

PROGRAMACIÓN
DIDÁCTICA
DEPARTAMENTO
EDUCACIÓN FÍSICA



Curso 2022/2023

ÍNDICE

Organización del departamento de EF.....	3
OBJETIVOS.....	4
Objetivos de la asignatura para la E.S.O.....	4
Objetivos de la asignatura para Bachillerato.....	5
CONTRIBUCIÓN A LAS COMPETENCIAS CLAVE DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA.....	6
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS.....	8
Competencias específicas para la ESO y su conexión con las competencias clave y descriptores del perfil de salida.....	8
Competencias específicas de 1º de bachillerato y su conexión con las competencias clave y descriptores del perfil de salida.....	10
Competencias específicas para la optativa Actividad física y salud de 2ºBACHILLERATO.....	11
SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES Y CONTENIDOS.....	13
1º ESO.....	13
2ºESO.....	14
3º ESO.....	15
4º ESO.....	16
1ºBACHILLERATO.....	17
2ºBACHILLERATO. Optativa “Actividad física, ocio y deporte”.....	18
UNIDADES DE APRENDIZAJE DESARROLLADAS (ANEXO II).....	18
SITUACIONES DE APRENDIZAJE Y METODOLOGÍA.....	19
RECURSOS DIDÁCTICOS Y MATERIALES CURRICULARES.....	22
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	23
Medidas ordinarias.....	23
Medidas de apoyo:.....	23
Para alumnos con necesidad específica de apoyo educativo.....	24
Alumnos con discapacidades transitorias.....	25
Alumnos con altas capacidades.....	25
EVALUACIÓN DEL ALUMNADO.....	26
Criterios de evaluación.....	26
Criterios de evaluación 1º ESO.....	26
Criterios de evaluación 3º ESO.....	27
Criterios de evaluación 2º de ESO.....	29
Criterios de evaluación 4º ESO.....	31
Criterios de evaluación de 1º de bachillerato.....	33
Criterios de evaluación optativa 2º Bachillerato “Actividad física y salud”.....	38

Estándares de aprendizaje 2º ESO, 4º ESO, 2º Bachillerato	39
Clasificación de los estándares para 2º ESO	39
Estándares de aprendizaje Actividad Física , deporte y Ocio	43
Clasificación de los estándares para 4º de la ESO	44
Estándares mínimos de aprendizaje y nivel desempeño.	49
Procedimientos e Instrumentos de evaluación.....	55
Criterios de calificación	56
a)Criterios generales:	56
B) Ponderación de los estándares de aprendizaje 2ºESO , 4º ESO y 2º de Bachillerato.....	56
Ponderación de los criterios de evaluación para los cursos impares	59
.Criterios de recuperación.....	64
Evaluación Inicial.....	67
EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y LABOR DOCENTE.....	68
.Propuesta de mejora:	69
Sección Bilingüe.....	70
ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES	71
1º ESO	71
2º ESO	71
3º ESO	71
4º ESO	72
1ºBACHILLERATO	72
2º BACHILLERATO	73
ELEMENTOS TRANSVERSALES	74
ANEXO I . SABERES DE 1º Y 3º DE ESO Y 1º DE BACHILLERATO	75

Organización del departamento de EF.

El departamento de EF imparte la asignatura específica obligatoria de Educación Física en toda la ESO y 1º de Bachillerato.

Además, imparte la asignatura optativa de 2º De Bachillerato” Actividad Física, deporte y ocio activo”

Miembro	Situación Administrativa	Cursos a los que imparte clase
ANA BLANCO	Funcionaria de carrera Destino definitivo	1ºB. ESO, 1ºC ESO. 2ºB, 2ºC, 3ºAB, 4ºAB, 4ºC, 1ºBACHI A, 1º BACHI B, 1º BACHI C
MOISÉS CAÑADA LÓPEZ (Jefe de departamento)	Funcionario de carrera en expectativa Ocupando puesto bilingüe	1ºA. ESO, 2º A ESO, 2ºAB(Bil), 3º AB (Bil), 4ºAB(Bil), 3ºC+Diver, 4ºD, Optativa 2ºBachillerato

Debido a la baja inicial de Ana Blanco se nombra a José Sánchez Miranda Pajuelo como profesor de Educación Física interino para todo el curso 2022/2023

A su vez, debido a la baja de este profesor el primer día se nombra a Juan Carlos Cordero como profesor interino hasta la incorporación de alguno de los anteriores

Reuniones de departamento: Los miércoles a 4º hora

OBJETIVOS

Objetivos de la asignatura para la E.S.O

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida
2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Extremadura así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.
12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

Objetivos de la asignatura para Bachillerato

1. Valorar la actividad física como medio fundamental para la mejora de la salud y de la calidad de vida y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo un medio para la autosuperación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas

2. Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma y sistemática un programa personal de actividad física para la mejora de la condición física y motora, y las habilidades motrices desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo, considerando el propio nivel y orientado hacia las motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.

3. Aplicar, resolver y perfeccionar situaciones motrices en diferentes contextos de práctica física aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, dando prioridad a la toma de decisiones

4. Planificar, interpretar y valorar composiciones corporales individuales y colectivas potenciando la originalidad, expresividad y la creatividad aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición, reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal, integrándolas como prácticas de ocio activo.

5. Buscar y utilizar soluciones creativas a situaciones de oposición y colaboración, con y sin oponentes, en contextos deportivos o recreativos, adaptándose a las condiciones cambiantes que se producen durante la práctica.

6. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.

7. Utilizar de forma autónoma y regular, hábitos saludables de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.

8. Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Extremadura , valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación

9. Respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva.

10. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente la autoría de las informaciones y archivos compartidos.

CONTRIBUCIÓN A LAS COMPETENCIAS CLAVE DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Competencia en Comunicación lingüística. CCL 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 propicia, implícitamente, una mejora indudable en este dominio.

Competencia matemática y competencia en ciencias , tecnología e ingeniería. STEAM 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.

Competencia plurilingüe CP

La gran influencia de los grandes eventos deportivos en otros puntos del planeta y la gran repercusión de los mismos en los alumnos junto con la gran cantidad de material realizado especialmente en inglés sobre todos los temas de la actividad física, deporte y salud hace que desde la Educación Física sea sencillo contribuir a la adquisición de la misma

Competencia digital. CD 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.

.Competencias personal, social y de aprender a aprender . CPSAA Los contenidos y saberes de de esta materia suponen un terreno abonado para la adquisición de habilidades sociales y cívicas. 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. Además, 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.

Competencia emprendedora.CE

Las actuaciones de esta materia 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 y organización de sus propias actividades físicas o deportivas.

Conciencia y expresiones culturales.CEC 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.

Competencia ciudadana CD

La educación física es una asignatura privilegiada para contribuir a la adquisición de esta competencia. Las diferentes situaciones variadas que se dan en la misma; formar parte de un grupo, de un equipo, las consecuencias de lo que uno hace tienen en el resto del equipo y contrincantes, la responsabilidad y un largo etc son elementos fundamentales en la adquisición de esta competencia.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Competencias específicas para la ESO y su conexión con las competencias clave y descriptores del perfil de salida

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.
Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida:
CCL3, STEM2,
STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4.
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.
Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida:
CPSAA4, CPSAA5,
CE2, CE3.
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.
Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida:
CCL5, CPSAA1,
CPSAA3, CPSAA5, CC3.
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.
Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida:
CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.
5. Practicar actividades físico-deportivas saludables en el entorno natural y urbano, adoptando e integrando un estilo de vida sostenible y ecosocialmente 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 natural
Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida:
STEM5, CD1, CD2
CC4, CE1, CE3.

Competencias específicas de 1º de bachillerato y su conexión con las competencias clave y descriptores del perfil de salida

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.
Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores : STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3
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.
Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.
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.
Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5, CC3.
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.
Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CPSAA1.2, CC1, CCEC1.
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.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1

Competencias específicas para la optativa Actividad física y salud de 2ºBACHILLERATO

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.
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.
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.
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 repercutan en su contexto cercano como un beneficio directo para el fomento de la salud y el ocio activo.
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.
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.
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.

SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES Y CONTENIDOS

La secuenciación y temporalización de los contenidos será flexible para atender a las diferentes circunstancias que puedan presentarse a lo largo del desarrollo del curso

1º ESO

SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDADES DIDÁCTICAS	Sesiones	Trimestre
	Evaluación Inicial	2	1
	Combas 1	6	
	Condición Física	6	
	Deportes de invasión , Baloncesto	6	
	Bailes	6	
	Evaluación de la CF	2	2
	Condición Física II	6	
	Orientación	6	
	Deportes de pala 1	6	
	UD SALUD	4	3
	Deportes alternativos 1	6	
	Acrosport +Parkour	6	
Malabares	4		

..SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDADES DIDÁCTICAS	Sesi ones	Trimestre
	Evaluación Inicial	2	1
	Combas 2	6	
	Condición Física	6	
	Deportes de invasión. Baloncesto	6	
	Bailes	6	
	Evaluación de la CF	2	2
	Condición Física II	6	
	Orientación	6	
	Deportes de pala 2	6	
	UD SALUD	4	3
	Voley playa	6	
	Acrosport + Parkour	6	
	Deportes alternativos 2	4	

SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDADES DIDÁCTICAS	Sesiones	Trimestre
	Evaluación Inicial	2	1
	Combas 3	6	
	Fuerza	6	
	Deportes de invasión. Baloncesto	6	
	Bailes	6	
	Evaluación de la CF	2	2
	Atletismo	6	
	Orientación	6	
	Deportes de pala 3	6	
	UD SALUD	4	3
	Voley playa	6	
	Acrosport	5	
	Deportes alternativos 3	6	

SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDADES DIDÁCTICAS	Sesiones	Trimestre
	Evaluación Inicial	2	1
	Combas 4	6	
	Condición Física Fuerza	6	
	Deportes de invasión. Baloncesto	6	
	Bailes	6	
	Evaluación de la CF	2	2
	Condición Física II	6	
	Orientación	6	
	Deportes de pala 3	6	
	UD SALUD	4	3
	Voley playa	6	
	Acrosport	6	
	Ultimate	4	

SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDADES DIDÁCTICAS	Sesiones	Trimestre
	Evaluación Inicial	2	1
	P13FIT” COMBA+EC	6	
	Condición Física	6	
	Deportes de invasión. Baloncesto	6	
	UD Expresión Corporal	6	
	Condición Física	2	2
	Bádminton	6	
	Orientación	6	
	Salud y nutrición	6	
	UD SALUD Pauxilios	4	3
	Voley playa	6	
	Condición Física III	6	
	UD Fútbol	4	

UNIDADES DIDÁCTICAS	Sesiones
Pala y raqueta 1º TRIMESTRE	6
Yoga y mindfulness 1º TRIMESTRE	6
Orientación y Raids de aventura 2º TRIMESTRE	6
Fuerza 2º TRIMESTRE	6
UD VOLEY PLAYA 3º TRIMESTRE	6
Deportes alternativos 3º TRIMESTRE	6

UNIDADES DE APRENDIZAJE DESARROLLADAS (ANEXO II)

Ver anexo II

SITUACIONES DE APRENDIZAJE Y METODOLOGÍA

Las situaciones de aprendizaje integrarán procesos orientados a la adquisición de las competencias y deberán enfocarse desde diferentes perspectivas y, simultáneamente, desde la articulación con elementos plurales como son las diferentes opciones metodológicas, el tipo y la intención de las actividades planteadas, la organización de los grupos, la consolidación de una autoestima positiva o la creación de una conciencia de grupo-clase. Será igualmente importante tener en cuenta la regulación de los procesos comunicativos, el desarrollo de las relaciones interpersonales, la conversión de espacios y materiales en oportunidades de aprendizaje o la transferencia del conocimiento adquirido a otros contextos sociales próximos que permitan comprobar el valor de lo aprendido, aspecto este último clave para construir una sociedad más justa y equitativa.

