejercicios de los 3 tipos de saltos: tijeras, rodillo ventral y foxyburly flop

Poner en práctica el salto de Foxyburly Flop en un concurso-torneo recreativo que los alumnos organizan.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 4 DEPORTE COLECTIVO: VOLEIBOL

(basada en RD 109/2022)

Trimestre	SEGUNDO	Curso	1º BACHILLERATO	Sesiones	10-11 aprox.
Reto Inicial					

¿Eres capaz de cooperar para competir con tus compañeros/as?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: los alumnos habrán trabajado este deporte al menos en dos cursos anteriores durante la ESO, por lo que ya tienen un mínimo de nociones técnicas y tácticas de manera básica

Centros de interés de los escolares: Es un deporte colectivo peculiar pues aquí no se adapta al balón y hay limitaciones en su contacto; por tanto, resultará muy interesante para el alumnado ya que no hay contacto corporal, no necesita especialización, se puede jugar en cualquier sitio y es coeducativo.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 5

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
M, N	BLOQUE C BLOQUE D

Objetivos de aprendizaje

- Ejecutar de forma correcta los gestos técnicos de toque de dedos, pase de antebrazos, remate y saque
 - Aplicar de forma correcta los gestos anteriores en situaciones de juego reducido y real.
 - Cumplir y respetar las normas de juego, a los compañeros, adversarios y árbitros.
 - Desarrollar la toma de decisiones colectiva y la conciencia táctica

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos: Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido. Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.	Asignación de tareas Individualización por grupos Aprendizaje basado en retos Resolución de problemas TGFU
	Recursos
	Analógicos: Láminas, tarjetas, tizas... TIC: vídeos de apoyo, ... Espaciales: Gimnasio, patio... Materiales: goma elástica o red, bancos, conos, balones de voleibol...

Interdisciplinariedad

En función de los aspectos trabajados, podemos trabajar con el departamento de Historia del Mundo contemporáneo por tratar algunos aspectos históricos de este deporte, así como con el departamento de Matemáticas, al trabajar con muchos aspectos numéricos y estadísticos (resultados, medidas...)

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

<p>STEM 1 (20%)</p> <p>CD 1 (20%)</p> <p>CPSAA 1.1, 1.2, 2, 3.1 y 3.2 (40%)</p> <p>CC 2 CC 4 (20%)</p>	<p>2 (100%)</p>	<p>Criterio 2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (25%)</p> <p>Criterio 2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. (25%)</p> <p>Criterio 2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave, tanto propios como ajenos, que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos y situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. (25%)</p> <p>Criterio 2.4 Analizar la actuación motriz en diferentes situaciones, reales o adaptadas, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos a través de la autoevaluación y coevaluación, para poner en práctica actuaciones encaminadas a minimizar los errores. (25%)</p>	<p>Lista de control</p> <p>Pruebas escritas sobre los saberes implicados</p> <p>Rúbricas</p>
--	-----------------------------------	--	--

Actividades

Realizar diferentes juegos de profundización de las principales habilidades técnicas del voleibol.

Realizar diferentes ejercicios en los que desarrollar la lógica motriz

Poner en práctica estas habilidades en un torneo recreativo que los alumnos organizarán.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 5

PRIMEROS AUXILIOS

(basada en RD 109/2022)

Trimestre	SEGUNDO	Curso	1º BACHILLERATO	Sesiones	5
Reto Inicial					
Nunca olvides la importancia de reciclar tus conocimientos en primeros auxilios					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: el contenido de actuación ante accidentes en la vida en general y en el deporte en particular, es un asunto que se viene tratando a lo largo de la etapa educativa en nuestra asignatura, dado el riesgo de posibles accidentes que hay en la misma. En esta unidad nos ocuparemos de que reciclen estas habilidades de socorro incorporando nuevos protocolos, en el caso de que los haya, así como algo sobre salvamento y socorrismo en el medio acuático (actuación frente a un ahogamiento, qué sí y qué no hay que hacer).</p> <p>Centros de interés de los escolares: Se trata de un contenido muy importante para los alumnos, ya que se trata de conocimientos extrapolables a su vida: salvar las vidas de otras personas o minimizar los riesgos que estas personas sufran en determinados accidentes.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3, 5</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
M			BLOQUE B		
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> • Reciclar los conocimientos de Rehabilitación Cardiopulmonar y maniobra de Heimlich • Repasar los diferentes tipos de lesiones musculares, articulares y óseas: calambres, contusiones, esguinces, fracturas, tendinitis y desgarros musculares; así como reciclar sus técnicas en primeras atenciones (vendaje compresivo, inmovilización, aplicación de hielo...) • Conocer otros factores de riesgo en el deporte: flato, hemorragias, insolación y desmayos, así como conocer y practicar sus primeros auxilios • Repasar los factores preventivos ante posibles accidentes • Conocer los cambios en los protocolos, si los hubiese, así como incorporar nuevos conocimientos como por ejemplo los que se suelen dar en el medio acuático (qué podemos y que no debemos hacer) • Concienciar al alumno de la importancia de este contenido de cara a su vida. • Participar con buena actitud y cooperación entre compañeros en cada una de las tareas. 					
Principios DUA			Metodología		

<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se utilizarán diferentes juegos de roles (auxiliadores y accidentados), así como simulación de accidentes para trabajar este contenido.</p>	<p>Simulación social Juego de roles Juegos interactivos en la red diseñados para el aprendizaje de protocolos de este tipo. Flipped classroom TGFU Trabajo cooperativo</p>
Recursos	
<p>Analógicos: láminas, fotos, tarjetas... TIC: vídeos de apoyo, apps de móvil, ... Espaciales: Gimnasio y pabellón Materiales: esterillas, maniqués de primeros auxilios y material auxiliar diverso</p>	

Interdisciplinariedad

Esta unidad tiene una gran conexión horizontal con Biología, Geología y Ciencias Ambientales, al trabajar contenidos relacionados con lesiones y factores de riesgo del cuerpo humano.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
<p>STEM 1 STEM 5 (20%)</p> <p>CD 1 CD 3 (20%)</p> <p>CPSAA 1.1, 1.2 (20%)</p> <p>CPSAA 2 CPSAA 3.1 Y 3.2 (20%)</p> <p>CC 2 CC 3 CC 4 (20%)</p>	<p>1 (100%)</p>	<p>Criterio 1.3 Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. (100%)</p>	<p>Pruebas escritas sobre los saberes implicados</p> <p>Autoevaluaciones confrontadas con coevaluaciones de sus iguales a través de rúbricas diseñadas por ellos/as mismas.</p> <p>Lista de control diaria</p> <p>Rúbricas</p>

Actividades

Saber realizar de forma correcta el protocolo de actuación en la RCP y en la maniobra de Heimlich.

Saber actuar en un accidente deportivo con su correspondiente acción de primeros auxilios.

Conocer y poner en práctica los aspectos preventivos en cualquier actividad deportiva.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE TERCERA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 6 MONTAJE DE UN MUSICAL

(basada en RD 109/2022)

Trimestre	TERCERO	Curso	1º BACHILLERATO	Sesiones	8 aprox.
Reto Inicial					
Trabaja en un proyecto con tus compañeros ¡monta un musical!					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: las actividades rítmicas y expresivas son un contenido común en todas las etapas. En el curso anterior, se trabajó un contenido similar, la dramatización mímica, con lo cual, ya tienen la experiencia de un montaje colectivo.</p> <p>Centros de interés de los escolares: el alumnado se identifica y tiene predilección por ciertos movimientos artísticos (cine, teatro, diferentes bailes...), géneros literarios (novelas, relatos...), o tendencias actuales (tik-tok, lipdubs...) relacionados con la música. Aprovecharemos este hecho para realizar escenificaciones musicales de los mismos, mediante un trabajo en grupo que desarrolle y potencie su recursos artístico-expresivos y sus habilidades sociales.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 5</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
K, L, M			BLOQUE E		
Objetivos de aprendizaje					
Explorar las capacidades artístico expresivas de forma individual y en grupo. Transmitir sensaciones, gestos, y estados de ánimo mediante la expresión corporal. Realizar una composición artístico-expresiva combinando los componentes espaciales y temporales y la interacción con sus compañeros, a partir de un tema. Respetar a los compañeros, las normas, materiales y espacios de uso. Reflexionar de forma crítica sobre sus emociones durante la práctica.					
Principios DUA			Metodología		

<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes formas de trabajar la expresión corporal y creatividad, así como el trabajo cooperativo de los alumnos en la creación de un proyecto</p>	<p>Descubrimiento guiado Resolución de problemas TGFU Aprendizaje basado en retos Aprendizaje basado en proyectos Trabajo colaborativo Trabajo cooperativo</p>
	Recursos
	<p>Analógicos: Láminas, tarjetas, libretas...</p> <p>TIC: vídeos de apoyo, ...</p> <p>Espaciales: Gimnasio, patio...</p> <p>Materiales: equipo de música, balones, bancos, colchonetas, picas, conos, combas...</p>

Interdisciplinariedad

Dependiendo de los retos que plantee el docente o los temas elegidos a representar por el alumno podríamos trabajar con el departamento de Lengua y Literatura.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
<p>CCL 1 (20%)</p> <p>CD 5 (10%)</p> <p>CPSAA 1.2 CPSAA 3.1 y 3.2 (20%)</p> <p>CC 1 CC 2 (10%)</p> <p>CE 1 CE 2 CE 3.1 y 3.2 CE 4.1 y 4.2 (40%)</p>	<p>4 (100%)</p>	<p><i>Criterio 4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad. (33,33%)</i></p> <p><i>Criterio 4.3. Utilizar de forma autónoma los recursos expresivos para resolver retos en las creaciones y representaciones artísticas, participando activamente y potenciando la imaginación, la creatividad y las diferentes opiniones. (33,33%)</i></p> <p><i>Criterio 4.4. Valorar positivamente la importancia que las actividades artístico-expresivas tienen en su equilibrio emocional, contribuyendo de forma intencionada al crecimiento personal y de la sociedad a la que pertenecen. (33,33%)</i></p>	<p>Rúbrica</p> <p>Lista de control</p> <p>Proyecto escrito Con rúbrica</p>

Actividades

Trabajar la toma de decisiones en grupo mediante situaciones-reto, juego de roles y la simulación social, a través del trabajo en grupo, desarrollando así las capacidades creativas de los alumnos.

Ensayar el tema elegido del grupo para el musical, en presencia del docente, donde el profesor irá orientando y corrigiendo aspectos de forma; llevando al alumnado hacia una representación correcta.

Demostrar una actitud de motivación, esfuerzo y respeto por los diferentes niveles que puedan encontrarse dentro del aula mostrando una actitud de ayuda a sus iguales para la consecución de los objetivos.