Nuestra área es una privilegiada para la puesta en marcha de las diferentes situaciones de aprendizaje que conecten al alumnado con lo que sabe , lo que es y lo que siente respecto a los problemas que ocurren relacionados con el mundo de la actividad física y el deporte (Salud, racismo, cultura, igualdad , deporte, culto al cuerpo, etc) y demandar de ellos la puesta en marcha de todos sus recursos para solucionar los diferentes problemas planteados

En el anexo III del RD 243/2022 se detalla que la adquisición de las competencias específicas se verán facilitadas por enfoques metodológicos que reconozcan al alumnado como agente de su propio aprendizaje . El enfoque necesario para la adquisición de las competencias basado en la agrupación de situaciones de aprendizaje dentro de las unidades de programación y el Diseño Universal del aprendizaje son fundamentales. Teniendo en cuenta estas consideraciones el departamento establece de forma general una serie de **principios metodológicos básicos**

- Las situaciones de aprendizaje representan una herramienta eficaz para integrar los elementos curriculares de las distintas materias mediante tareas y actividades significativas y relevantes para resolver problemas de manera creativa y cooperativa, reforzando la autoestima, la autonomía, la iniciativa, la reflexión crítica y la responsabilidad.
- Las propuestas pedagógicas deben partir de los centros de interés de los alumnos y alumnas. Además les deben permitir construir el conocimiento con autonomía, iniciativa y creatividad desde sus propios aprendizajes y experiencias.
- Dichas situaciones deben estar bien contextualizadas y ser respetuosas con las experiencias del alumnado y sus diferentes formas de comprender la realidad.
- El diseño de estas situaciones debe suponer la transferencia de los aprendizajes adquiridos por parte del alumnado, posibilitando la articulación coherente y eficaz de los distintos conocimientos, destrezas y actitudes propios de esta etapa
- Las situaciones deben partir del planteamiento de unos objetivos claros y precisos que integren diversos saberes básicos
- Debemos proponer tareas o actividades que favorezcan diferentes tipos de agrupamientos, desde el trabajo individual al trabajo en grupos, permitiendo que el alumnado asuma responsabilidades personales de manera autónoma y actúe de forma cooperativa en la resolución creativa del reto planteado
- Las situaciones de aprendizaje deben fomentar aspectos relacionados con el interés común, la sostenibilidad o la convivencia democrática, esenciales para que el alumnado sea capaz de responder con eficacia a los retos del siglo XXI.

- Se debe tener en cuenta los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje, para que éste permita aprender a aprender y sentar las bases para el aprendizaje a lo largo de la vida, fomentar procesos pedagógicos flexibles y accesibles que se ajusten a las necesidades, las características y los diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado y favorecer su autonomía.

En nuestro departamento y en nuestra materia se concretan las siguientes **medidas**:

La respuesta al “cómo enseñar” en el contexto curricular del área de Educación Física, debe proporcionar orientaciones didácticas que guíen el proceso educativo, así como criterios para diseñar actividades de enseñanza y aprendizaje en un marco constructivista. Esto implica que el profesor deba utilizar una metodología que permita al alumno trabajar de una forma cada vez más autónoma. Para ello debemos tener en cuenta varias premisas:

- Para elaborar el currículo se debe conocer el punto de partida y posibilidades que tiene el alumno y la alumna.
- Aprender “significativamente”, es decir, modificar esquemas de conocimiento que el alumno posee.
- Que el aprendizaje sea significativo, es decir que suponga una intensa actividad por parte del alumnado.

Partiendo de estas premisas, el área de Educación Física, se desarrollará a través de una enseñanza-aprendizaje constructiva y significativa.

Consideramos que el desarrollo de la autonomía en el aprendizaje es un pilar básico de la metodología del departamento y es por ello que en muchas de las situaciones de aprendizaje se va a intentar que el alumno tome decisiones en cuanto a su nivel de implicación en la misma o en el nivel de intensidad demostrado o en el tiempo que le van a dedicar fuera de clase. Para ello se dotará a los alumnos de las herramientas precisas para la valoración de su nivel inicial y la construcción de rutinas técnicas o programas básicos de entrenamiento que les permita mejorar sus capacidades.

Las opciones metodológicas que se tomen en el desarrollo de las Unidades de Programación, respecto a la selección y secuencia de actividades de enseñanza aprendizaje, tendrán en cuenta su adecuación a los objetivos del curso que se trate; a las características del grupo de alumnos y alumnas; al tipo de contenidos que se trate enseñar, así como a las necesidades de recuperación, refuerzo y profundización que surgen como consecuencia del tratamiento de la diversidad de capacidades del alumno.

En este sentido, se prestará especial interés atención a la adecuación de la complejidad de las tareas motrices que se van a proponer para el aprendizaje de los contenidos correspondientes. La consideración de este factor dará lugar a una secuenciación jerarquizada de actividades de aprendizaje, en función del grado de dificultad que ofrecen en sus componentes perceptivos, de decisión y de ejecución.

Respecto a la elección de un método u otro de enseñanza, éste se establecerá en función de las características de las actividades, de los objetivos que pretenden alcanzarse mediante ellas, y del tipo de ayuda que precisa el alumno según el momento de aprendizaje en que éste se encuentre. En cualquier caso, ya se trate de métodos de tipo receptivo-repetitivos, de resolución de problemas, o de descubrimiento guiado, los métodos utilizados se plantean de forma que favorezcan la significatividad de los aprendizajes que realiza cada alumno o alumna y su integración consciente

con los esquemas cognitivos y motores que ya posee y con los que es posible relacionar los nuevos aprendizajes. En el nuevo enfoque propuesto por la LOMLOE es preciso destacar que existe un bloque de contenidos llamado «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices» que se centra en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva. También incide en el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones constructivas, libres de discriminación y violencia, entre los participantes en este tipo de contextos motrices

Por otro lado, el Departamento considera fundamental utilizar el gran abanico de técnicas de enseñanza que nos permite nuestra asignatura, variando la manera de ofrecer el contenido a los alumnos para que puedan aprender de distintas maneras. Las propuestas de trabajo cooperativo utilizando las técnicas de enseñanza recíproca o la microenseñanza o las nuevas formas de enseñar los deportes de equipo como el método comprensivo, el TGfU o el Modelo de Educación Deportiva pueden servir como alternativas metodológicas que ayuden a algunos alumnos a aprender unos contenidos que presentados de otra forma quizás no les resulten atractivos.

Por último, el profesorado del departamento tendrá multitud de recursos a su disposición para facilitar el desarrollo de las competencias en los alumnos. Utilizarán todos los recursos materiales recogidos en el inventario del departamento. El uso de medios tecnológicos será clave. Se utilizará el entorno de Google suite de Educarex para el desarrollo de las clases online y el intercambio de información. Los materiales de apoyo serán elaborados por el profesorado del Departamento.

RECURSOS DIDÁCTICOS Y MATERIALES CURRICULARES.

El departamento de Ef elabora y selecciona su propio material y recursos curriculares de entre la gran cantidad de material existente de gran calidad y gratuito que existe en la red . Este es un trabajo laborioso pero clave en los procesos de enseñanza- aprendizaje.

A través de la plataforma que nos brinda Educarex “ Google Classroom” hacemos llegar todos esos recursos y actividades al alumnado a través de las diferentes actividades de las unidades de programación que forman parte de la programación

El uso de las tic por parte del alumnado por tanto es clave ya que nos va a permitir trabajar con el alumnado más allá de las aulas . Ver lo que sabe, permitir un ritmo de aprendizaje para los saberes y contenidos teóricos individualizado , hacerles reflexionar antes o después de las clases , dar información previa al desarrollo de unos saberes de tal manera que cuando llegan a clase ya lo saben, despertar su interés por determinados temas a través del visualizado de vídeos, saber lo que piensasn , etc

Debido a la escasez de recursos materiales disponibles para el departamento , se solicita al alumnado la compra de una raqueta de bádmiton para todos los cursos que será usada a lo largo de la ESO y Bachillerato

Instalaciones:

Pabellón deportivo

Dos pistas exteriores de Fútbol sala

Debido a la limitación de espacios las clases se desarrollarán cuando sea necesario en el pabellón polideportivo e instalaciones anexas al centro escolar que pertenecen al ayuntamiento de Villanueva de la Serena

Recursos Materiales:

El departamento dispone de material especializado para las clases de Educación Física para el desarrollo de las mismas

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La preocupación por conseguir un aprendizaje y un progreso adecuado debe alcanzar a todos los alumnos. Ello solo es posible desde la preocupación de individualizar la enseñanza, entendiendo en todo momento que cada cual alcance de acuerdo a sus posibilidades, las capacidades que promueve la educación escolar. Para ello no debemos ofrecer a todos lo mismo, sino actuar de forma diferente dando más ayuda a quien más lo necesite y utilizando si es preciso métodos y estrategias docentes adecuadas en cada caso.

Así pues desde el departamento de educación física aplicaremos una serie de medidas ordinarias para atender a esta diversidad del alumnado (intereses, capacidades, motivaciones, etc.).

Medidas ordinarias

La primera medida de atención a la diversidad es la realización de la programación didáctica, teniendo en cuenta la gran diversidad del alumnado en cuanto a capacidades, intereses, motivaciones, etc. Por ello, especialmente desde el apartado de “*metodología*” se potencia un trabajo autónomo, permitiendo diferentes ritmos de aprendizaje y un trabajo por niveles.

La segunda medida a llevar a cabo será la adaptación de esta programación a cada curso específico y será llevada a cabo por cada profesor mediante las “*programaciones de aula*”.

A través de ella, se ajusta la programación a un grupo específico de alumnos y entre otras posibles medidas citamos, variar el número de sesiones , variar los métodos de evaluación , priorizar unos contenidos, establecer la metodología más idónea según características ,etc. .

Medidas de apoyo:

Se ofrecerán medidas de refuerzo y apoyo para los alumnos que desde el punto de vista motriz un cierto “desfase” o presentan una baja competencia motriz para su edad.

Estas medidas de apoyo pasan por la recomendación de realizar, determinados ejercicios de carácter práctico fuera de la clase de EF, con el objetivo de aumentar su tiempo de práctica motriz y mejora de la competencia motriz

1.-Alumnos con baja competencia motriz se les entrega batería de ejercicios “Carnet

habilitados”, “listado de clubes deportivos en Villanueva y localidades aledañas”, y se les anima de manera reiterativa apuntarse a las competencias en los recreos y participar en todas las actividades de refuerzo y ampliación descritas.

2.-Alumnos con baja condición física se les entrega el documento “me pongo en forma” con un sencillo plan de mejora de la condición física, previo al desarrollo de su plan personal. Se les anima a que se apunten a los campeonatos en los recreos, que participen en las actividades de refuerzo y ampliación y se les entrega documento con todos los clubs y asociaciones deportivas-recreativas de Villanueva de la Serena .

Aún, tras la aplicación de estas medidas habrá alumnos con necesidades educativas específicas que necesiten otro tipo de medidas.

Para alumnos con necesidad específica de apoyo educativo

Son alumnos con necesidad específica de apoyo educativo aquellos que requieran una atención educativa diferente a la ordinaria para poder alcanzar el máximo desarrollo posible de sus capacidades personales.

Las características específicas de este alumnado requieren un estudio particular de cada caso por lo que dar una serie de pautas concretas no tiene sentido.

Con carácter general desde nuestra área se llevara a cabo las respectivas adaptaciones curriculares metodológicas o de acceso al currículo como respuesta a este tipo de alumnos, siempre bajo la supervisión y tutela del jefe de estudios y del departamento de orientación.

Estas se llevarán a cabo buscando cumplir los siguientes principios:

- Principio de individualización: Desarrollar al máximo las capacidades de cada alumno
- Principio de normalización: buscando la mayor autonomía posible del alumno, es decir, reducir al mínimo su discapacidad

Como características generales de estas adaptaciones curriculares señalamos las siguientes:

- Su concepción intrínseca al propio currículo de naturaleza abierta y flexible.
- Deben partir del currículo ordinario y tener como referente los objetivos generales.

- Forman un continuo que va desde ayudas poco significativas y ajustes temporales a modificaciones muy significativas y permanentes
- Se debe partir de una amplia evaluación del alumno y del contexto en el que se lleva a cabo su proceso enseñanza aprendizaje.

Alumnos con discapacidades transitorias

Los alumnos con discapacidades transitorias deberán realizar ejercicios específicos atendiendo al tipo de discapacidad que presentan buscando no privar al alumno de su derecho y de contribuir a la mejora y mantenimiento de su salud y calidad de vida.

Por ello, el documento “Atención pediatra”, será un documento que los alumnos deberán de llevar en su visita al pediatra, para conocer exactamente qué tipo de ejercicios pueden y no pueden hacer. En función de ello, se han designado varios circuitos de mejora de la CF y/o coordinación.

Alumnos con altas capacidades

Se ofrecerá la posibilidad al alumnado con altas capacidades de ampliar conocimientos en relación a los bloques de contenidos del currículo. Para ello, se seleccionarán cursos relacionados con nuestra asignatura (salud, anatomía, deportes, alimentación, etc.) de las plataformas de enseñanza virtual Coursera y Edx

.EVALUACIÓN DEL ALUMNADO

Criterios de evaluación

Criterios de evaluación 1º ESO

CE1	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.
CE2	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
	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.
CE3	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

CE4	Criterio 4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artísticoexpresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contempo
	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 dic
	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
CE5	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 ESO

CE1	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 1.1. 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 1.3. 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 e
CE2	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

	<p>aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación.</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</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</p>	
CE3	<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</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</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.</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, afectivosexual, 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</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.</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.</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.</p> <p>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</p> <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</p>	
	CE4	
	CE5	<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.</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
--	---

Criterios de evaluación 2º de ESO

GENERALES	1.-Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y lo mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.
	2. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSV
	3. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico- expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. CCL, CSV, CAA, SIEE
	4. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA, SIEE, CSV
AFYS	1.- Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA, SIEE, CSV
	2.Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSV
TMEI	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico- deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSV, SIEE, CEC
	2. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración- oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSV, SIEE. CEC

	<p>3. Reconocer las posibilidades de las actividades físico- deportivas y artístico- expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones. CMCT, CAA, CSV. CL, CEC</p>
AFMN	TME1
EAEM	<p>1. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEE, CEC</p> <p>TME3.</p>

Criterios de evaluación 4º ESO

GENERALES	1. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA, SIEE, CSV
	2. Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. CCL, CD, CAA, SIEE, CSV
	3. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. . CMCT, CAA.
	4. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes. CCL, CSV, CAA, SIEE
AFYS	Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud. CMCT, CAA, SIEE, CSV
TME	1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.. CMCT, CAA, CSV, SIEE, CEC
	2. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboraciónoposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.. CMCT, CAA, CSV, SIEE. CEC

	<p>3. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.. CMCT, CAA, CSV, CEC</p>
	<p>4. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas , CAA, CSV</p>
	<p>5 Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. , CAA, CSV. SIEE</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">AFMN</p>	<p>TME1 TME3</p> <p>1. Reconocer el Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno CSV, CMCT, CAA,</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">EAEM</p>	<p>1. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. . CCL, CAA, CSC, SIEE, CEC</p> <p>TME3.</p>

Criterios de evaluación de 1º de bachillerato

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

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.

Competencia específica 3

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.

Competencia específica 5	<p>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.</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. 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.</p> <p>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.</p>
Competencia específica 5	<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.</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.</p>

Criterios de evaluación optativa 2º Bachillerato “Actividad física y salud”

1. Conocer y diferenciar las salidas profesionales relacionadas con el ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud. CMCT, CAA, CSV
2. Conocer, comprender y analizar la creación, organización y funcionamiento de una entidad deportiva. CMCT, CAA, CSV, , SIEE
3. Identificar, relacionar y sintetizar las fases y elementos de la organización de un evento deportivo y/o recreativo. CMCT, CAA, CSV, , SIEE
4. Diseñar, aplicar, evaluar y difundir un proyecto relacionado con el ámbito de la actividad física y el deporte de aplicación en el entorno escolar y/o en la sociedad. CMCT, CAA, CSV, , SIEE, CL,
5. Valorar y mostrar comportamientos personales y sociales responsables y de respeto hacia uno mismo, los compañeros y el entorno, así como demostrar un espíritu emprendedor a partir de aptitudes como: la creatividad, la autonomía, la iniciativa personal, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico CSV, CAA, SIEE
- .6. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación como apoyo, recurso y refuerzo metodológico en el proceso de enseñanza-aprendizaje. CD, CMCT
7. Conocer y diferenciar actividades físicodeportivas y expresivas que integran las diferentes situaciones motrices. CMCT, CSV, CEC
8. Diseñar y practicar actividades físicodeportivas y expresivas que integran las diferentes situaciones motrices. CMCT, CSV, CEC

Siguiendo la orden ECD/65/2015:

“Han de establecerse las relaciones de los estándares de aprendizaje evaluables con las competencias a las que contribuyen, para lograr la evaluación de los niveles de desempeño competenciales alcanzados por el alumnado”.

Además, se han señalado cuales de esos estándares son mínimos o básicos , intermedios y avanzados.

Clasificación de los estándares para 2º ESO

GENERALES	1.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.	B	CMCT, CAA
	1.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.	A	CMCT, CAA
	1.3.Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	I	CMCT, CAA
	1.4.Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	I	CMCT CAA
	1.5.Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de Condición Física	I	CMCT CAA
	1.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	A	CMCT CAA

	2.1.Reconocer las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico deportivas.	I	CAA
	2.2.Respetar el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.	B	CSV
	2.3.Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual	A	CSV CMCT, CAA, CSV
	3.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.	I	CSV, CAA
	3.2. Describe los protocolos a Seguir para activar los servicios de emergencia y de protección el entorno.	B	CCL
	3.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	I	SIEE
	4.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	B	CD
	4.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	A	CCL, CD
AFYS	1.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando lo métodos básicos para su desarrollo.	B	CSV, SIEE, CMCT

	1.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.	B	SIEE, CMCT
	1.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	B	CMCT CAA
	1.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	I	CMCT, CAA, CSV
	2.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.	B	CMCT, CAA
	2.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.	B	SIEE, CMCT
	2.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	A	SIEE, CMCT
TME	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	I	SIEE, CSV,
	1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado	A	SIEE
	1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	I	CAA, SIEE
	1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	B	CSV SIEE
	1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.	B	CMCT, CCL

TME	2.1. Aplica los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.					B	CMCT SIEE
	2.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración- oposición seleccionadas.					A	SIEE CAA CMCT
	2.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.					I	CAA CMCT
	2.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.					A	CAA
	3.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.					B	CSV
	3.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.					B	CSV SIEE
	3.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.					B	CSV
AF	TME1.1	TME1.2	TME1.3	TME.1.4	TME.1.4		
EAEM	1.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.					I	CEC CAA,SIEE
	1.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.					B	CEC, SIEE
	1.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas , adaptando su ejecución a la de sus compañeros.					B	CSV CEC,
	1.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea					A	CEC, SIEE