Reflexionar por escrito sobre su experiencia en esta unidad didáctica.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 7 ORIENTACIÓN

(basada en RD 109/2022)

Trimestre	TERCERO	Curso	1º BACHILLERATO	Sesiones	4-5 aprox.
Reto Inicial					
¿Puedes orientarte de forma correcta?					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: el contenido de la orientación está presente a lo largo de la etapa anterior, con lo que ya tienen conocimiento de ella y de sus elementos (brújula, mapas...); especialmente en 3º de ESO y con el Raid de Aventura (4º ESO).</p> <p>Centros de interés de los escolares: Se trata de una actividad que favorece la integración, la participación en grupos cooperativos para encontrar pistas, por lo que desarrolla la motivación. Además, permitirá a los alumnos desenvolverse con mayor autonomía en el medio natural; siendo un método de desarrollo de la condición física novedoso y motivador.</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3, 13 y 15</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
M, N, O			BLOQUE F		
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> • Repasar aspectos básicos de la orientación • Plasmar las formas del gimnasio, pabellón y pistas exteriores del instituto en plano propio • Orientar el plano respecto al espacio en el que se encuentran • Interpretar los mapas del centro y entornos cercanos al mismo (parque Castelar) y encontrar las pistas que en ellos se indican • Conocer normas de precaución en la práctica de actividades en la naturaleza • Participar con buena actitud y cooperación entre compañeros en cada una de las tareas. 					
Principios DUA			Metodología		

<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes formas de trabajar la orientación mediante juegos y diferentes recorridos de pistas</p>	<p>Descubrimiento guiado Flipped classroom TGFU Trabajo cooperativo</p>
Recursos	
<p>Analógicos: láminas, fotos, tarjetas... TIC: vídeos de apoyo, apps de móvil, códigos QR... Espaciales: Gimnasio, patio, espacios exteriores cercanos... Materiales: planos, brújulas, conos...</p>	

Interdisciplinariedad

Esta unidad tiene una gran conexión horizontal con otras asignaturas, ya que al trabajar con planos y aspectos matemáticos relacionados con los mismos se relaciona con las materias de Dibujo Técnico I, Matemáticas I y Matemáticas aplicadas a las Ciencias Sociales. Por otro lado es clara la relación con Biología, Geología y Ciencias Ambientales, al trabajar aspectos relacionados con el medio ambiente. Podríamos mencionar también al departamento de Tecnología e Ingeniería I al trabajar con códigos QR y aplicaciones diversas.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
<p>STEM 1 y 5 (15%)</p> <p>CD 1 CD 3 CD 4 CD 5 (25%)</p> <p>CPSAA 1.1 y 1.2 (20%)</p> <p>CPSAA 2 CPSAA 3.2 CPSAA 4 (35%)</p> <p>CC 4 (5%)</p>	<p>5 100%</p>	<p>Criterio 5.1. Promover y participar en actividades físico- deportivas en entornos naturales y urbanos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (50%)</p> <p>Criterio 5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes. (50%)</p>	<p>Lista de control</p> <p>Mapa a rellenar</p> <p>Ficha de control</p>

Actividades

Describir y dibujar 10 elementos del gimnasio, del pabellón y del patio en varios planos.

Realizar diferentes juegos de orientación en parejas, con mapa confeccionado por ellos.

Buscar y registrar 10 balizas (QR), por grupos (3-4 personas), con plano y en ficha de control, en un recorrido propuesto por el patio del instituto, con plano.

Buscar y registrar 5 balizas (QR), por grupos (3-4 personas), en un recorrido propuesto por un parque cercano al centro, con plano, brújula y en ficha de control.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.
En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 8 DEPORTE DE ADVERSARIO: ESGRIMA

(basada en RD 109/2022)

Trimestre	TERCERO	Curso	1º BACHILLERATO	Sesiones	4-5 aprox.
Reto Inicial					
<h2>¿Quieres conocer y practicar el florete?</h2>					
Justificación y centro de interés					
<p>Experiencias previas: los alumnos apenas conocen este deporte de adversario, el cual pueden ver a través de distintos medios de comunicación, aunque tiene poca tradición de ser practicado. Esta unidad es una buena oportunidad de experimentar este deporte, en la modalidad de florete, sentando unas bases hacia una posible práctica en el futuro.</p> <p>Centros de interés de los escolares: se trata de un deporte luctatorio sin contacto, en el que se mantiene una distancia para tocar con el implemento, aspectos que pueden atraer al alumno para practicar un deporte de lucha. Además, es un deporte en el que se pueden utilizar las distintas habilidades para determinadas coreografías relacionadas con diferentes temáticas del teatro, cine...</p> <p>ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 5</p>					
Objetivos de Etapa			Saberes básicos		
M, N			BLOQUE C BLOQUE B		
Objetivos de aprendizaje					
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer el reglamento base de la modalidad de florete • Conocer y ejecutar las posiciones básicas: saludo, en guardia, marchar, romper y fondo y al menos 2 paradas • Fabricar una espada con material alternativo • Mostrar una actitud de esfuerzo, respeto al adversario y al árbitro • Desarrollar las facultades intuitivas y la rapidez en la decisión e ideas 					
Principios DUA			Metodología		

<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Asignación de tareas Grupos reducidos Resolución de problemas Autoconstrucción de materiales Gamificación TGFU</p>		
Recursos			
<p>Analógicos: Láminas, tarjetas, tizas... TIC: vídeos de apoyo, ... Espaciales: Gimnasio, patio... Materiales: equipo de música, bancos, colchonetas, conos, floretes autoconstruidos...</p>			
Interdisciplinariedad			
<p>Podemos trabajar con el departamento de Historia del Mundo contemporáneo por ser una modalidad deportiva histórica; y también con el departamento de Tecnología e Ingeniería por la fabricación del florete. Así mismo se podría decir que es un contenido relacionado con el departamento de Lengua, al aparecer en diferentes lecturas como los cómics.</p>			
Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

<p>STEM 1 STEM 5 (20%)</p> <p>CPSAA 1.1 y 1.2 CPSAA 3.1 CPSAA 5 (60%)</p> <p>CC 1 (10%)</p> <p>CE 3 (10%)</p>	<p>2 50%</p>	<p>Criterio 2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual o colectivo, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.. (20%)</p> <p>Criterio 2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica . (20%)</p> <p>Criterio 2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave, tanto propios como ajenos, que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. (20%)</p> <p>Criterio 2.4. Analizar la actuación motriz en diferentes situaciones, reales o adaptadas, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos a través de la autoevaluación y coevaluación, para poner en práctica actuaciones encaminadas a minimizar los errores. (20%)</p>	<p>Rúbrica</p> <p>Lista de control</p> <p>Rúbrica</p>
	<p>4 50%</p>	<p>Criterio 4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad. (20%)</p>	

Actividades

Realizar diferentes juegos de familiarización de las principales habilidades técnicas de la modalidad de florete, en los que también se trabajará la mejora de la toma de decisiones.

Poner en práctica estas habilidades en un torneo recreativo que los alumnos organizarán.

Realizar una improvisación sobre una coreografía en la que se realicen movimientos relacionados con la esgrima

Fabricar una espada de florete con material reciclado

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

7.- EVALUACIÓN Y PROMOCIÓN DE 1º BACHILLERATO. EXTRAORDINARIA DE BACHILLERATO

Para la evaluación y promoción del alumnado que cursa 1º bachillerato se tendrá en cuenta lo recogido en el Decreto 14/2022 de 18 de febrero, por el que se regulan la **evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional** en la Comunidad Autónoma de Extremadura.

EXTRAORDINARIA: El alumnado con evaluación negativa, tendrá que presentarse a la prueba extraordinaria durante el mes de junio en la fecha que el centro establezca para dichas pruebas.

Esta prueba tendrá como referencias los criterios de evaluación de las competencias específicas de la materia, así como los saberes básicos necesarios para la adquisición de estas competencias y por tanto de las claves.

8.- PROGRAMAS DE REFUERZO Y RECUPERACIÓN DE LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS PARA EL ALUMNADO QUE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA.

El jefe/a del departamento será el encargado/a del alumnado en esta situación, siempre que el alumno/a no escoja la optativa en 2º de bachillerato (Actividad Física y Salud), en este último caso, será el profesorado de la optativa quien hará el seguimiento del alumnado que se encuentre en esta situación.

Se podrán proponer pequeños proyectos relacionados con las unidades didácticas entendidas como situaciones de aprendizaje planificadas en 1º de bachillerato, a través de las cuales, el alumno/a adquirirá las competencias claves desarrolladas

9.- 2º BACHILLERATO: ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

La presencia de la actividad física en el currículo de esta etapa educativa encuentra una evidente justificación en el proceso de consolidación de hábitos de vida saludable como factor de prevención, individual y colectiva, de actitudes perjudiciales para el individuo y como mejora de su calidad de vida. En ese sentido, la materia de Actividad Física y Salud se orienta a la adquisición y puesta en práctica de una base de conocimientos y experiencias que permitan al alumnado desarrollar y gestionar prácticas saludables relacionadas con la actividad física de forma segura y sostenible.

Las líneas de trabajo que se deben seguir plantean, en primer lugar, que el alumnado diseñe y desarrolle un proyecto de mejora de su salud, eminentemente práctico, para compensar el aumento de actitudes sedentarias características de la población juvenil en la actualidad. En este sentido es fundamental, tras el análisis de su contexto, la realización por parte del alumnado de un programa de actividad física que mejore todos los componentes de la salud, consolidando un estilo de vida activo dentro de las posibilidades de su entorno.

Por otra parte, la evolución que ha experimentado el número de profesiones, así como la oferta de estudios superiores relacionados con la actividad física y la salud, tanto individual como comunitaria, y con el uso adecuado del tiempo libre, amplían las posibilidades de cualificación, ya sea en el ámbito universitario, en la formación profesional o en las enseñanzas deportivas, o bien en la preparación para las profesiones en las que la capacidad física se convierte en un aspecto imprescindible para su acceso y desarrollo. Dado el carácter propedéutico del Bachillerato, la materia, completando todo el trabajo realizado en materias cursadas previamente, presenta distintas alternativas que sirven al alumnado para adoptar criterios de valoración objetivos con vistas a su futuro académico y laboral.

El conocimiento tanto del entorno próximo, natural o urbano, como de las diferentes ofertas físico-deportivas que ofrece, será otro de los caminos que se recorrerán. La elaboración de un catálogo de toda la oferta que rodea al alumnado se hace necesaria en pro de una toma de decisiones coherente. Así, gimnasios, pistas, clubes, asociaciones, eventos, etc., formarán parte de ese catálogo que, junto a la gestión, organización, horarios, costes, recursos humanos y materiales, infraestructura, normas de uso y funcionamiento, servirán al alumnado para tomar decisiones adaptadas a sus intereses.

En consonancia con este análisis, otro de los objetivos de esta materia es conocer y consolidar los pasos necesarios para la creación de un marco organizativo y asociativo donde puedan desarrollar su práctica física y deportiva en sociedad. Los clubes deportivos escolares y cualquier otra entidad deportiva o de carácter asociativo juvenil en el marco del fomento de la actividad física, deportiva o artístico-expresiva orientada a la salud, son algunas de las alternativas que se pueden diseñar, desarrollar y poner en práctica para ser parte activa de la comunidad potenciando sus actuaciones e iniciativas.