	TME 3.1	TM 3.2	TME 3.3	
--	---------	--------	---------	--

Estándares de aprendizaje Actividad Física , deporte y Ocio

Bloque 1. Gestión y Organización de la actividad físico-deportiva	1.1. Identifica las distintas salidas profesionales que engloban el ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud.	B	
	1.2. Analiza las principales competencias profesionales de las distintas profesiones que engloban el ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud.	B	
	3.1. Elabora el diseño de un evento deportivo y/o recreativo, teniendo en cuenta las fases, los elementos de seguridad necesarios y otros aspectos legales y organizativos que garanticen su viabilidad el evento.	I	
	4.1. Diseña un proyecto relacionado con el ámbito de la actividad física y el deporte de aplicación en el entorno escolar y/o en la sociedad.	I	
	4.2. Lleva a cabo la puesta en práctica del proyecto diseñado.	A	
	4.3. Evalúa el proyecto diseñado a través de una memoria del mismo.	A	
	4.4. Difunde, comunica y comparte el proyecto a través de las Tecnologías de la Información y la Comunicación.	A	
Bloque	2.1. Resuelve con eficacia situaciones motrices en distintos contextos de práctica.	B	

	2.2. Plantea una progresión de enseñanza-aprendizaje para una actividad físico-deportiva y/o expresiva para la mejora de la competencia motriz propia o de los demás.	B	
	2.3. Participa de forma activa en las actividades planteadas, demostrando interés y esfuerzo, así como dando muestras de comportamientos que faciliten la integración, la no discriminación y la cohesión del grupo.	B	
	3.2. Manifiesta aptitudes de creatividad, autonomía, iniciativa personal, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.	I	
Generales	5.1. Muestra una actitud de respeto, tolerancia y aceptación hacia las diferencias individuales y colectivas, así como de respeto hacia el entorno en el que realiza las actividades.	B	
	5.2. Manifiesta aptitudes de creatividad, autonomía, iniciativa personal, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.	I	
	6.1. Muestra un dominio básico en el manejo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación como recurso en el proceso de enseñanzaaprendizaje.	B	
	2.1. Busca, investiga y analiza la creación, organización y el funcionamiento de una entidad deportiva.	I	

Clasificación de los estándares para 4º de la ESO

GENERALE	1.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.	B	CMCT, CAA
-----------------	--	---	--------------

1.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes..	B	CMCT, CAA
1.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud..	B	CMCT, CAA
1.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.	I	CMCT CAA CMCT
2.1 Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.	A	CD, CAA
2.2 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.	I	CMCT, CAA,
2.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.	B	
3.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma	B	CSV
3.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal	B	CSV CMCT, CAA, CSV
3.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz	B	CSV, CAA
4.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica	B	CCL

	4.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física	I	SIEE
	4.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas	B	CD
			CCL, CD
AFYS	1.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física	I	CSV, SIEE, CMCT
	1.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.	B	SIEE, CMCT
	1.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.	I	CMCT CAA
	1.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.	B	CMCT, CAA, CSV
TME	1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.	B	SIEE, CSV,
	1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	I	SIEE
	1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.	A	CAA, SIEE
	2.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario	B	CSV SIEE

	. 2.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.	B	CMCT, CCL
	2.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.	B	CMCT SIEE
	2.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.	A	SIEE CAA CMCT
	2.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.	A	CAA CMCT
	2.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.	A	CAA
	3.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.	B	CSV
	3.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas	A	CSV SIEE
TME	3.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma	I	CSV
	4.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos	I	
	4.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.	I	

AF	5.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.				I	
	5.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás				I	
	5.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.				B	
AF	TME1.1	TME1.2	TME1.3	TME.1.4	TME.1.4	
EAEM	.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.				A	
	4.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.				B	
	4.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente				B	
EAEM	1.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.				B	
	1.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.				I	
	1.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico-expresivos, aportando y aceptando propuestas.				B	
	TME.4.1.	TME.4.				

2° ESO

	1.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
	Reconoce perfectamente al menos las principales capacidades implicadas en una tarea
	2.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.
	Suele cuidar el espacio y el material que se usa en las clases de EF
	3.2. Describe los protocolos a Seguir para activar los servicios de emergencia y de protección el entorno.
	Conoce el número de emergencia, conoce y realizar la posición de seguridad y RCP
	4.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
	Completa el 50% de los trabajos de la plataforma Google Classroom
	1.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
	De manera habitual se esfuerza durante las clases e intenta realizar las tareas propuestas.
	1.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
	Llega a alcanzar el periodo 3 del Course Navette en chicas y el 6 en chicos
	1.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas
	Realiza con una postura adecuada, las abdominales, estiramientos y sentadillas

	1.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la salud
	Conoce al menos 5 adaptaciones al ejercicio y 5 enfermedades derivadas del sedentarismo
	2.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma
	Conoce y ejecuta al menos 5 ejercicios de movilidad articular, 5 estiramientos y 3 activación
	1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
	Es capaz casi siempre de coger y lanzar adecuadamente los móviles de los deportes trabajados en situaciones sencillas.
	1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen,
	Realiza la carrera larga en menos de 25 min con 1 fallo como máximo
	2.1. Aplica los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración- oposición propuestas.
	En situaciones sencillas suele realizar el gesto técnico correcto y toma la decisión adecuada.
	3.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
	Su actitud durante las clases suele ser la adecuada
	3.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel
	Su actitud durante las clases suele ser la adecuada
	1.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
	Conoce y ejecuta de una manera aceptable los pasos de los bailes trabajados en clase
	1.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
	Conoce y ejecuta de una manera aceptable los pasos de los bailes trabajados en clase

GENERALES	1.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.
	Conoce exactamente las recomendaciones de actividad física para niños y adolescentes
	1.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes..
	Conoce la importancia de estirar los músculos tónicos y potenciar los fásicos: Sabe realizar adecuadamente 2 estiramientos para el psoas y 2 de pectorales y conoce y realiza adecuadamente , 3 tipos de abdominales y tres tipos de ejercicio para el glúteo y 3 para los aproximadores de escápula
	1.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud..
	Es capaz de explicar 6 enfermedades derivadas de un mal estilo de vida
	2.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.
	Realiza el 50% de las tareas de Google Classroom
	3.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma
	Reconoce los principales grupos musculares implicados en la actividad y el tipo de capacidad física que se trabaja especialmente
3.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal	

	Es capaz de realizar un calentamiento con todas sus fases (Movilidad, carrera y estiramientos dinámicos) y es capaz de hacer y explicar al final 6 ejercicios de estiramientos estáticos o pasivos
	3.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz
	Es capaz de realizar un calentamiento con todas sus fases (Movilidad, carrera y estiramientos dinámicos) y es capaz de hacer y explicar al final 6 ejercicios de estiramientos estáticos o pasivos
	4.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica
	No coge material deteriorado ni hace un uso diferente del mismo al permitido en las clases
	4.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas
	Sabe hacer el RCP y sabe avisar a los servicios de emergencia
	1.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
	Participa activamente en todas las clases de EF con una actitud de esfuerzo clara
	1.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.
	Rellena los datos de valoración de la condición física y emite un informe adecuado a los datos obtenidos relacionándolos con su estado de salud

TME	1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.				
	En ataque se mueve a un lugar claro de línea de pase y en defensa siempre está al lado de un atacante				
	2.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario				
	Realiza el pase o el ataque a un lugar adecuado sin cometer grandes errores				
TME	. 2.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.				
	2.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.				
	Ataca cuando su equipo tiene la posesión bien pasando a un lugar adecuado, progresando si tiene espacio o atacando a un lugar claro. En defensa siempre cubre a un jugador o un espacio de juego importante en la jugada				
TME	3.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.				
	Colabora de manera clara con sus compañeros en todas las actividades colectivas				
AF	5.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.				
	Reconoce y valora negativamente cualquier comportamiento antideportivo que ve.				
AF	TME1.1	TME1.2	TME1.3	TME.1.4	TME.1.4
AF	4.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.				

	4.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente	
	No tira basura al suelo ni en el centro ni en los lugares que nos desplazamos ni daña las plantas e instalaciones	
EAEM	1.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.	
	Crea una coreografía con las herramientas que les da el profesor y la representa de una manera aceptable	
	1.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.	
	Trabaja de manera clara junto con sus compañeros en la realización de los montajes	
	TME.4.1.	TME.4.

"Se entiende por procedimientos, los métodos a través de los cuales se lleva a cabo la recogida de información sobre adquisición de competencias clave, dominio de los contenidos o logro de los criterios de evaluación. El procedimiento responde a cómo se lleva a cabo está recogida.

Se entiende por instrumentos de evaluación todos aquellos documentos o registros utilizados por el profesorado para la observación sistemática y el seguimiento del proceso de aprendizaje del alumno y que permiten justificar la calificación del alumnado.

Desde el departamento promovemos la utilización variada de diferentes instrumentos y procedimientos de evaluación que deberán ajustarse a las características del alumnado, situación de enseñanza aprendizaje y criterios realistas de utilización.

Los procedimientos de los que nos serviremos para obtener información serán:

1. Procedimientos de observación: mediante la cual observaremos la actitud del alumno, interés, colaboración, asistencia, etc. Para ello utilizaremos entre otros los siguientes instrumentos: Registros anecdóticos. Escalas de observación, Listas de control y rúbricas.
2. Procedimientos de Experimentación: mediante los cuales obtendremos información de la aptitud de los alumnos respecto a las tareas desarrolladas: Trabajos teóricos, Pruebas escritas, Trabajos en grupo, Test, Cuestionarios on-line, Kahoot, Etc.

Criterios de calificación

a) Criterios generales:

Se considera aprobado un trimestre cuando el alumn@ ha obtenido la nota de 5 o superior.

Se considera que el curso está aprobado cuando el alumno consigue una nota positiva en la evaluación final

La nota final será la media aritmética de los tres trimestres.



AL finalizar el curso se obtendrá un “perfil competencial” del alumnado que se entregará al tutor

B) Ponderación de los estándares de aprendizaje 2ºESO , 4º ESO y 2º de Bachillerato

Recordamos que los estándares de aprendizaje son el referente para comprobar el grado de consecución de las competencias clave y objetivos de etapa.

Los estándares categorizados como **básicos** son considerados imprescindibles para garantizar un adecuado progreso del alumnado. Por ello, según las recomendaciones deben de gozar de una mayor ponderación. Además los estándares restantes están divididos en Intermedios y avanzados.

B1) 2º DE LA ESO

37 Estándares de Aprendizaje		
2º ESO		
BÁSICOS	INTERMEDIOS	AVANZADOS
N.º 17	N.º:11	N.º 9
Ponderación	Ponderación	Ponderación
Valor total	Valor total	Valor total
50% Nota 5	30% Nota 3	20% Nota 2
0,294 puntos x estándar	0.272puntos x por estándar	0.222 puntos x estándar
NOTA 5	NOTA 3	NOTA 2

31 Estándares de Aprendizaje
4º ESO

BÁSICOS	INTERMEDIOS	AVANZADOS
N.º 21	Nº:12	N.º 7
Ponderación	Ponderación	Ponderación
Valor total	Valor total	Valor total
50% Nota 5	30% Nota 3	20% Nota 2
NOTA 5	NOTA 3	NOTA 2

15 Estándares de Aprendizaje		
2º Bachillerato		
BÁSICOS	INTERMEDIOS	AVANZADOS
N.º 7	Nº:5	Nº 5
Ponderación	Ponderación	Ponderación
Valor total	Valor total	Valor total
50% Nota 5	25% Nota 2.5	25% Nota 2.5
NOTA 5	NOTA 2.5	NOTA 2.5

Ponderación de los criterios de evaluación para los cursos impares

1º ESO

Competencia específica 1 20% de la nota	C1.1	7 %
	C1.2	2 %
	C1.3	3 %
	C1.4	3 %
	C1.5	3 %
	C1.6	2 %
Competencia específica 1 20% de la nota	C2.1	2 %
	C2.2	8%
	C2.3	8%
Competencia específica 3 20 % de la nota	C3.1	5%
	C3.2	5%
	C3.3	5%

	C3.4	5 %
Competencia específica 4 20 % de la nota	C4.1	4 %
	C4.2	4 %
	C4.3	4 %
	C4.4	4 %
	C4.5	4 %
Competencia específica 4 20 % de la nota	C5.1	5%
	C5.2	5%
	C5.3	5%
	C5.4	5 %

3º ESO

Competencia específica 1 20% de la nota	C1.1	7 %
	C1.2	2 %
	C1.3	3 %
	C1.4	3 %
	C1.5	3 %
	C1.6	2 %
Competencia específica 2 20% de la nota	C2.1	2 %
	C2.2	6%
	C2.3	10%

	C2.4	2%
Competencia específica 3 20 % de la nota	C3.1	5%
	C3.2	5%
	C3.3	5%
	C3.4	5 %
Competencia específica 4 20 % de la nota	C4.1	6 %
	C4.2	4 %
	C4.3	8 %
	C4.4	1%
	C4.5	1 %
CE5 20%	C5.1	15%
	C5.2	5%

1º Bachillerato

Competencia específica 1 25% de la nota	C1.1	10 %	Competencia Específica 6 10%	C6.1	1%
	C1.2	3%		C6.1	2%
	C1.3	2 %		C6.1	2%
	C1.4	5 %		C6.1	2%
	C1.5	2 %		C6.1	2%
	C1.6	3 %		C7.1	3%
Competencia específica 2 20%	C2.1	3 %		C7.2	3%

	C2.2	10%		C7.3	4%
	C2.3	8%			
	C2.4	4%			
Competencia específica 3 15 %	C3.1	4%			
	C3.2	8%			
	C3.3	3%			
Competencia específica 4 15 % de la nota	C4.1	2 %			
	C4.2	6 %			
	C4.3	4 %			
	C4.4	3%			
CE5 20%	C5.1	12%			
	C5.2	8%			

¿Cómo se obtiene la nota de cada trimestre?:

A lo largo de cada UD se usan diferentes instrumentos de evaluación para medir el grado de consecución de los estándares y competencias específicas (rúbricas, cuestionarios, etc.)

Cada instrumento de evaluación está relacionado con uno o más estándares en caso de los cursos pares y con los criterios de evaluación en los cursos impares (y a su vez por tanto a las competencias específicas), es decir, ese instrumento nos ayuda a comprobar el grado de consecución del estándar o estándares. (Imagen 2) o de los criterios para los cursos pares (y por tanto de las competencias específicas). Esta relación se hace de manera muy sencilla con

cualquier tabla de cálculo o como hacemos en el departamento usando la aplicación IDOCEO

Veamos un ejemplo con el estándar AAFYS 1.1

“Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas “

3B 20/21 Cuaderno de notas		1 Estudiante	Trabajo en equipo	Carnet combas individual	Comba larga puntos	Cuestionario combas	Hoja Evaluación EF	Carnet resistencia	Cuestionario Freesbe	Pur
4.3.Respetar 4.2. 2.4. 2.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas	1.4. 2.1.Participa 1.4.	TME1.1. TME1.2. 2.1.Participa 3.3.	4.1. 6.1	1. 2.1.Participa 2.4.Analiza	1.4Adapta 1.1. 2.2.Alcanza 2.1.Participa	TME1.1. 4.1.	1			
1	9	75	10	9	9	10				

Imagen 2

Comp	Estandar	Tipo	UD							
			1	2	3	4	5	6	7	..
	1.1 AFYS Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas...	B		X		X	X	X		

Dicho estándar (AF) se va a trabajar en el primer trimestre la UD 2,4 , 5 y 6 . Es un estándar básico por lo que su valor máximo es de 0,323 puntos como hemos explicado arriba.

En cada UD se usan diferentes instrumentos de evaluación asociados a ese estándar: rúbrica de esfuerzo, carnet de combas, y carnet de niveles de resistencia,

Idoceo saca la media de dicho estándar teniendo en cuenta **el valor que le hemos dado a cada instrumento de evaluación** asociado al estándar en las diferentes unidades didácticas que lo trabajan como se muestra en la figura 3 .

Estándares:	8.79	8.33	8.44	9.00	8.53	8.75	7.50	7.50	10.00	10.00	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00	8.75
Media																
4.3. Respetar a los demás dentro de la labor de equipo.																
4.2. Respetar el entorno y lo valora como un lugar común																
2.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas																
1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las																
2.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades básicas de las técnicas y																
TME1.1. Aplica los aspectos TME1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto a																
3.3. Prepara y pone en práctica actividades para la																
4.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la																
6.1 Utiliza las posibilidades de la información y la																
1.5Aplica de forma autónoma procedimientos																
2.4.Analiza la importancia de la práctica habitual de																
1.4Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la																
1.1. Analiza la intensidad de las capacidades físicas y las																
2.2.Alcanza niveles de condición física acordes a su																
TME1.3. Respetar a los demás dentro de la labor de																

Imagen 3

La nota final de cada evaluación será la suma de la nota obtenida en cada uno de los estándares de aprendizaje trabajados en esa evaluación

Nota final de la asignatura

Se obtendrá de la suma de la media aritmética de cada uno de los estándares trabajados a lo largo del curso para los cursos pares y de la suma de la media aritmética en cada uno de los criterios de evaluación trabajados en el curso para los cursos impares .

.Criterios de recuperación

a) Alumnado con la asignatura pendiente de cursos anteriores

El alumnado que tiene la Educación física pendiente de un curso , será informado siempre al principio de curso de los procedimientos que debe realizar para recuperar la materia.

Tendrá dos opciones:

- 1) Si va aprobando la asignatura de su curso actual sólo deberá realizar las tareas teóricas que hacen los del curso que tiene pendiente .

2) Realizar un examen teórico y práctico en la fecha determinada por jefatura de estudios en el tercer trimestre.sobre los estándares mínimos de aprendizaje.

Dependiendo de la situación particular de cada alumno, se le darán una serie de recomendaciones personales para mejorar o lograr superar los estándares mínimos de aprendizaje

b) Alumnado que suspende una evaluación

Se emitirá un informe de los estándares no conseguidos trabajados esa unidad y un plan de refuerzo para lograr su consecución

Se le dará la opción de poder recuperar la evaluación, bien realizando de nuevo los trabajos no realizados , bien realizando de nuevo un examen de la parte práctica que tiene suspenso, previo trabajo de mejora y refuerzo para superar esa parte práctica.

c)Alumnado que pierde el derecho a la evaluación continua por faltas de asistencia

El alumnado dentro de este apartado deberá de realizar una prueba extraordinaria , teórico práctica al finalizar el curso.

Alumnado exento temporalmente

Aquel alumnado que mediante informe médico no pueda realizar la clase con normalidad, deberá siempre que pueda, colaborar en el desarrollo de la misma, mediante diferentes funciones que le asigne el profesor (Analizar el gesto técnico de los compañeros, tomar tiempos, organizar campeonatos, etc. Además deberá realizar un pequeño cuestionario on line o trabajo teórico sobre la UD en cuestión.

Actividades de refuerzo y ampliación.

1. Revisión de los planes de mejora de la CF y competencia motriz
2. Participación en los torneos y actividades de los recreos como jugadores.
3. Acudir en los recreos que está abierto el gimnasio al FITCORNER para trabajar la CF
4. Retos de trabajo de resistencia cada trimestre a través de la aplicación runtastic
5. Colaboración en el mantenimiento del blog de los campeonatos escolares.
6. Colaboración en el proyecto Proyecto etwinning fuera de las actividades propias de clase.
7. Retos teóricos de ampliación a través de la aplicación kahoot.
8. Ampliación a través de Mooc de temáticas relacionadas con la actividad física

9. Uso de app para la mejora y seguimiento de la CF

Evaluación Inicial

Características, diseño e instrumentos de la evaluación inicial.

La evaluación inicial es un elemento fundamental para conocer exactamente la situación del alumnado en referencia a sus competencias, intereses, capacidades, conocimientos, habilidad, nivel de condición Física, etc. La instrucción de inicio de curso, además especifica la necesaria evaluación inicial, que será el punto de partida para las programaciones y de la cual se informará a las familias.

Nos va a permitir sobre todo, detectar alumnos con una baja competencia motriz, alumnos con una baja condición física y especialmente conocer si poseen algún tipo de enfermedad (asma, diabetes, escoliosis, alergias, etc.) que va a necesitar de una adaptación y que el no conocerla puede derivar en una situación en que la salud del alumno corra peligro.

Para ello la primera semana de clase tanto a través del Google Classroom de la clase como del blog de la asignatura, se realizará un cuestionario on line obligatorio en el que se obtendrán datos como: enfermedades, lesiones, práctica deportiva, intereses, y conocimientos teóricos básicos de los alumnos.

EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y LABOR DOCENTE.

El currículo 98/2016 establece dentro de su artículo 18: *“El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente, para lo que establecerá los correspondientes indicadores de logro en las programaciones didáctica”*

Por ello, el departamento de Educación Física, al menos cada al final cada evaluación, reflexionará sobre su práctica docente y procesos de enseñanza -aprendizaje con el fin de mejorar aquello que sea susceptible para tal fin.

Para obtener información sobre dichos procesos se utilizarán tanto procedimientos de observación como de experimentación ya que ambos son fundamentales para obtener una visión real de lo que está pasando.

Los instrumentos de los que nos serviremos serán:

Registros anecdóticos que reflejen una situación común que se esté dando en las clases, entrevistas de manera general a las clases a través de preguntas, cuestionarios on line a los alumnos al finalizar la 1º evaluación y la 3º, listas de control con los ítems establecidos por el departamento, resultados de la evaluación, etc.