La última línea de trabajo de la materia pretende que el alumnado adquiera las habilidades imprescindibles para poder diseñar, poner en práctica y evaluar proyectos o producciones, aplicables en el entorno escolar o social y relacionados con la actividad física, el deporte o las manifestaciones artístico-expresivas, atendiendo, en cada uno de los casos, a las necesidades y características propias de cada manifestación. En esta línea se atiende no solo al desarrollo y puesta en práctica, sino también a la difusión, promoción y fomento de la salud a través de las mismas, para ser un factor activo en la sociedad.

Los descriptores de las competencias establecidos para el Bachillerato, junto con los objetivos generales de esta etapa, establecen el punto de partida para la definición de las competencias

específicas de esta materia. Este elemento curricular se convierte en el referente que se debe seguir al dar forma a la materia Actividad Física y Salud desarrollándose de forma competencial, actual y alineada con las necesidades de la ciudadanía del siglo XXI. Por tanto, serán las competencias específicas de la materia de Actividad Física y Salud las que recogen y sintetizan las líneas de trabajo mencionadas.

En Bachillerato, el desarrollo competencial pasa por consolidar un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado perpetuar a lo largo de su vida tanto hábitos vinculados con la planificación autónoma y la autorregulación de su práctica física, como el resto de los componentes que afectan a la salud.

Las competencias específicas no son elementos independientes, sino que existe una clara interrelación entre ellas que permite un desarrollo integral de todos los elementos que definen la materia. Se destacarán algunas relaciones especialmente significativas entre las competencias específicas de la materia. Además, se señalaron las conexiones con las competencias específicas de otras materias de Bachillerato, lo que facilitará el trabajo interdisciplinar. Por último, se analizará la relación de las competencias específicas con las competencias clave y sus descriptores en esta etapa.

Para alcanzar estas competencias específicas, el currículum de la materia de Actividad Física y Salud se organiza en torno a seis bloques de saberes básicos. Estos deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Para favorecer el proceso de concreción curricular, los saberes incluidos en estos bloques no apuntan a prácticas o manifestaciones concretas, sino que recogen los aspectos básicos que se deben desarrollar, dejando a criterio del profesorado la forma en la que se enfoquen dichos saberes. Por consiguiente, los saberes básicos quedan organizados en estos seis: «Actividad física y salud» (A), «Organización y gestión de la actividad física» (B), «Lógica y control de situaciones motrices»(C), «Salud emocional e interacción social» (D), «Producciones y representaciones de la cultura motriz» (E), y «Proyección social y comunitaria de la actividad física» (F).

9.1 BLOQUES DE SABERES

Bloque A. Actividad física y salud.

A.1. Salud física.

A.1.1. Identificación de objetivos motrices, de actividad, de salud o similares, alcanzables, para aplicar un programa de actividad física, deportiva o artístico-expresiva individual o colectiva.

A.1.2. Autoevaluación de las capacidades condicionales y coordinativas como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida.

A.1.3. Programa y planificación personal o colectiva de actividad física, deportiva o artístico-expresiva orientada a la salud, atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y objetivo. Desarrollo práctico.

A.1.4. Técnicas básicas de descarga muscular, reajuste funcional y compensación necesaria en un programa de actividad física, deportiva o artístico-expresiva individual o colectiva.

A.1.5. Diseño de planes nutricionales aplicados a los programas de actividad física planteados, equilibrados según los objetivos y las características físicas y personales. Pautas, ejemplificaciones y desarrollo.

A.1.6. Evaluación del logro de los objetivos de un programa de actividad física, deportiva o artístico-expresiva individual o colectiva y reorientación de actividades a partir de los resultados.

A.1.7. Recursos digitales y tecnológicos para generar un programa de actividad física, salud, alimentación y otros hábitos. Objetividad, validez y fiabilidad de los diferentes recursos.

A.1.8. Plan de prevención de accidentes y estrategias de actuación e intervención en el diseño, planificación y desarrollo de programas de actividad física, deportiva o artístico-expresiva individuales o colectivos.

A.2. Salud social.

A.2.1. Prácticas y hábitos sociales de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o comunitaria dentro de un programa de intervención.

A.2.2. Hábitos sociales que afectan a los objetivos de un programa de actividad físico, deportivo o artístico-expresivo y la salud.

A.2.3. Contraindicaciones y efectos negativos de no respetar las indicaciones de un programa de actividad física y salud. Repercusiones.

A.2.4. Visión de un programa de intervención desde la perspectiva de género. Análisis crítico y condicionantes éticos.

A.2.5. Evaluación del entorno personal y social en la elección de práctica deportiva, artístico-expresiva o de actividad física: contexto, recursos, capacidades, necesidades e intereses. Desarrollo y práctica de la propuesta.

A.3. Salud mental.

A.3.1. Técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva.

A.3.2. Trastornos vinculados con la imagen corporal y las capacidades individuales. Influencia social y emocional.

A.3.3. Efectos de una práctica física prolongada en el tiempo a través de un programa de intervención en la estabilidad emocional y mental.

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.

B.1. Salidas profesionales.

B.1.1. Estudios, itinerarios y salidas profesionales relacionadas con el marco de la actividad físico-deportiva y la salud. Vías de acceso.

B.1.2. Salidas laborales y cualificaciones profesionales con requerimientos físicos específicos. Requisitos y planificación de acceso.

B.2. Marco organizativo y asociativo.

B.2.1. Asociacionismo, entidades y otros colectivos físico-deportivos y artístico-expresivos en Extremadura.

B.2.2. Requisitos para la creación de una entidad deportiva. Marco legal y documentación necesaria en el proceso. Aplicación práctica.

B.2.3. La Agrupación Deportiva Escolar (ADE) como recurso eficaz en centros educativos. Uso y posibilidades reales en el contexto.

B.2.4. Debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades del asociacionismo y marco organizativo físico deportivo o artístico expresivo cercano.

B.3. Planificación y desarrollo de proyectos.

B.3.1. Fases de un proyecto o producción física-deportiva o artístico- expresivo relacionado con la salud: planificación, proyecto y proceso de trabajo: análisis inicial, objetivos, diseño, recursos, aplicación, control y evaluación del proceso y resultados. Aplicación práctica.

B.3.2. Evaluación del entorno personal y social en la elección y selección de planificaciones, proyectos o producciones: contexto, recursos, capacidades, necesidades e intereses. Desarrollo y práctica.

B.3.3. Técnicas y estrategias de creatividad que buscan generar ideas para proyectos o producciones.

B.3.4. Plan de marketing y difusión de proyectos o producciones físico- deportivas o artístico-expresivas.

B.3.5. Diseño y uso de estrategias de seguimiento y control de evolución del proyecto como medio de autorregulación. Detección de desviaciones o necesidades y soluciones o medidas de mejora.

B.3.6. Recursos digitales y tecnológicos cooperativos o colaborativos en el diseño, planificación, control, desarrollo y puesta en práctica de proyectos o producciones físico-deportivas o artístico-expresivas.

B.3.7. Aportaciones y responsabilidades individuales en un equipo de trabajo cooperativo o colaborativo. Mecanismos de registro, control y evaluación.

B.4. Gestión y prevención de la seguridad.

B.4.1. Protocolos ante alertas y emergencias escolares. Responsabilidades individuales y colectivas.

B.4.2. Prevención de accidentes en proyectos o producciones físico-deportivas o artístico-expresivas. Recursos necesarios.

B.4.3. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares).

B.4.4. Gestión del riesgo propio y ajeno: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de prevención y seguridad. Planes de contingencia.

B.4.5. Diseño y puesta en práctica de planes de contingencia y prevención.

B.5. Actuaciones ante accidentes.

B.5.1. Indicios, técnicas específicas y protocolos necesarios en un programa de intervención física ante posibles accidentes de diferente tipología: agresiones por cuerpos extraños, traumatismos, lesiones, alteraciones de la consciencia y asfixias.

B.5.2. Actuaciones críticas ante accidentes (cadena de supervivencia): desplazamientos y transporte de accidentados, protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar) y alternativas mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA).

B.5.3. Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).

Bloque C. Lógica y control de las situaciones motrices.

C.1. Toma de decisiones.

C.1.1. Resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales o colectivas.

C.1.2. Evaluación y análisis de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades físico deportivas.

C.1.3. Planificación previa de la acción individual o colectiva para obtener ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición o colaboración-oposición.

C.1.4. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival y aprovechamiento eficaz de las mismas.

C.1.5. Desempeño y dominio de funciones variadas en procedimientos o sistemas técnico-tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos individuales y de equipo.

C.1.6. Diseño y uso de instrumentos o técnicas de coevaluación y autoevaluación de la acción motriz (técnica o táctica) como medio de autorregulación. Análisis, búsqueda y aplicación de soluciones.

C.2. Capacidades perceptivo-motrices.

C.2.1. Análisis previo a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales que intervienen.

C.2.2. Reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.

C.2.3. Prevención y actuación en las posibles situaciones de riesgos que puedan producirse como consecuencia de las diferentes prácticas físico-deportivas.

C.3. Capacidades condicionales.

C.3.1. Planificación para el desarrollo de las capacidades condicionales ajustadas a las necesidades y posibilidades individuales. Aplicación y puesta en práctica.

C.3.2. Sistemas de entrenamiento de las capacidades condicionales. Principios, diseño y puesta en práctica orientados a la salud.

C.3.3. Uso de técnicas e instrumentos de autoevaluación de la condición física como medio de conocimiento de los límites personales. Reflexión crítica y búsqueda de soluciones.

C.3.4. Análisis de los parámetros fisiológicos que determinan el rendimiento individual e influyen directamente en la salud. Acción en la práctica.

C.4. Capacidades coordinativas.

C.4.1. Perfeccionamiento de las habilidades motrices específicas y requerimientos técnico-tácticos y estratégicos de los deportes o actividades físicas.

C.4.2. Aplicación eficaz y eficiente de las habilidades motrices específicas de diferentes manifestaciones físico-deportivas.

C.5. Gestión de situaciones motrices.

C.5.1. Creación y resolución eficiente de retos y situaciones-problema en diferentes contextos físico-deportivos.

C.5.2. Organización y gestión de las situaciones planteadas manteniendo un equilibrio emocional individual y de equipo durante el proceso.

C.5.3. Funciones relacionadas con la práctica físico-deportiva (entrenador, técnico, árbitro o juez, capitán, espectador...).

C.5.4. Aportaciones y responsabilidades individuales dentro de un equipo en situaciones cooperativas o colaborativas con o sin oposición. Mecanismos de registro, control y evaluación.

C.5.5. Recursos digitales y tecnológicos para la planificación, organización, control, desarrollo o puesta en práctica de proyectos motrices individuales o colectivos.

Bloque D. Salud emocional e interacción social.

D.1. Gestión emocional.

D1.1. Identificación y manejo de las emociones en contextos físico deportivos. Gestión del éxito y la derrota. Fomento del autocontrol.

D.1.2. Actitudes acordes y contrarias a los objetivos deportivos o artístico-expresivos. Historias de vida significativas.

D.1.3. Desarrollo de la motivación intrínseca dirigida a los objetivos físicos deportivos. Confianza en la aportación de las capacidades y habilidades personales.