Además se establecen los siguientes indicadores de logro que ayuden a constatar de manera más objetiva como se están llevando a cabo los procesos de E-A.

Indicadores de logro del proceso de enseñanza aprendizaje

1-Los objetivos didácticos se han formulado en función de los estándares de aprendizaje evaluables que concretan los criterios de evaluación	
2-La selección y temporalización de contenidos y actividades ha sido ajustada.	
3-La programación ha facilitado la flexibilidad de las clases, para ajustarse a las necesidades e intereses de los alumnos lo más posible.	
4-Los criterios de evaluación y calificación han sido claros y conocidos de los alumnos, y han permitido hacer un seguimiento del progreso de los alumnos.	

5-La programación se ha realizado en coordinación con el resto del profesorado.	
6-Antes de iniciar una actividad, se ha hecho una introducción sobre el tema para motivar a los alumnos y saber sus conocimientos previos.	
7-Antes de iniciar una actividad, se ha expuesto y justificado el plan de trabajo (importancia, utilidad, etc.), y han sido informados sobre los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.	
8-Los contenidos y actividades se han relacionado con los intereses de los alumnos, y se han construido sobre sus conocimientos previos.	
9-Las actividades propuestas han sido variadas en su tipología y tipo de agrupamiento, y han favorecido la adquisición de las competencias clave	
10-Se han facilitado estrategias para comprobar que los alumnos entienden y que, en su caso, sepan pedir aclaraciones.	
11.El ambiente de la clase ha sido adecuado y productivo.	
12-Se ha proporcionado al alumno información sobre su progreso.	
13-Se han proporcionado actividades alternativas cuando el objetivo no se ha alcanzado en primera instancia.	
14-Ha habido coordinación con otros profesores.	
15-Se ha realizado una evaluación inicial para ajustar la programación a la situación real de aprendizaje	

.Propuesta de mejora:

Tras el análisis de cada uno de los aspectos anteriores tanto de los procesos de enseñanza aprendizaje como de la propia labor docente se propondrá en la reunión de departamento las posibles mejoras a realizar, tanto durante el tiempo que quede de curso, como especialmente para el curso siguiente, siendo estas realistas y viables.

Sección Bilingüe

Los cursos 2º de la ESO y 4º de la ESO reciben la asignatura de Educación Física en inglés al formar esta parte en dichos cursos de la sección bilingüe

Por ello, a la metodología ya descrita en esta programación le añadimos un enfoque metodológico basado en una metodología AICLE con la finalidad de facilitar el aprendizaje del alumnado que se llevará a cabo en cada una de las unidades didácticas de la programación.

Contamos, además con el apoyo de una lectora Emily Clarke que entra una hora con cada curso a lo largo de la semana.

La evaluación del alumnado se realizará exactamente igual que para el alumnado no bilingüe y ha sido claramente descrita en esta programación.

El alumnado en todas las preguntas orales que se realizan en clase podrá siempre elegir el idioma en que desee para contestar a preguntas que el profesor o lectora le hacen. Facilitando así la evaluación de este y evitando que idioma sea un limitante para poner en práctica los conocimientos que tiene para resolver o explicar una tarea.

Los diferentes trabajos y tareas que se realizan a través del Google Classroom como las exposiciones en clase serán en inglés

EL alumnado de 4º de la ESO además participa en un proyecto Internacional Etwinning junto con tres centros europeos más que consiste en dar visibilidad al alumnado deportista de los centros participantes a través de diferentes actividades y entrevistas

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

1º ESO

Actividades Complementarias

Senderismo rio ortiga 1º TRIMESTRE

Carrera orientación finca Doña Blanca 2º Trimestre

Carrera de orientación alrededores del IES 2º Trimestre

Actividades extraescolares

Actividad Multiaventura (Isla del Zújar, Alange o Orellana según estado de los pantanos) 3º TRIMESTRE

Participación en el proades (A lo largo del curso en función de la modalidad que nos den)

2º ESO

Actividades Complementarias

Carrera solidaria en Villanueva de la Serena día 16 Noviembre

Senderismo Ruta de los puentes del Ortiga. 1º Trimestre

Carrera de orientación Finca Doña Blanca Don Benito 2º Trimestre

Carrera de orientación alrededores del IES

Actividades extraescolares

Actividad multiaventura (Isla del Zújar , Alange , Orellana o la Vera según estado de los pantanos)

Proades en la modalidad que nos sea concedida (Vela, barrancos, etc)

3º ESO

Actividades Complementarias

Radio edu. Durante todo el curso escolar

Torneo de bádminton en las instalaciones del polideportivo anexo al centro

Torneo de pádel en las instalaciones anexas al IES

Senderismo ruta de los molinos Montánchez 1º Trimestre

Programación didáctica Departamento de Educación Física- IES San José

Carrera de orientación Finca Doña Blanca 2º Trimestre

Ruta en bicicleta alrededores de Villanueva-Don Benito 2º Trimestre

Actividades extraescolares

Curso de actividades náuticas en Andalucía

Actividad multiaventura en la Vera

Proades en la modalidad que nos sea concedida (Vela, barrancos, etc)

4º ESO

Actividades Complementarias

Proyecto Etwinning . Durante todo el curso escolar

Radio edu . Durante todo el curso escolar

Carrera de orientación Finca Doña Blanca 2º Trimestre

Torneo de bádminton en las instalaciones del polideportivo anexo

Torneo de pádel en las instalaciones anexas al IES

Extraescolares

Senderismo ruta Isabel la Católica Las Villuercas 1º Trimestre

Actividad Multiaventura La Vera 3º Trimestre

1º BACHILLERATO

Actividades Complementarias

Carrera de orientación Finca Doña Blanca 2º Trimestre

Torneo de bádminton en las instalaciones del polideportivo anexo

Torneo de pádel en las instalaciones anexas al IES

Extraescolares

Senderismo ruta los molinos de Montánchez 1º Trimestre

Actividad Multiaventura 2º Trimestre

Torneo mutua Open tenis Madrid. 3 Trimestre

2º BACHILLERATO

Extraescolares

Torneo mutua Open tenis Madrid. 3 Trimestre

Complementarias

Actividad Golf en Bicicleta Quinto Coto

Visita a las diferentes instalaciones deportivas municipales

Visita a las clases colectivas que imparte el patronato de deportes

Organización de una carrera de orientación en la que participarán los alumnos de otros cursos

Organización de un torneo de bádminton

Organización de un torneo de pádel

ELEMENTOS TRANSVERSALES

No sólo debemos ajustarnos a lo establecido en el currículo para nuestra área, sino que otros aspectos como convivencia, respeto o igualdad, violencia de género, promoción de la lectura, cuidado del medio ambiente, acoso escolar, “educación moral y cívica” etc., deben formar parte, también, de la educación integral de los alumnos y ser trabajados desde todas las áreas o materias, .

. Por ello, en la medida que se pueda, serán incluidos en las diferentes unidades didácticas

De entre todos esos elementos comunes destacamos desde nuestra asignatura los siguientes:

Desarrollo sostenible

La estrecha relación de este tema con la actividad física a través del uso del transporte activo, como medio de promoción de la salud individual y colectiva y elemento fundamental para reducir parte de las emisiones de combustibles fósiles y disminuir la contaminación acústica de Villanueva de la Serena , Por otro lado, el cuidado del medio natural extremeño como fuente generadora de riqueza a través del turismo activo.

.La capacidad emprendedora.

Desde el departamento abogamos por que los propios alumnos y su iniciativa guíen el proceso de enseñanza-aprendizaje. Para ello desde el departamento, se les proporciona autonomía en la realización de las tareas y flexibilidad ante sus propuestas, intentando llevarlas a cabo si tienen cabida dentro de la programación didáctica

.Igualdad efectiva entre hombres y mujeres

El deporte y actividad física , trasmisor de los estereotipos de género y por tanto, elemento que favorece la desigualdad de hombres y mujeres debe ser analizado con detenimiento y de manera crítica fomentando la reflexión del alumnado y la puesta en marcha de medidas para evitarlo.

Prevención y condena de toda clase de racismo, xenofobia y violencia

Se reflexionará sobre conductas que puedan aparecer en los medios de comunicación , especialmente en el mundo del deporte, mediante análisis de artículos, noticias, etc.

ANEXO I . SABERES DE 1º Y 3º DE ESO Y 1º DE BACHILLERATO

		1.º ESO	3.º 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.
		c 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.3.4.3. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación.
		A.3.4.4. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.
	A.3.2.3. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.	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.3.2.4. Trastornos alimenticios.	A.3.4.6. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y el deporte.

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.

	1.º ESO	3.º 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.2.4.1. Uso alternativo del material convencional, reciclado o autoconstruido con diferentes fines y objetivos.
	B.2.2.2. Uso responsable del material deportivo.	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.4.4.2. Uso de instrumentos o técnicas de coevaluación y autoevaluación de los procesos de aprendizaje y proyectos como medio de autorregulación.
	B.4.2.2. Uso de herramientas digitales para la organización de la actividad física.	B.4.4.3. Uso de herramientas digitales para la gestión y planificación de la actividad física.
	B.4.2.3. Planificación y puesta en práctica de proyectos y propuestas deportivo-motrices sencillos. Funciones y responsabilidades.	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.6.2.3. Protocolo de aviso al 112. Pautas.	
		B.6.4.2. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo de uso.
	B.6.2.4. Protocolo y puesta en práctica de RCP (reanimación cardiopulmonar).	B.6.4.3. Protocolo y puesta en práctica de RCP (reanimación cardiopulmonar). Algoritmo de RCP.
		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.

	1.º ESO	3.º ESO
C.1. Toma de decisiones.	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.	C.1.4.1. Búsqueda y práctica de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas y problemas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.
	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.	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.
	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.	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.
	C.1.2.4. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones motrices prácticas de oposición.	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.

	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.	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.
C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica	C.2.2.1. Integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.	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.
		C.2.4.2. Uso de instrumentos o técnicas de coevaluación y autoevaluación de la solución motriz como medio de autorregulación.

C.3. Capacidades condicionales.	C.3.2.1. Desarrollo integral de las capacidades físicas básicas.	C.3.4.1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas más relacionadas con la mejora de la salud.
	C.3.2.2. Autoevaluación de la condición física como medio de gestión del esfuerzo y límites personales.	C.3.4.2. Autoevaluación y coevaluación de la condición física como medio de conocimiento de los límites personales. Reflexión crítica y búsqueda de soluciones.
		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.
		C.3.4.4. Análisis y aplicación básica de los sistemas de entrenamiento en el desarrollo de las diferentes situaciones motrices o deportivas.
C.4. Habilidades motrices específicas.	C.4.2.1. Desarrollo de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físicodeportivas.	C.4.4.1. Aplicación de forma eficaz de las habilidades específicas a los requerimientos técnico-tácticos en situaciones motrices o deportivas.
		C.4.4.2. Profundización, identificación y corrección de errores comunes.
	C.4.2.2. Uso de instrumentos o técnicas de coevaluación y autoevaluación de la solución	C.4.4.3. Uso de instrumentos o técnicas de coevaluación y autoevaluación de la solución motriz como medio de autorregulación. Búsqueda de soluciones.

	motriz como medio de autorregulación.	
C.5. Creatividad motriz.	C.5.2.1. Resolución de retos y situaciones-problema de forma eficaz y original, tanto individualmente como en grupo.	C.5.4.1. Creación de retos y resolución de forma eficaz de situaciones-problema de acuerdo a los recursos disponibles en diferentes contextos.
C.6. Espacios deportivos	C.6.2.1. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.	C.6.4.1. Barreras físicas, sensoriales y cognitivas en edificaciones y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

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

	1.º ESO	3.º 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	D.3.4.1. Valoración en la aplicación de las reglas de juego como elemento de integración social.

	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, LGTBIfóbicas 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, LGTBIfóbicas 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.

	1.º ESO	3.º 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 críticoreflexivo.
E.2. Usos comunicativos	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.

de la corporalidad.	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.2.4.6. Análisis crítico de aspectos de comunicación no verbal que se pueden observar en las redes sociales y medios de comunicación.
E.3. Actividad des 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.
E.5. 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.

	1.º ESO	3.º 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.	c 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...).

Anexo II Unidades de aprendizaje

1º ESO

UD 1 “ Comba 1 ”	C específicas: 1,2 y 3	Trimestre 1º
<p>A través de esta UD el alumnado comienza a trabajar la CF y competencia motriz a través de las combas. Conocerá un elemento clave para la mejora de la Cf y Competencia motriz y comenzará a ser consciente de su nivel de partida. Todo ello a través de un trabajo autónomo .</p>		<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA</p>
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>Criterio 2.1 Criterio 1.3 Criterio 3.2 Criterio 3.3</p> <p>Criterio 2.3 Criterio 3.1. Criterio 3.41</p>		<p>Saberes básicos</p> <p>. A.1.2.7 A.3.2.2. B.4.2.1 C.4.2.1. D.2.2.1</p> <p>A.2.2.1 A.3.2.3 B.5.2.2. D.1.2.1 E.4.2.3</p> <p>A.2.2.2 B.2.2.2. C.2.2.1 D.1.2.2. E</p> <p>A.3.2.1 B.3.2.1 C.3.2.1 D.1.2.3.</p>
<p>Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.</p>		<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Carné de combas. Registros anecdóticos. Lista tareas calentamiento</p>

UD 3 “ Baloncesto 1 ”	C específicas: 1,2 y 3	Trimestre 1º
A través de esta UD el alumnado el alumnado comienza con el trabajo de deportes de invasión		Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		Saberes básicos
Criterio 1.5	Criterio 1. 6	Criterio2.3
Criterio 3.2	Criterio 2.2	Criterio 3.1.
Criterio 4.2	A.2.2.2 A.3.2.1. A.3.2.2. B.1.2.1. B.2.2.2. C.1.2.2. C.1.2.3. C.1.2.4. C.1.2.5. C.2.2.1. C.4.2.1. D.1.2.1 D.1.2.2. D.1.2.3. D.2.2.1. D.3.2.1 D.3.2.2. D.4.2.1. E.4.2.3 E.5.2.1.	
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo. Modelo comprensivo técnico táctico Situación aprendizaje: “La NBA llega al IES SAN JOSÉ”		Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Rúbrica técnico táctica. Registros anecdóticos.

UD 2 “ Nos ponemos fuertes ”	C Específicas: 1,2 y 3	Trimestre 1º
A través de esta UD el alumnado el alumnado comienza con el trabajo específico de fuerza y conocerá la importancia del mismo de cara a la salud y calidad de vida		Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1.1 Criterio 1.2. Criterio 1.3 Criterio 1.5. Criterio 1.6. Criterio 4.2.		Saberes básicos A.1.2.2 A.1.2.4. A.1.2.4. A.1.2.7. A.3.2.1. A.3.2.2. A.3.2.3. B.3.2.1 C.3.2.1 C.3.2.2. D.1.2.1 D.1.2.2. D.1.2.3. D.2.2.1. D.3.2.1 D.3.2.2. D.4.2.1.
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.		Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Lista control ejercicios fuerza. Hoja de evaluación de la CF. Registros anecdóticos.

UD 5 Evaluación de la Condición Física	C Específicas: 1,2,3	Trimestre 2º
A través de esta UD el alumnado será consciente de su nivel actual de condición física y la relación del mismo con la salud futura		Competencias Clave CCL, CE, CD, CPSAA, CCEC , STEM
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1.1 Criterio 1.2. Criterio 1.3 Criterio 1.5. Criterio 1.6. Criterio 4.2.		Saberes básicos A.1.2.2 A.1.2.4. A.1.2.4. A.1.2.7. A.3.2.1. A.3.2.2. A.3.2.3. B.3.2.1 C.3.2.1 C.3.2.2. D.1.2.1 D.1.2.2. D.1.2.3. D.2.2.1. D.3.2.1 D.3.2.2. D.4.2.1.
Metodología: Retos individuales, asignación de tareas		Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación. Informe resultados test condición física Registros anecdóticos.

UD 4 “ Bailes ”	C Específicas: 3 y 4	Trimestre 1º
<p>A través de esta UD el alumnado el alumnado comienza con el trabajo de ritmo bajo soporte musical a través de bailes tradicionales de otros países y bailes actuales</p>	<p>Competencias Clave CCL, CD, CPSAA, CCEC</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>Criterio 3.3. Criterio 2.1 Criterio 3.4. Criterio 4.2 Criterio 4.3 Criterio 4.4. Criterio 4.5</p>	<p>Saberes básicos</p> <p>D.1.2.1 D.1.2.2. D.1.2.3. D.2.2.1. D.3.2.1 D.3.2.2. D.4.2.1.</p> <p>E.2.2.1. E.2.2.2. E.2.2.3. E.2.2.4 E.2.2.5</p> <p>E.3.2.1. E.3.2.2</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.</p> <p>Situación aprendizaje “ Creamos un espectáculo “</p>	<p>Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación. Rúbrica ritmo. Registros anecdóticos. Cuestionario classroom</p>	

UD 6 “ Orientación 1 ”	C Específicas: 1,2,3 y 5	Trimestre 2º	
A través de esta UD el alumnado comprenderá y aprenderá los aspectos básicos ligados al deporte de orientación		Competencias Clave CCL, CE, CD, CPSAA, CCEC , STEM	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 5.1. Criterio 5.2 Criterio 5.3 Criterio 2.1 Criterio 4.2 Criterio 3.4. Criterio 3.3. Criterio 3.2 Criterio 3.1. Criterio . 2.3 Criterio 2.2 Criterio 1.5.		Saberes básicos A.2.2.2. A.3.2.1. A.3.2.2. A.3.2.3. B.2.2.2. B.3.2.1. B.4.2.1. B.5.2.2. D.1.2.1 D.1.2.2. D.1.2.3. D.2.2.1. D.3.2.1 D.3.2.2. D.4.2.1. C.3.2.1. C.4.2.1 C.5.2.1. C.6.2.1 D.4.2.2. F.1.2.1 F.1.2.2. F.1.2.3. F.1.2.3. F.2.2.2.	

Metodología: Retos individuales, asignación de tareas ,
Situación aprendizaje “ El raid de aven

Instrumentos de evaluación Rúbrica de participaciónLista control
. Registros anecdóticos. Cuestionario classroom

UD 7 “ Deportes de pala 1 ”	C Específicas: 1,2,3	Trimestre 2º
A través de esta UD el alumnado comprenderá y aprenderá los aspectos básicos ligados a los deportes de pala de cancha dividida	Competencias Clave CCL, CE, CD, CPSAA, CCEC , STEM	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN DXT: Criterio 2.1 Criterio . 2.3 Criterio 2.2 Criterio 4.2 Criterio 3.4. Criterio 3.3. Criterio 3.2 Criterio 3.1. 2 Criterio 4.2	Saberes básicos DXT: A.1.2.7 A.2.2.2. A.2.2.3 A.3.2.1 A.3.2.2 A.3.2.3. B.1.2.1. B.3.2.1 B.4.2.1 B.4.2.3. B.5.2.2. C.1.2.1. C.1.2.2. C.1.2.3. C.1.2.4. C.1.2.5. C.2.2.1 C.4.2.1. C.5.2.1. Emo:D.1.2.1 D.1.2.2. D.1.2.3. D.2.2.1. D.3.2.1 D.3.2.2. D.4.2.1.	
Metodología: Retos individuales, asignación de tareas , Modelo comprensivo Situación Aprendizaje: Torneo gran Slam	Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación. Lista control niveles pala. Registros anecdóticos. Cuestionario classroom	

UD 8 Atletismo	C Específicas: 1,2,3	Trimestre	2º
A través de esta UD el alumnado continúa con la mejora del conocimiento que tiene de la condición físico		Competencias Clave CCL, CE, CD, CPSAA, CCEC , STEM	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		Saberes básicos	
CF: Criterio 1.1 Criterio 1.2 Criterio 1.3 TODOS: Criterio 1.5 Criterio 2.1. Criterio 4.2 DXT: Criterio 2.1 Criterio . 2.3 Criterio 2.2 Criterio 3.4. Criterio 3.3. Criterio 3.2 Criterio 3.1. Criterio 4.2		DXT: A.1.2.7 A.2.2.2. A.2.2.3 A.3.2.1 A.3.2.2 A.3.2.3. B.1.2.1. B.3.2.1 B.4.2.1 B.4.2.3. B.5.2.2. C.1.2.1. C.1.2.2. C.1.2.3. C.1.2.4. C.1.2.5. C.2.2.1 C.4.2.1. C.5.2.1. Emo:D.1.2.1 D.1.2.2. D.1.2.3. D.2.2.1. D.3.2.1 D.3.2.2. D.4.2.1.	
Metodología: Retos individuales, asignación de tareas , Modelo comprensivo Situación de aprendizaje ·Somos olímpicos”		Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación. Lista control niveles resistencia . Registros anecdóticos. Cuestionario classroom	