D.1.4. Motivaciones hacia la práctica de la actividad física, deportiva o artístico-expresiva. Análisis de la situación personal y reflexión crítica. Salud emocional y mental.

D.1.5. Puesta en práctica de técnicas de relajación, visualización, control de los pensamientos y la concentración dirigidas a las actividades físicas, deportivas o artístico-expresivas.

D.2. Habilidades sociales y convivencia.

D.2.1. Habilidades sociales: estrategias de integración en las actividades de grupo. Fomento de la participación y respeto de las diferencias.

D.2.2. Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: juego limpio financiero, coeducación en deporte base y similares.

D.2.3. Organización y gestión de las situaciones planteadas manteniendo un equilibrio emocional individual y de equipo durante el proceso.

D.2.4. Identificación de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas, LGTBIfóbicas o de cualquier tipo). Prevención y aportación de soluciones en situación real de práctica.

D.2.5. Influencia de las redes sociales y medios de comunicación en la salud emocional y en las motivaciones hacia la actividad física, deportiva o artístico-expresiva. Análisis crítico e intervención.

Bloque E. Producciones y representaciones de la cultura motriz.

E.1 Manifestaciones artístico-expresivas y cultura motriz.

E.1.1. Manifestaciones motrices en el patrimonio cultural, social y artístico-expresivo de Extremadura. Investigación, conocimiento, difusión y práctica.

E.1.2. Técnicas específicas de expresión corporal y de interpretación. Investigación y posibilidades de desarrollo. Puesta en práctica.

E.1.3. Creatividad e imaginación. Aplicación adecuada y eficiente de los recursos expresivos: cuerpo, espacio, tiempo e intensidad.

E.1.4. Actividades artístico-expresivas. Ocupación del tiempo de ocio. Salud física y emocional. Entrenamientos específicos.

E.1.5. Práctica, análisis y creación de actividades o composiciones rítmico-musicales con intencionalidad estética o expresiva.

E.1.6. Organización y creación de eventos. Proyectos de exhibición artístico-expresivos. Aplicación práctica.

E.1.7. Fases, funciones organizativas y responsabilidades en las producciones artístico-expresivas. Dirección, regiduría y equipo técnico. Acciones prácticas.

Bloque F. Proyección social y comunitaria de la actividad física.

F.1. Espacios y posibilidades de práctica.

F.1.1. Estudio y clasificación de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.

F.1.2. Elaboración o actualización de un catálogo de oferta de práctica física, equipamientos e instalaciones del entorno próximo.

F.1.3. Actuaciones de difusión de un catálogo o prácticas saludables a la sociedad como bien social y comunitario.

F.1.4. Actuaciones para la mejora del entorno natural y urbano en la eliminación de barreras que dificulten o impidan un uso adecuado del mismo (uso deportivo, accesibilidad o similares).

F.1.5. Criterios básicos para la organización de eventos en diferentes espacios y prácticas. Permisos, seguridad, reparto de responsabilidades y puesta en práctica.

F.2. Normas de uso y gestión de espacios.

F.2.1. Fomento del transporte activo y sostenible en actividades cotidianas. Educación vial.

F.2.2. Normas de uso y seguridad de espacios de práctica motriz.

F.2.3. Criterios básicos para la práctica de actividad física orientada a la salud en diferentes espacios, naturales o urbanos.

F.2.4. Técnicas específicas necesarias e imprescindibles para el desarrollo u organización de actividades en el medio natural o urbano.

F.3. Consumo responsable.

F.3.1. Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.

F.3.2. Conocimiento, promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. Referentes en la Comunidad Autónoma de Extremadura.

F.4. Cuidado del entorno.

F.4.1. Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural.

F.4.2. Análisis crítico del impacto en el medio de las prácticas deportivas. Consideraciones sociales, económicas, políticas y de salud.

9.2 COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Competencia específica 1:

Diseñar y poner en práctica un programa físico, individual o colectivo, de mejora de la salud, planificando responsable y conscientemente la actividad física a partir de la autoevaluación basada en parámetros científicos y evaluables, a la vez que ajustando las prácticas motrices de manera razonable a las propias necesidades, capacidades y motivaciones personales, para satisfacer las demandas de ocio activo.

Criterio 1.1. Desarrollar un programa físico individual o colectivo que permita la mejora de la salud individual o comunitaria, teniendo en cuenta el análisis de la situación inicial para un correcto planteamiento de objetivos, diseño, recursos, aplicación, control y evaluación del proceso y resultados, valorando la idoneidad del mismo.

Criterio 1.2. Poner en práctica una planificación, individual o colectiva, que permita la mejora de los parámetros de salud asociados a la actividad física planteada, respetando la

propia realidad e identidad corporal así como la del entorno social más cercano, según las necesidades, intereses y motivaciones de cada individuo.

Criterio 1.3. Identificar los aspectos evaluables y cuantificables de la salud que producen beneficios en la aplicación de un programa personalizado de actividad física y valorar la importancia de los principios de la planificación para la obtención de resultados.

Criterio 1.4. Practicar y valorar diferentes posibilidades de actividad física según la influencia que tienen sobre los diferentes parámetros de salud, a fin de convertirlas en una opción de mantenimiento de un ocio activo, teniendo como referencia las motivaciones, intereses y capacidades tanto propios como ajenos.

Criterio 1.5. Comprender la relación entre la actividad física, la nutrición, la educación postural, la relajación y la liberación de estrés, las relaciones sociales, el consumo de sustancias perjudiciales para la salud y la estabilidad emocional, reflexionando sobre el equilibrio de cada uno de estos factores en el mantenimiento de la salud individual para pautar soluciones de mejora en función de las necesidades y carencias de cada factor.

Competencia específica 2

Valorar, adaptar y mejorar las diferentes capacidades condicionales, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas específicas de las propuestas desarrolladas, siendo parte activa en los procesos de análisis, decisión y mejora de las acciones propias o del grupo para consolidar habilidades y actitudes de organización, gestión, superación y resiliencia.

Criterio 2.1. Aportar y poner en práctica soluciones eficaces a la variedad de situaciones motrices planteadas teniendo en cuenta los distintos factores implicados en las mismas dentro de un estilo de vida saludable.

Criterio 2.2. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica motriz aplicando las capacidades, habilidades y destrezas específicas y mostrando eficacia y control en la ejecución de los elementos técnico-tácticos necesarios para su desarrollo.

Criterio 2.3. Participar de forma activa en el diseño, planificación, desarrollo y valoración de situaciones motrices de los procesos adaptativos que intervienen, desempeñando diferentes responsabilidades características de las mismas de forma saludable y ecosostenible.

Criterio 2.4. Actuar de forma responsable en el proceso de prevención o intervención ante situaciones de riesgo derivadas de la práctica de actividad físico-deportiva, demostrando los conocimientos necesarios para asegurar la integridad física y emocional.

Criterio 2.5. Mostrar capacidad de motivación, control del impulso, persistencia ante el fracaso, empatía, respeto a los demás y al entorno, tanto en la práctica y desarrollo de las situaciones propuestas como en su organización y gestión.

Criterio 2.6. Organizar y gestionar las necesidades de un grupo ante las situaciones planteadas, tomando iniciativa y mostrando autonomía en la evaluación del problema, la

toma de decisiones, el reparto de responsabilidades y tareas, y en su puesta en práctica, asegurando la gestión emocional equilibrada del proceso.

Competencia específica 3

Investigar, diferenciar y reconocer el abanico de salidas profesionales u otras cualificaciones que implican un requerimiento físico específico, relacionadas con el marco de la actividad físico-deportiva y la salud, y que capaciten para poder elegir el acceso a otras titulaciones deportivas, así como los aspectos esenciales en la creación de un marco organizativo y asociativo juvenil o de entidades deportivas que permitan ser un factor de crecimiento o servicio en el marco socio-económico cercano.

Criterio 3.1. Conocer y diferenciar las profesiones asociadas al deporte y la actividad física, tanto en el ámbito nacional como en la Comunidad Autónoma de Extremadura, diferenciando los diferentes procesos de acceso, ámbito y competencias de cada profesional y la cualificación que generan.

Criterio 3.2. Identificar las necesidades físicas de determinadas profesiones, buscando y seleccionando un plan de adaptación o trabajo físico específico para las mismas.

Criterio 3.3. Detectar problemas de salud derivados de malas posturas, ejercicios repetitivos o cargas, relacionados con diferentes profesiones, evitando posibles problemas ergonómicos y aportando soluciones a los problemas detectados.

Criterio 3.4. Fomentar hábitos de vida saludable a través de la práctica de actividad físico-deportiva o artístico-expresiva, conociendo los procesos necesarios para la creación de un marco organizativo y asociativo.

Criterio 3.5. Emprender acciones de empoderamiento que permitan ofrecer alternativas de ocio saludable en el contexto cercano del alumnado.

Criterio 3.6. Valorar las oportunidades, fortalezas y debilidades en el tejido asociativo juvenil cercano en función de los intereses y motivaciones personales hacia la salud, la actividad física y artístico-expresiva, aportando soluciones que repercutan en un beneficio a la comunidad.

Competencia específica 4.

Identificar y relacionar las fases y elementos de organización y gestión imprescindibles para poder diseñar, poner en práctica, evaluar y difundir proyectos de aplicación o intervención en el entorno escolar o en la sociedad, relacionados con la actividad física, el deporte y la salud, que repercuten en su contexto cercano como un beneficio directo para el fomento de la salud y el ocio activo

Criterio 4.1. Valorar las necesidades propias y del entorno más cercano en términos de salud, actividad física y sostenibilidad para establecer soluciones a corto y largo plazo.

Criterio 4.2. Diseñar, poner en práctica y evaluar proyectos de aplicación e intervención relacionados con la práctica de actividad física, el deporte, la promoción de la salud y los hábitos de vida ecosostenible en el contexto cercano del alumnado.

Criterio 4.3. Colaborar o cooperar en la puesta en práctica de proyectos de aplicación o intervención propios o de otras personas del grupo a fin de ser un agente activo y promotor de salud.

Criterio 4.4. Establecer y aplicar los criterios de seguridad y prevención, así como de atención y auxilio ante posibles accidentes y riesgos derivados de las actividades desarrolladas o planteadas.

Competencia específica 5.

Contribuir activamente a la salud comunitaria y global vinculada a la actividad física y al deporte, implementando cooperativamente acciones de servicio a la comunidad y desarrollando la capacidad de elección en el propio tiempo de ocio y hábitos de salud

Criterio 5.1. Fomentar y difundir prácticas deportivas y motrices, tanto conocidas como menos habituales, promocionando la actividad física y la mejora de la salud individual y colectiva como un servicio a la comunidad.

Criterio 5.2. Colaborar o cooperar, tanto de manera individual como grupal, en el desarrollo de una base de datos o catálogo de actividad física evaluando el contexto, recursos, capacidades, necesidades e intereses propios y de la comunidad.

Criterio 5.3. Participar de manera activa en la divulgación de actividades físicas saludables identificando los factores que determinan su idoneidad en función de las posibilidades, capacidades y limitaciones de cada individuo, adaptando las propuestas a diferentes niveles de ejecución, volumen e intensidad que favorezcan un desarrollo físico integral.

Criterio 5.4. Buscar, valorar y practicar nuevas alternativas de actividad física aumentando la oferta y variedad de propuestas en el entorno cercano como un ejemplo activo para todos los grupos de edad en la búsqueda de soluciones de ocio activo y saludable.

Competencia específica 6.

Crear y representar producciones artístico-expresivas en las que se utilicen los recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento, fomentando las inquietudes y motivaciones hacia las distintas manifestaciones de la cultura motriz, mostrando las múltiples posibilidades de difusión, práctica y fomento de las mismas, integrando los beneficios físicos y emocionales que estas tienen sobre la salud individual y comunitaria, y contribuyendo a la conservación del acervo cultural y social.

Criterio 6.1. Conocer y poner en práctica las diferentes fases para la creación y representación de composiciones corporales individuales o colectivas, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras o ante otros miembros de la comunidad.

Criterio 6.2. Utilizar de forma autónoma los diferentes recursos expresivos aprendidos para la creación de producciones artístico-expresivas, participando activamente y potenciando la imaginación, la creatividad y las diferentes opiniones en las creaciones y representaciones artísticas.

Criterio 6.3. Valorar positivamente la importancia que las actividades artístico-expresivas tienen en su equilibrio emocional, contribuyendo de forma intencionada al crecimiento personal y al de la sociedad a la que pertenecen.

Criterio 6.4. Conocer, valorar y difundir el patrimonio cultural, social y artístico-expresivo característico de Extremadura contribuyendo a su conservación.

Criterio 6.5. Elaborar de manera autónoma calentamientos y entrenamientos específicos dirigidos a las actividades artístico-expresivas como elementos necesarios para la prevención de lesiones y mejora de su estado físico.

Competencia específica 7

Analizar el impacto y la importancia del uso de recursos tecnológicos para el control de factores de la salud, tanto individual como comunitaria, atendiendo a criterios científicos, así como su utilidad para el trabajo cooperativo en red como fuente de crecimiento y desarrollo personal y comunitario.

Criterio 7.1. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión y análisis de la salud y la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas al tratamiento y difusión de datos personales y garantía de los derechos digitales.

Criterio 7.2. Utilizar de forma efectiva herramientas de trabajo colaborativo y cooperativo en red como recurso para el diseño de proyectos, programas, planificaciones o producciones motrices, físicos, deportivas o artístico-expresivas orientadas a la salud individual o comunitaria.

Criterio 7.3. Discriminar la información veraz y científica que aportan los dispositivos y plataformas digitales sobre la salud y otros parámetros de cuantificación de la actividad física

9.3.- SITUACIONES DE APRENDIZAJE Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN. TEMPORALIZACIÓN

Según el decreto 109/2022, en lo que se refiere a las situaciones de aprendizaje en esta optativa, nos atenemos a lo siguiente:

Las situaciones de aprendizaje integran procesos orientados a la adquisición de las competencias específicas. Simultáneamente, articulan diferentes opciones metodológicas de carácter participativo y de autorregulación del aprendizaje, mediante distintos tipos de actividades, según su intención, o a través de la creación de una conciencia de grupo-clase. Es recomendable que el desarrollo de las distintas situaciones de aprendizaje atienda a la vinculación con otras materias e incorpore enfoques y proyectos interdisciplinares en la medida en que sea posible. La evaluación en segundo de Bachillerato será continua, formativa y compartida, y estará dirigida hacia la mejora del aprendizaje del alumnado a través de su participación en la misma. Para ello, las situaciones de aprendizaje atenderán a los saberes, al alumnado, al docente y al contexto en el que se apliquen.

Los criterios de evaluación concretan el nivel de desarrollo de las competencias específicas de la materia. Estos serán los referentes para la valoración del aprendizaje del alumnado y deben interpretarse desde un enfoque competencial y de logro motor, complementado por aquellos aspectos transversales que le proporcionan un significado verdaderamente integral más allá de una perspectiva exclusivamente teórica. La evaluación, desarrollada en el seno de las situaciones de aprendizaje de cada una de las unidades didácticas, proyectos o programas desarrollados durante el curso, vendrá contextualizada por la relación entre los criterios de evaluación y los saberes básicos. Esto dará lugar a una calificación justa y transparente, reflejo de los procesos de una evaluación democrática y objetiva.

Al igual que en el primer curso de Bachillerato, para la creación de las situaciones de aprendizaje de esta optativa, **tendremos en cuenta** lo establecido en el decreto 109/2022 que establece la ordenación y el currículo para el Bachillerato para la Comunidad Autónoma de Extremadura, **en su anexo III: Materias de Bachillerato: “ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD”** (página 41475).

Además, para la obtención del título se tendrá en cuenta lo expresado en el artículo 35 del decreto citado, **título de bachiller**, (insistiendo en el punto 3 de citado artículo):

Cada uno de los criterios de evaluación de cada una de las unidades didácticas entendidas como situaciones de aprendizaje tendrán un valor estimado, de acuerdo a la competencia específica a la que pertenezca; la cual tendrá también un valor. Ese valor vendrá dado de acuerdo al número total de competencias específicas que se evalúen en la unidad didáctica entendida como situación de aprendizaje, es decir, que los criterios podrán adquirir más o menos valor en función de la importancia que adquieren dentro de la competencia específica a la que pertenecen, en las situaciones de aprendizaje planteadas.

El peso de las competencias claves, que permiten la adquisición de perfil de salida, quedará determinado por la ponderación que se le dé en las correspondientes situaciones de aprendizaje

Los instrumentos y herramientas de evaluación se elaborarán para calificar cada uno de los criterios de evaluación de las competencias específicas que aparecen reflejados en cada situación de aprendizaje

Cada una de las situaciones de aprendizaje, a través de las actividades planteadas y los instrumentos y herramientas de evaluación diseñados para la calificación de estas, nos dará una información del grado de adquisición de las competencias específicas a través de sus criterios de evaluación, así como del nivel de consecución de las claves vinculadas a estas.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

El cálculo de la calificación final será la media aritmética de las calificaciones obtenidas de cada competencia específica. La calificación final podrá incrementarse de 0 a 1 punto como indicador de esfuerzo, constancia y buen gusto por el trabajo bien hecho. Siendo la

puntuación máxima de la calificación final de 10. El redondeo se realizará a la baja cuando las décimas sean menores de 0,5 y al alza cuando las décimas sean mayor o igual a 0,5.

El alumno que falte de forma justificada a un examen (ya sea teórico o práctico) tendrá derecho a la recuperación de dicho examen en el momento que sea posible y exista disponibilidad de material y/o de instalaciones. Si no es posible hacerlo durante la evaluación en curso, quedará pendiente de realizarlo en la siguiente evaluación. Hasta que se realice dicho examen, éste tendrá una calificación de 0.

A continuación, veremos las unidades didácticas entendidas como situaciones de aprendizaje propuestas por evaluación:

SITUACIONES DE APRENDIZAJE PRIMERA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 1 ¿Cuál es tu nivel de condición física?

(basada en RD 109/2022)

Trimestre PRIMERO

Curso 2º Bach

Sesiones 8 aprox.

Reto Inicial

¿Serás capaz de evaluar tu nivel de condición física siguiendo la batería de test de Alpha Fitness?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: se trata de un contenido común en todas las etapas. Por tanto, el alumnado conoce las capacidades físicas básicas.

Centros de interés de los escolares: el alumnado muestra cada vez un mayor interés por el mundo del fitness y el cuidado de la imagen. Aprovecharemos este hecho para su desarrollo y mejora.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
M	BLOQUE A BLOQUE B

Objetivos de aprendizaje

- Conocer los instrumentos de evaluación de la condición física.
- Conocer y aplicar los principios del entrenamiento
- Relacionar el nivel de condición física con la salud
- Conocer los métodos básicos para el desarrollo de la condición física.

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:	Reproducción y descubrimiento Asignación de tareas, mando directo modificado, enseñanza recíproca, trabajo por grupos.
Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.	Recursos
Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...	Analógicos: Rutinas de tareas con diferentes niveles TIC: altavoz, cronómetro...
Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.	Espaciales: Gimnasio, patio... Materiales: balones medicinales, bancos, conos...

Interdisciplinariedad

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
CCL (25%) CD (25%) CPSAA (25%) STEM (25%)	1 (50%)	Criterio 1.1. (25%) Desarrollar un programa físico individual o colectivo que permita la mejora de la salud individual o comunitaria, teniendo en cuenta el análisis de la situación inicial para un correcto planteamiento de objetivos, diseño, recursos, aplicación, control y evaluación del proceso y resultados, valorando la idoneidad del mismo.	Escala descriptiva (rúbrica)
		Criterio 1.2. (25%) Poner en práctica una planificación, individual o colectiva, que permita la mejora de los parámetros de salud asociados a la actividad física planteada, respetando la propia realidad e identidad corporal así como la del entorno social más cercano, según las necesidades, intereses y motivaciones de cada individuo.	Baterías de test de condición física
	2 (50%)	Criterio 2.5. Mostrar capacidad de motivación, control del impulso, persistencia ante el fracaso, empatía, respeto a los demás y al entorno, tanto en la práctica y desarrollo de las situaciones propuestas como en su organización y gestión.	Listas de control

Actividades
Juegos, circuitos y actividades dirigidas para la mejora de la condición física.
Realización y coevaluación de la batería Alpha Fitness
Realización de un plan de entrenamiento para la mejora de las capacidades físicas básicas que se encuentren en un nivel más bajo
ACNEAE
Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 2

BADAJOZ y ZURBARÁN SON DEPORTE

(basada en RD 109/2022)

Trimestre	PRIMERO	Curso	2º Bach	Sesiones	4 aprox.
------------------	---------	--------------	---------	-----------------	----------

Reto Inicial

¿Cuántos tipos de deportes puedes practicar en Badajoz? ¿Seréis capaces de que aumente la práctica deportiva durante los recreos?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: Todos han practicado alguna vez deporte en alguna asociación, club deportivo o en la FMD por lo que conocen algo sobre la oferta deportiva de la ciudad.

Centros de interés de los escolares: Sentirse que son los “mayores” del instituto y que pueden aportar al resto de la comunidad educativa

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
G, M y H	BLOQUE B BLOQUE F

Objetivos de aprendizaje

- Conocer la oferta deportiva de la ciudad de Badajoz
- Hacer conocer la oferta deportiva de la ciudad de Badajoz al resto de alumnos
- Utilizar las TICs (Canva) para realizar carteles sobre la oferta deportiva en Badajoz
- Poner en marcha ligullas en los recreos: Fútbol, voleibol, tenis de mesa...

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos: Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido. Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación... Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.	Asignación de tareas Resolución de problemas Trabajo cooperativo
	Recursos
	Analógicos: hojas de inscripción TIC: campioni.biz / Word / Espaciales: Materiales:

Interdisciplinariedad

El departamento de biología reforzará la importancia de hacer deporte en relación a la salud

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
CCL (33,3%) CPSAA (33,4%) CD (33,3%)	5 (100%)	Criterio 5.1. (33,3%) Fomentar y difundir prácticas deportivas y motrices, tanto conocidas como menos habituales, promocionando la actividad física y la mejora de la salud individual y colectiva como un servicio a la comunidad Criterio 5.2. (33,3%) Colaborar o cooperar, tanto de manera individual como grupal, en el desarrollo de una base de datos o catálogo de actividad física evaluando el contexto, recursos, capacidades, necesidades e intereses propios y de la comunidad. Criterio 5.4. (33,3%) Buscar, valorar y practicar nuevas alternativas de actividad física aumentando la oferta y variedad de propuestas en el entorno cercano como un ejemplo activo para todos los grupos de edad en la búsqueda de soluciones de ocio activo y saludable.	Escala descriptiva (rúbrica) Lista de control

Actividades

Realización de un catálogo de la oferta deportiva en la ciudad a través de Canva para posterior exposición en un tablón de anuncios del instituto

Promoción, recogida de datos de participantes y elaboración de ligullas de recreo mediante el uso de aplicaciones digitales

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para que atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado.

En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 3

Pelota pepinillo (pickleball)

(basada en RD 109/2022)

Trimestre PRIMERO

Curso 2º BACH

Sesiones 4 aprox.

Reto Inicial

¿Serás capaz de dar 100 toques con un compañero sin que se te caiga la pelota?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: Todos han jugado alguna vez a algún deporte de raqueta, por lo que llevan un bagaje mínimo para empezar

Centros de interés de los escolares: Muchos de ellos juegan a pádel o al tenis

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): **objetivo 3 y 12**

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
M	BLOQUE A BLOQUE C BLOQUE D

Objetivos de aprendizaje

- Mejorar su competencia motriz en el pickleball
- Conocer las normas y respetarlas
- Coordinarse con la pareja y aplicar los principios técnico-táctico necesarios para doblegar a la pareja contraria

Principios DUA	Metodología
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.</p> <p>Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.</p>	<p>Asignación de tareas</p> <p>Trabajo cooperativo</p> <p>Trabajo por grupos</p>
	Recursos
	<p>Videos de YouTube sobre pickleball</p> <p>Palas y pelotas de pickleball</p> <p>Espacios deportivos</p>

Interdisciplinariedad

Nos coordinaremos con el departamento de biología para reforzar la relación con la salud de la práctica deportiva

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

CPSAA
(50%)
CE
(50%)

2
(100%)

Criterio 2.2. (50%) Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica motriz aplicando las capacidades, habilidades y destrezas específicas y mostrando eficacia y control en la ejecución de los elementos técnico-tácticos necesarios para su desarrollo

Escala
descriptiva
(rúbrica)

Criterio 2.5. (50%) Mostrar capacidad de motivación, control del impulso, persistencia ante el fracaso, empatía, respeto a los demás y al entorno, tanto en la práctica y desarrollo de las situaciones propuestas como en su organización y gestión.

Lista de
control

Actividades

-Actividades globales y analíticas con palas
-Trabajo cooperativo de palas
-Trabajo competitivo de palas
-Liguilla/torneo de pickleball

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 4

Netball

(basada en RD 109/2022)

Trimestre PRIMERO

Curso 2º BACH

Sesiones

4 aprox.

Reto Inicial

¿Encestarías 3 canastas de 6 lanzamientos en un aro sin tablero?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: Todos han practicado alguna vez baloncesto, por lo que tienen transferencia al Netball

Centro de interés de los escolares: El baloncesto está muy inculcado en la sociedad, y si les proponemos una variante sin bote y sin tablero, con espacios definidos, el interés está servido.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 12

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
M	BLOQUE A BLOQUE C BLOQUE D

Objetivos de aprendizaje

- Mejorar su competencia motriz en el Netball (Baloncesto)
- Conocer las normas y respetarlas
- Coordinarse con el resto del equipo y aplicar los principios técnico-tácticos necesarios para doblegar al equipo contrario.

Principios DUA

Metodología

Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:	Asignación de tareas Modelo de educación deportiva Modelo comprensivo
Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido.	
Motivación: formas de captar atención, cooperación, autonomía, autorregulación...	Recursos Videos de YouTube sobre Netball
Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) para adaptarse a las diferentes capacidades.	Balones de baloncesto y canastas de “korfball/netball” Espacios deportivos

Interdisciplinariedad

Nos coordinaremos con el departamento de inglés para reforzar el lenguaje específico de esta disciplina deportiva: “goal-attack”, “goal-defense”...

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
CPSAA (33,4%)	2 (100%)	Criterio 2.2. (50%) Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica motriz aplicando las capacidades, habilidades y destrezas específicas y mostrando eficacia y control en la ejecución de los elementos técnico-tácticos necesarios para su desarrollo	Escala descriptiva (rúbrica) Hoja de observación
CE (33,3%)		Criterio 2.5. (50%) Mostrar capacidad de motivación, control del impulso, persistencia ante el fracaso, empatía, respeto a los demás y al entorno, tanto en la práctica y desarrollo de las situaciones propuestas como en su organización y gestión.	Lista de control
CP (33,3%)			

Actividades

- Actividades globales y analíticas con balón de baloncesto y canasta de “netball/korfball”
- Juegos modificados para trabajar el pase y el lanzamiento a canasta
- Situaciones competitivas de Netball

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA SEGUNDA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 5 Proteger, avisar y socorrer

(basada en RD 109/2022)

Trimestre SEGUNDO

Curso 2º Bach

Sesiones 8 aprox.

Reto Inicial

¿Podrías actuar adecuadamente en una situación de emergencia?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: La mayor parte del alumnado, conoce las técnicas de primeros auxilios, ya que se han desarrollado a lo largo de la etapa de secundaria y bachillerato. No están tan familiarizados con el uso del DESA.

Centros de interés de los escolares: Las actuaciones para salvar vidas, es un saber al que el alumnado siempre le ve grandes aplicaciones. Además, el trabajo en grupo y el uso de nuevas tecnologías son de gran interés.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): **objetivo 3**

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
F, G, K y M	BLOQUE A BLOQUE B

Objetivos de aprendizaje

- Conocer y aplicar las técnicas básicas de RCP
- Iniciar al uso del DESA
- Aplicar protocolos ante accidentes (traumatismo, lesiones, asfixia, síncope...)
- Sensibilizar a la comunidad educativa hacia la importancia de los primeros auxilios
- Desarrollar un proyecto de sensibilización mediante un concurso de "cortos"

Principios DUA	Metodología
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido (videos, infografías, prácticas, talleres...)</p> <p>Motivación: Partir del centro de interés, trabajo cooperativo, ofrecer posibilidades de personalización.</p> <p>Acción: La progresión será desde los aspectos analíticos a la aplicación práctica en situación real.</p>	<p>Reproducción (mando directo y asignación de tareas) microenseñanza, trabajo por grupos. APB, Aprendizaje-servicio</p>
	Recursos
	<p>Analógicos: Dinámicas de aprendizaje Espaciales: Gimnasio, patio, pabellón, salón de actos Materiales: colchonetas, maniqués, DESA, vendas, botiquín...</p>

Interdisciplinariedad

Biología y geología; Lengua y Literatura; Tics

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
<p>CCL (20%) CE (20%) CPSAA (20%) CC (20%) STEM (20%)</p>	<p>2 (20%)</p>	<p>Criterio 2.4. (20%) Actuar de forma responsable en el proceso de prevención o intervención ante situaciones de riesgo derivadas de la práctica de actividad físico-deportiva, demostrando los conocimientos necesarios para asegurar la integridad física y emocional.</p>	<p>Hoja de observación (rúbrica)</p>
	<p>4 (60%)</p>	<p>Criterio 4.4. (60%) Establecer y aplicar los criterios de seguridad y prevención, así como de atención y auxilio ante posibles accidentes y riesgos derivados de las actividades desarrolladas o planteadas.</p>	<p>Lista de control</p>

**7
(20%)**

Criterio 7.2. (20%) Utilizar de forma efectiva herramientas de trabajo colaborativo y cooperativo en red como recurso para el diseño de proyectos, programas, planificaciones o producciones motrices, físicos, deportivas o artístico-expresivas orientadas a la salud individual o comunitaria

Rúbrica asociada a proyecto "CORTO"

Actividades

Actividades para analizar distintos riesgos en distintas actividades deportivas
Taller de aplicación de técnicas de intervención en accidentes
Taller de aplicación de RCP y DESA (personal homologado)
Actividades cooperativas de aplicación de lo aprendido en distintos supuestos
Diseño y grabación del "corto" de primeros auxilios.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 6 Vamos a diseñar un deporte alternativo

(basada en RD 109/2022)

Trimestre

SEGUNDO

Curso

2º Bach

Sesiones

12-15 aprox.

Reto Inicial

¿Podrías crear un deporte participativo, igualitario, seguro y entretenido?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: El amplio bagaje del alumnado en la práctica de distintas modalidades deportivas, con su vivencia y experiencia, le da la capacidad de poder analizar y buscar alternativas a los mismos.

Centros de interés de los escolares: Creación de un deporte que les motive para su práctica. Esto proporcionará la base para la creación de una asociación o club del mismo.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3, 4, 5, 10.

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, B, C, K y M	BLOQUE A BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D BLOQUE F

Objetivos de aprendizaje

- Analizar distintas modalidades deportivas, y deportes alternativos en base a criterios de salud, participación, seguridad y carácter lúdico.
- Modificar y vivenciar la normativa de distintas modalidades deportivas para crear alternativas más participativas.
- Experimentar y diseñar distintas fórmulas de deporte alternativo
- Vivenciar los deportes alternativos creados.
- Promocionar la práctica del nuevo deporte alternativo
- Crear una asociación para su práctica dentro de espacios de la ciudad

Principios DUA

Metodología

<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido (vídeos, documentos, infografías, libros,...)</p> <p>Motivación: Partir del centro de interés, trabajar en base a retos individuales y colectivos, adaptación de juegos, ofrecer posibilidades de personalización.</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución y distintos roles. La progresión será desde los aspectos analíticos (seguridad) a la aplicación práctica en situación real en base a retos.</p>	<p>Descubrimiento Asignación de tareas, enseñanza recíproca, microenseñanza, trabajo cooperativo. Aprendizaje basada en Proyecto</p>
	Recursos
	<p>Análogos: Dinámicas de tareas con diferentes niveles y retos.</p> <p>Espaciales: pistas polideportivas, pabellón, gimnasio, espacios alternativos</p> <p>Materiales: Pelotas, balones, red, implementos, petos... Posibilidad de fabricar material alternativo (junto con el dpto. de Ed. Plástica)</p>

Interdisciplinariedad

Geografía e Historia, Lengua y Literatura, Ed. Plástica.

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
	1 (20%)	<p>Criterio 1.4. (20%) Practicar y valorar diferentes posibilidades de actividad física según la influencia que tienen sobre los diferentes parámetros de salud, a fin de convertirlas en una opción de mantenimiento de un ocio activo, teniendo como referencia las motivaciones, intereses y capacidades tanto propios como ajenos.</p>	Hoja de observación (Rúbrica)
<p>CCL (20%) CE (20%) CPSAA (20%) CC (20%) STEM (20%)</p>	2 (30%)	<p>Criterio 2.3. (10%) Participar de forma activa en el diseño, planificación, desarrollo y valoración de situaciones motrices de los procesos adaptativos que intervienen, desempeñando diferentes responsabilidades características de las mismas de forma saludable y ecosostenible.</p> <p>Criterio 2.4. (10%) Actuar de forma responsable en el proceso de prevención o intervención ante situaciones de riesgo derivadas de la práctica de actividad físico-deportiva, demostrando los conocimientos necesarios para asegurar la integridad física y emocional.</p> <p>Criterio 2.5. (10%) Mostrar capacidad de motivación, control del impulso, persistencia ante el fracaso, empatía, respeto a los demás y al entorno, tanto en la práctica y desarrollo de las situaciones propuestas como en su organización</p>	Rúbrica asociada a PROYECTO
	3	<p>Criterio 3.4. (30%) Fomentar hábitos de vida saludable a través de la práctica de actividad físico-deportiva o</p>	Rúbrica asociada a proyecto de creación

(30%)	artístico-expresiva, conociendo los procesos necesarios para la creación de un marco organizativo y asociativo.	de una ASOCIACIÓN DEPORTIVA
4 (20%)	Criterio 4.2. (20%) Diseñar, poner en práctica y evaluar proyectos de aplicación e intervención relacionados con la práctica de actividad física, el deporte, la promoción de la salud y los hábitos de vida ecosostenible en el contexto cercano del alumnado.	Rúbrica asociada a proyecto

Actividades
Actividades para analizar distintas actividades físico-deportivas en base a criterios de salud, participación, organización y carácter lúdico Tareas para proponer modificaciones normativas de algunas modalidades deportivas para conseguir mejores niveles de participación. Ejercicios de vivencia y experimentación de las nuevas alternativas físico deportivas Selección de un deporte alternativo creado por el alumnado para su promoción y desarrollo reglamentario Creación de una asociación para su promoción y práctica en el centro y fuera de él.
ACNEAE
Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 7 PONTE EN FORMA: FITNESS

(basada en RD 109/2022)

Trimestre	SEGUNDO	Curso	2º Bach	Sesiones	8 aprox.
Reto Inicial					

¿Qué actividades de gimnasio conoces? ¿Te atreverías a enseñar alguna a tus compañeros?

Justificación y centro de interés	
Experiencias previas: Con esta edad muchos de ellos están apuntados a un gimnasio	
Centros de interés de los escolares: Las actividades con soporte musical como las actividades de musculación son muy atractivas para ellos.	
ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 4	
Objetivos de Etapa	Saberes básicos
C,G, M Y K	BLOQUE A BLOQUE B BLOQUE E
Objetivos de aprendizaje	
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer las múltiples actividades de fitness que ofrece un gimnasio/centro deportivo • Iniciarse con las actividades de soporte musical básico: aeróbic, zumba, step... • Iniciarse con la musculación y/o el trabajo de fuerza. • Aplicar los principios del entrenamiento y los componentes de la carga al trabajo de fuerza y a las actividades con soporte musical 	
Principios DUA	Metodología

<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido (videos, infografías, prácticas, talleres...)</p> <p>Motivación: Partir del centro de interés, trabajo cooperativo, ofrecer posibilidades de personalización.</p> <p>Acción: La progresión será desde los aspectos analíticos a la aplicación práctica en situación real.</p>	<p>Reproducción (mando directo y asignación de tareas) microenseñanza, trabajo por grupos Flipped classroom</p>
	Recursos
	<p>Analógicos: Pizarra, fichas en papel Espaciales: Gimnasio, patio, pabellón Materiales: Pesas, altavoz, gomas, steps, TRX, colchonetas</p>

Interdisciplinariedad

Biología y geología; música

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
<p>CE (25%) CPSAA (25%) STEM (25%) CCEC (25%)</p>	<p>1 (50%)</p>	<p>Criterio 1.1.(25%) Desarrollar un programa físico individual o colectivo que permita la mejora de la salud individual o comunitaria, teniendo en cuenta el análisis de la situación inicial para un correcto planteamiento de objetivos, diseño, recursos, aplicación, control y evaluación del proceso y resultados, valorando la idoneidad del mismo.</p> <p>Criterio 1.2. (25%) Poner en práctica una planificación, individual o colectiva, que permita la mejora de los parámetros de salud asociados a la actividad física planteada, respetando la propia realidad e identidad corporal así como la del entorno social más cercano, según las necesidades, intereses y motivaciones de cada individuo.</p>	<p>Hoja de observación (rúbrica)</p>
	<p>6 (25%)</p>	<p>Criterio 6.5.(25%) Elaborar de manera autónoma calentamientos y entrenamientos específicos dirigidos a las actividades artístico-expresivas como elementos necesarios para la prevención de lesiones y mejora de su estado físico</p>	<p>Hoja de observación (rúbrica)</p>
	<p>7 (25%)</p>	<p>Criterio 7.3. (25%) Discriminar la información veraz y científica que aportan los dispositivos y plataformas digitales sobre la salud y otros parámetros de cuantificación de la actividad física.</p>	<p>Rúbrica sobre trabajo teórico</p>

Actividades

Realización y puesta en práctica por parte de los alumnos de sesiones de: Aeróbic, zumba, step

Realización y puesta en práctica por parte de los alumnos de sesiones de: musculación con pesas, gomas, autocargas y TRX

Búsqueda de información falsa y verídica sobre la salud asociada a la actividad física

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE DE LA TERCERA EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 8 Transporte activo, sostenible y seguro

(basada en RD 109/2022)

Trimestre TERCERO

Curso 2º Bach

Sesiones 10 aprox.

Reto Inicial

¿Puedes moverte en bicicleta por la ciudad de manera segura?

(esta SdA se podrá orientar a patines dependiendo de las circunstancias del alumnado)

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: La mayor parte del alumnado ha tenido experiencias en bicicleta dentro de su periodo de escolarización. No tienen demasiada experiencia en la circulación por ciudad.

Centros de interés de los escolares: La bicicleta es un elemento motivante para el alumnado. Su progresión es rápida y pueden practicar las enseñanzas fuera del horario lectivo de manera sencilla. Existe la posibilidad de que se conviertan en promotores de hábitos para sus familias.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3 y 11

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
M y N	BLOQUE A BLOQUE F

Objetivos de aprendizaje

- Conocer las normas de circulación que permiten circular de manera segura por ciudad
- Desarrollar habilidades específicas de manejo de la bicicleta para aplicarlas a la circulación por ciudad
- Conocer y aplicar aspectos básicos sobre mecánica, revisión y medidas de la bicicleta
- Aplicar las normas de circulación en desplazamientos activos en bicicleta
- Establecer recorridos seguros dentro de la ciudad.
- Promocionar el transporte activo y sostenible

Principios DUA	Metodología
Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos: Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido (videos, infografías, prácticas...) Motivación: Partir del centro de interés, trabajo cooperativo, ofrecer posibilidades de personalización. Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución (novato, medio, amateur) La progresión será desde los aspectos analíticos a la aplicación práctica en situación real.	Reproducción y descubrimiento Asignación de tareas, enseñanza recíproca, microenseñanza, trabajo por grupos. APB, Aprendizaje-servicio
	Recursos
	Analógicos: Dinámicas de tareas con diferentes niveles Espaciales: Gimnasio, patio, vías pacificadas, carriles bicis rutas periurbanas,... Materiales: Bicicleta, casco, reflectantes, mas material fungible para progresiones

Interdisciplinariedad

Biología y geología; Geografía e historia

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación

CCL (20%) CE (20%) CPSAA (20%) CC (20%) STEM (20%)	2 (60%)	<p> Criterio 2.1. (20%) Aportar y poner en práctica soluciones eficaces a la variedad de situaciones motrices planteadas teniendo en cuenta los distintos factores implicados en las mismas dentro de un estilo de vida saludable </p>	
		<p> Criterio 2.3. (20%) Participar de forma activa en el diseño, planificación, desarrollo y valoración de situaciones motrices de los procesos adaptativos que intervienen, desempeñando diferentes responsabilidades características de las mismas de forma saludable y ecosostenible. </p>	<p> Pruebas específicas. Circuito (rúbrica) </p> <p> Rúbrica de participación </p>
		<p> Criterio 2.4. (20%) Actuar de forma responsable en el proceso de prevención o intervención ante situaciones de riesgo derivadas de la práctica de actividad físico-deportiva, demostrando los conocimientos necesarios para asegurar la integridad física y emocional. </p>	<p> Lista de control </p>
	4 (20%)	<p> Criterio 4.1. (20%) Valorar las necesidades propias y del entorno más cercano en términos de salud, actividad física y sostenibilidad para establecer soluciones a corto y largo plazo. </p>	<p> Rúbrica asociada a proyecto </p>
	5 (20%)	<p> Criterio 5.1. (20%) Fomentar y difundir prácticas deportivas y motrices, tanto conocidas como menos habituales, promocionando la actividad física y la mejora de la salud individual y colectiva como un servicio a la comunidad. </p>	<p> Rúbrica asociada a proyecto </p>

Actividades
Juegos, circuitos y actividades dirigidas y cooperativas para la mejora de la habilidad en el manejo de la bicicleta Actividades cooperativas de mecánica y revisión de la bicicleta Salidas en vías pacificadas, circulación por carril bici y rutas periurbanas Actividades de promoción en el centro educativo
ACNEAE
<p> Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible. </p>

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 9

Iniciación al mundo vertical (escalada)

(basada en RD 109/2022)

Trimestre TERCERO

Curso 2º Bach

Sesiones 12 aprox.

Reto Inicial

¿Dominas el desplazamiento en todos los planos?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: La mayor parte del alumnado no tiene experiencia en escalada, ni en los sistemas de seguridad necesarios, por lo que el planteamiento es de iniciación.

Centros de interés de los escolares: La escalada es una actividad de superación, donde el aprendizaje cooperativo y de confianza es obligatorio. Se evoluciona con facilidad en un periodo corto de tiempo.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
K y M	BLOQUE A BLOQUE C

Objetivos de aprendizaje

- Conocer los materiales y normas de seguridad de la escalada deportiva
- Desarrollar habilidades específicas de desplazamientos por distintos planos y distintas vías de escalada.
- Desarrollar capacidades autónomas de escalada, con roles de cuidado de material, referente de seguridad y de escalador/a.
- Promocionar la escalada como AF saludable y sostenible.
- Investigar las posibilidades de acción en escalada en la ciudad y alrededores.

Principios DUA	Metodología
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido (videos, infografías, talleres, prácticas...)</p> <p>Motivación: Partir del centro de interés, trabajar en base a retos individuales y colectivos, adaptación de juegos, ofrecer posibilidades de personalización.</p> <p>Acción: se establecerán diferentes niveles de ejecución y distintos roles. La progresión será desde los aspectos analíticos (seguridad) a la aplicación práctica en situación real en base a retos.</p>	<p>Reproducción y descubrimiento Asignación de tareas, enseñanza recíproca, microenseñanza, trabajo cooperativo. Aprendizaje basada en retos, gamificación</p>
	Recursos
	<p>Analógicos: Dinámicas de tareas con diferentes niveles y retos. Espaciales: Rocódromo del gimnasio, rocódromo de la pista, rocódromos de la ciudad,...</p> <p>Materiales: Cuerdas, arnés, casco, grigri (u ochos)</p>

Interdisciplinariedad

Biología y geología

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
CCL (20%) CE (20%) CPSAA (20%)	2 (70%)	Criterio 2.1. (20%) Aportar y poner en práctica soluciones eficaces a la variedad de situaciones motrices planteadas teniendo en cuenta los distintos factores implicados en las mismas dentro de un estilo de vida saludable	Pruebas específicas. Retos (rúbrica)

**CC
(20%)
STEM
(20%)**

Criterio 2.2. (20%) Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica motriz aplicando las capacidades, habilidades y destrezas específicas y mostrando eficacia y control en la ejecución de los elementos técnico-tácticos necesarios para su desarrollo

Rúbrica de participación

Lista de control

Criterio 2.3. (10%) Participar de forma activa en el diseño, planificación, desarrollo y valoración de situaciones motrices de los procesos adaptativos que intervienen, desempeñando diferentes responsabilidades características de las mismas de forma saludable y ecosostenible.

Criterio 2.4. (10%) Actuar de forma responsable en el proceso de prevención o intervención ante situaciones de riesgo derivadas de la práctica de actividad físico-deportiva, demostrando los conocimientos necesarios para asegurar la integridad física y emocional.

Criterio 2.5. (10%) Mostrar capacidad de motivación, control del impulso, persistencia ante el fracaso, empatía, respeto a los demás y al entorno, tanto en la práctica y desarrollo de las situaciones propuestas como en su organización

**5
(30%)**

Criterio 5.1. (15%) Fomentar y difundir prácticas deportivas y motrices, tanto conocidas como menos habituales, promocionando la actividad física y la mejora de la salud individual y colectiva como un servicio a la comunidad.

Criterio 5.2. (15%) Colaborar o cooperar, tanto de manera individual como grupal, en el desarrollo de una base de datos o catálogo de actividad física evaluando el contexto, recursos, capacidades, necesidades e intereses propios y de la comunidad.

Rúbrica asociada a proyecto

Actividades

Adaptación de juegos populares con base en la cuadrupedia y coordinación dinámica general y de fuerza, Taller de materiales, cabuyería y seguridad.

Iniciación a desplazamiento horizontal y vertical en base a retos.
Actividades cooperativas de escalada primando la seguridad y la revisión de nudos
Vías horizontales y vías verticales con doble aseguradores
Actividades de promoción en el centro educativo

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 10
Proyectos finales (salidas profesionales)

(basada en RD 109/2022)

Trimestre TERCERO **Curso** 2º Bach **Sesiones** 15-20 aprox.
Reto Inicial

¿Podrías profundizar sobre algún contenido que hayas trabajado en toda tu etapa educativa?

Justificación y centro de interés

Experiencias previas: En base al interés, motivación o curiosidad, el alumnado (posibilidad de trabajo en parejas) deberá desarrollar un proyecto final sobre algún contenido en el que quiera profundizar.

Centros de interés de los escolares: Se trabaja en base a la motivación de cada alumnado. Se busca la personalización en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

ODS (objetivo de desarrollo sostenible): objetivo 3, 4, 5, 10 (otros)

Objetivos de Etapa	Saberes básicos
A, B, C, E, F, G, H, K, L, M y N	BLOQUE A BLOQUE B BLOQUE C BLOQUE D BLOQUE E BLOQUE F

Objetivos de aprendizaje

- Investigar y Profundizar sobre alguna AFD que le interese
- Transmitir información sobre la AFD seleccionada
- Asumir distintos roles (ofrecer información, proponer progresiones, corregir, evaluar...) dentro del proceso de desarrollo de su proyecto.
- Mejorar habilidades expresivas y empáticas para el desarrollo de los saberes propuestos por parte de sus compañeros/as.

Principios DUA	Metodología
<p>Durante las sesiones, el docente prestará atención a estos 3 aspectos:</p> <p>Representación: ofrecer distintas formas de acceso al contenido (videos, infografías, talleres, prácticas...)</p> <p>Motivación: Partir del centro de interés, que motive al alumnado.</p> <p>Acción: Se debe tener en cuenta aspectos como la seguridad, niveles de dificultad y feedback adecuados</p>	<p>Aprendizaje basado en proyecto</p>
	<p>Recursos</p> <p>Analógicos: Dinámicas de tareas, actividades... Espaciales: Pabellón, gimnasio, pistas polideportivas, espacios libres... Materiales: Fichas, material fungible, material específicos...</p>

Interdisciplinariedad

Biología y geología; matemáticas, Geografía e historia, Tecnología, Lengua y Literatura...

Perfil de salida	Competencia Específica	Criterios de Evaluación (CE)	Instrumento Evaluación
	1 (20%)	Criterio 1.1. (20%) Desarrollar un programa físico individual o colectivo que permita la mejora de la salud individual o comunitaria, teniendo en cuenta el análisis de la situación inicial para un correcto planteamiento de objetivos, diseño, recursos, aplicación, control y evaluación del proceso y resultados, valorando la idoneidad del mismo.	
CCL (20%) CE (20%) CPSAA (20%) CC (20%) STEM (20%)	2 (20%)	Criterio 2.1. (10%) Aportar y poner en práctica soluciones eficaces a la variedad de situaciones motrices planteadas teniendo en cuenta los distintos factores implicados en las mismas dentro de un estilo de vida saludable Criterio 2.3. (10%) Participar de forma activa en el diseño, planificación, desarrollo y valoración de situaciones motrices de los procesos adaptativos que intervienen, desempeñando diferentes responsabilidades características de las mismas de forma saludable y ecosostenible.	
	3 (15%)	Criterio 3.5. (15%) Emprender acciones de empoderamiento que permitan ofrecer alternativas de ocio saludable en el contexto cercano del alumnado.	Rúbrica asociada al proyecto
	4 (15%)	Criterio 4.2. (15%) Diseñar, poner en práctica y evaluar proyectos de aplicación e intervención relacionados con la práctica de actividad física, el deporte, la promoción de la salud y los hábitos de vida ecosostenible en el contexto cercano del alumnado.	
	5 (15%)	Criterio 5.1. (15%) Fomentar y difundir prácticas deportivas y motrices, tanto conocidas como menos habituales, promocionando la actividad física y la mejora de la salud individual y colectiva como un servicio a la comunidad.	
	7 (15%)	Criterio 7.2. (15%) Utilizar de forma efectiva herramientas de trabajo colaborativo y cooperativo en red como recurso para el diseño de proyectos, programas, planificaciones o producciones motrices, físicos, deportivas o artístico-expresivas orientadas a la salud individual o comunitaria.	

Actividades
Presentación de lo trabajado (importancia salud, características, espacios para su práctica...) Organización y diseño de prácticas

Desarrollo de progresiones para su aprendizaje y perfeccionamiento
Estrategia de feedback y correcciones a compañeros
Coevaluación y autoevaluación del proceso
Posibilidades de promoción y desarrollo.

ACNEAE

Se propondrán diferentes niveles para atender a las diferentes capacidades que pueda presentar el alumnado. En caso de limitación motriz importante, se realizará una adaptación lo más personalizada posible.

10.- ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS DE BACHILLERATO

1º DE BACHILLERATO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Bautismo de piragua**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **tercer trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Vuelta al Baluarte**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **segundo trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Actividades complementarias de bailes, escalada, actividades dirigidas por los alumnos de la familia profesional**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **1º, 2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **Docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Gimnastrada Cáceres. Visita y/o participación**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **1º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **Marzo**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Actividad Multiaventura en el medio natural**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **1º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Visita gimnasios de la ciudad, probando distintas actividades deportivas**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **1º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Carrera de orientación urbana**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **1º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Organización de evento deportivo-solidario**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **1º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Ruta en bicicleta, senderismo, patines por zona urbana y periurbana**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **1º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Visita a un torneo deportivo profesional (Ejemplo: Máster mil de Madrid)**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **1º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **“Bicibús”**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **primero, segundo y tercer trimestre**

RESPONSABLE/S: **Víctor y resto de docentes del grupo**

2º BACHILLERATO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Jornadas de ski en Andorra**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **todo el alumnado con la optativa ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD del departamento**

TEMPORALIZACIÓN: **del 16 al 20 de diciembre del 2024**

RESPONSABLE/S: **Docentes de los grupos**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Vuelta al Baluarte**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **segundo trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Actividades complementarias de bailes, escalada, actividades dirigidas por los alumnos de la familia profesional**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **1º, 2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **Docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Carrera de orientación urbana**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **2º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Práctica deportiva en gimnasio de la localidad**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **2º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **1º, 2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Visita gimnasios de la ciudad, probando distintas actividades deportivas**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **2º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Carrera de orientación urbana**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **2º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Organización de evento deportivo-solidario**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **2º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Ruta en bicicleta, senderismo, patines por zona urbana y periurbana**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **2º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Visita a un torneo deportivo profesional (Ejemplo: Máster mil de Madrid)**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **2º Bachillerato**

TEMPORALIZACIÓN: **2º o 3er trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **“Bicibús”**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **primero, segundo y tercer trimestre**

RESPONSABLE/S: **Víctor y resto de docentes del grupo**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Escalada en rocódromo (Zima)**

DIRIGIDA A LOS GRUPOS: **Todos**

TEMPORALIZACIÓN: **segundo trimestre**

RESPONSABLE/S: **docentes del grupo**

PROTECCIÓN DE DATOS (Ley orgánica 3/2018, 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, y demás normativa aplicable en materia de protección de datos de carácter general) La protección de datos adquiere una especial relevancia en el caso de una eventual enseñanza a distancia, tanto en las comunicaciones que se establecen entre profesorado y alumnado como en cuestiones referentes a la evaluación, por lo que algunas recomendaciones a considerar son:

a. El intercambio de archivos y documentos entre el profesorado y el alumnado se realizará a través de las plataformas recomendadas por la Consejería de Educación y Empleo (Rayuela, eScholarium, GSuite Educarex y Moodle-EVEX). Para las cuentas GSuite de Educarex, en el caso de que se trate de menores de 14 años, el centro tiene que ocuparse de contar con la autorización de las familias o tutores legales.

b. Las comunicaciones entre el profesorado y las familias de alumnos deben llevarse a cabo, preferentemente, a través de los medios puestos a disposición de ambos por el centro educativo (Rayuela y correo electrónico del centro).

c. El uso de aplicaciones de mensajería instantánea (como WhatsApp) entre el profesorado y familias o entre el profesorado y alumnado no resulta recomendable.

d. El profesorado está legitimado a recabar datos de carácter personal de su alumnado, como grabaciones de imágenes o sonido en el ejercicio de la función educativa, sin ser necesario solicitar el consentimiento de los interesados, aunque, previamente, se les avisará e informará de dónde se guardará la grabación de forma segura y el tiempo que se mantendrá, tal y como recomienda la Agencia Española de Protección de Datos.

En Badajoz a 4 de octubre de 2024

Jefe del departamento: María del Mar Murillo Serrano