UD 9 Salud	C Específicas: 1,2,3	Trimestre 2º
A través de esta UD el alumnado adquirirá los conocimientos básicos de alimentación primeros auxilios y postura	Competencias Clave CCL, CE, CD, CPSAA, CCEC , STEM	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN CF: Criterio 1.1 Criterio 1.2 Criterio 1.3 TODOS: Criterio 1.5 Criterio 2.1. Criterio 4.2 PAUX Criterio 1.4 Criterio 1.5.	Saberes básicos A.1.2.3. A.1.2.4. A.1.2.5. A.2.2.1 Emo:D.1.2.1 D.1.2.2. D.1.2.3. D.2.2.1. D.3.2.1 D.3.2.2. D.4.2.1. Común: A.3.2.3 A.3.2.2. A.3.2.4. PAUX: B.6.2.1 B.6.2.2 B.6.2.3. B.6.2.4. B.6.2.5	
Metodología: Retos individuales, asignación de tareas , Situación de aprendizaje "Emergencia en el IES SAN JOSÉ"	Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación. Lista control Pauxilios. Registros anecdóticos. Lista control trabajo Paux	

UD 10 Deportes alternativos	C Específicas: 1,2,3	Trimestre 2º
A través de esta UD el alumnado conocerá y practicará nuevos deportes : pinfuvote, coldball , touch rugby, etc		Competencias Clave CCL, CE, CD, CPSAA, CCEC , STEM
CRITERIOS DE EVALUACIÓN CF: Criterio 1.1 Criterio 1.2 Criterio 1.3 TODOS: Criterio 1.5 Criterio 2.1. Criterio 4.2 DXT: Criterio 2.1 Criterio . 2.3 Criterio 2.2 Criterio 3.4. Criterio 3.3. Criterio 3.2 Criterio 3.1. Criterio 4.2		Saberes básicos DXT: A.1.2.7 A.2.2.2. A.2.2.3 A.3.2.1 A.3.2.2 A.3.2.3. B.1.2.1. B.3.2.1 B.4.2.1 B.4.2.3. B.5.2.2. C.1.2.1. C.1.2.2. C.1.2.3. C.1.2.4. C.1.2.5. C.2.2.1 C.4.2.1. C.5.2.1. Emo:D.1.2.1 D.1.2.2. D.1.2.3. D.2.2.1. D.3.2.1 D.3.2.2. D.4.2.1.
Metodología: Retos individuales, asignación de tareas ,		Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación. Lista control . Registros anecdóticos. Rúbrica técnico táctica. Cuestionario de Google

UD 11 Acrosport + Parkour	C Específicas: 1,2,3	Trimestre 2º
		Competencias Clave CCL, CE, CD, CPSAA, CCEC , STEM
CRITERIOS DE EVALUACIÓN CF: Criterio 1.1 Criterio 1.2 Criterio 1.3 TODOS: Criterio 1.5 Criterio 2.1. Criterio 4.2 DXT: Criterio 2.1 Criterio . 2.3 Criterio 2.2 Criterio 3.4. Criterio 3.3. Criterio 3.2 Criterio 3.1. Criterio 4.2		Saberes básicos DXT: A.1.2.7 A.2.2.2. A.2.2.3 A.3.2.1 A.3.2.2 A.3.2.3. B.1.2.1. B.3.2.1 B.4.2.1 B.4.2.3. B.5.2.2. C.1.2.1. C.1.2.2. C.1.2.3. C.1.2.4. C.1.2.5. C.2.2.1 C.4.2.1. C.5.2.1. Emo:D.1.2.1 D.1.2.2. D.1.2.3. D.2.2.1. D.3.2.1 D.3.2.2. D.4.2.1.
Metodología: Retos individuales, retos de grupo. Asignación de tareas . Trabajo por niveles		Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación. Lista control figuras . Carnet parlour. Registros anecdóticos. Rúbrica coreografía Cuestionario de Google

UD 1 “ Comba 2 ”		Trimestre 1º
A través de esta unidad se dota al alumnado de un recurso para la mejora de la competencia motriz y condición física	Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,2,3,4 TME1	Contenidos Contenidos Efectos del trabajo de fuerza sobre la salud. Combas: lado bueno, lado malo. Comba simple, comba doble. Juegos tradicionales de comba Músculos de la pierna Recopilación de información sobre juegos tradicionales con la comba Reconocimiento lado bueno y lado malo Percepción del ritmo de la comba Realización de ejercicios para mejorar la técnica Experimentación de diferentes posibilidades con los movimientos aprendidos	
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.	Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Carné de combas. Registros anecdóticos.	

2º ESO

UD 2 “ Condición física 2 ”		Trimestre 1º
A través de esta unidad se dota al alumnado de un recurso para la mejora de la competencia motriz y condición física	Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,2,3,4 AFYS 1	Condición física. La resistencia y la fuerza como capacidades básicas como capacidad física Test de resistencia y fuerza Enfermedades derivadas de una mala resistencia y fuerza Fórmula de la frecuencia cardiaca máxima Carrera continua, carrera variable, entrenamiento en circuito, ritmo de carrera. Creación de una ficha personal de control de la intensidad. Trabajo en circuito. ETc Medición de las variables fisiológicas mas importantes en el trabajo de resistencia y fuerza	
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.	Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Lista control batería ejercicios . Registros anecdóticos.	

UD 3 . “ Baloncesto 2 ”		Trimestre 1º
A través de esta unidad se dota al alumnado de un recurso para la mejora de la competencia motriz y condición física	Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,2,3,4 TME 1,2 y 3	Aspectos técnicos: Pases: Lanzamientos Recepciones Bote Aspectos tácticos Ocupación del espacio Desmarques Aspectos reglamentarios Nº jugadores Cambios Posibilidad de desplazamiento con balón Zonas prohibidas Faltas Práctica de juegos como familiarización Aprendizaje de las técnicas básicas	
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.	Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Rúbrica técnica táctica Registros anecdóticos.	

UD 4 . “ Bailes ”		Trimestre 1º
A través de esta unidad se dota al alumnado de un recurso para la mejora de la competencia motriz y condición física	Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,2,3,4 EAM1 TME 3	Danzas tradicionales del mundo, Danza moderna. Zumba .Realización de diferentes corografías. Creación de una coreografía en equipo.	
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.	Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Rúbrica baile Registros anecdóticos.	

UD 5 . “ Evaluación de la CF ”		Trimestre 2º
<p>A través de esta unidad se dota al alumnado de un recurso para la mejora de la competencia</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,2,3, AFYS 1 y 2</p>	<p>Condición física, Capacidades Físicas Básicas: Fuerza, Resistencia, Flexibilidad, Velocidad, Enfermedades derivadas de una mala condición física, Test de condición física, Realización de pruebas de condición física, Creación de una ficha personal de condición física. Valoración de la importancia de una buena condición física</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Lista control CF. Registros anecdóticos.</p>	

UD 6 . “ Condición Física 2 ”		Trimestre 2º
A través de esta unidad se dota al alumnado de un recurso para la mejora de la competencia	Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,2,3, AFYS 1 y 2	Condición físicaLa resistencia como capacidad física Test de resistencia Enfermedades derivadas de una mala resistencia Fórmula de la frecuencia cardiaca máxima Carrera continua, carrera variable, entrenamiento en circuito, ritmo de carrera. Creación de una ficha personal de control de la intensidad Medición de las variables fisiológicas mas importantes en el trabajo de resistencia Práctica de diferentes sistemas de entrenamiento Elaboración de un póster Valoración de la importancia de una buena condición física Respeto hacia los compañeros	
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.	Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Lista control CF. Carnet de resistencia Registros anecdóticos.	

UD 7 .“ Orientación 2 ”		Trimestre 2 ^o
<p>A través de esta unidad se dota al alumnado de un recurso para la mejora de la competencia</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>G1,2,3,</p> <p>AFYS 1 y 2</p> <p>TME1</p>	<p>El deporte de orientación Senderismo. Concepto Tipos de senderos. Signos senderismo Signos naturales Puntos cardinales Técnicas básicas orientación: Signos naturales para orientarse. Normas de seguridad Meteorología (formación en la red) Elaboración de mapas Carreras de orientación Elaboración de un sendero por el centro y alrededores Práctica de Juegos de orientación Disposición favorable a la práctica de actividades físicas.</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Lista control orientación . Registros anecdóticos.</p>	

UD 8 . “ Deportes de Pala 2 ”		Trimestre 2º
A través de esta unidad se dota al alumnado de un recurso para la mejora de la competencia motriz y la Cf como es el bádminton	Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,2,3, TME1 y TME 2	Aspectos técnicos: Saque Golpeos defensivos. Golpeos de ataque. Aspectos tácticos Aspectos reglamentarios Marcador Zonas prohibidas Acciones permitidas. Acciones prohibidas Práctica de juegos como familiarización Aprendizaje de las técnicas básicas Visualización de un video Realización de ejercicios de mejora de la técnica Realización de ejercicios de mejora táctica Realización de partidos Deportividad	
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.	Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Carnet de Bádminton Registros anecdóticos.	

UD 9 .“ SOS (SALUD) ”		Trimestre 2 ^o
<p>A través de esta unidad se dota al alumnado del conocimiento básico necesario para aplicar los primeros auxilios ante diferentes situaciones</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,,3, 4</p>	<p>Tipos de transporte de heridos; cuchara y auxiliares alternados. Medidas preventivas en la práctica físico deportiva y tipos de lesiones. Protocolo de salvamento; primera y segunda valoración. El concepto de salud, calidad de vida y prevención en la sociedad actual.</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Enseñanza recíproca</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Registros anecdóticos.</p>	

UD 10 .“ Voley Playa 2 ”		Trimestre 3 ^o
<p>A través de esta unidad se dota al alumnado del conocimiento básico necesario para comenzar con esta disciplina deportiva</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>G1,,3, 4</p> <p>TME 1,2 y 3</p>	<p>Aspectos técnicos: Saque Golpeos defensivos. Golpeos de ataque. Aspectos tácticos Aspectos reglamentarios Marcador Zonas prohibidas Acciones permitidas. Acciones prohibidas Práctica de juegos como familiarización Aprendizaje de las técnicas básicas Visualización de un video Realización de ejercicios de mejora de la técnica Realización de ejercicios de mejora táctica Realización de partidos Deportividad</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Enseñanza recíproca. Trabajo por niveles</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Registros anecdóticos. Rúbrica técnico táctica</p>	

UD 11 .“ Acrosport 2”		Trimestre 3 ^o
<p>A través de esta unidad se dota al alumnado del conocimiento básico necesario para comenzar con esta disciplina deportiva</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>G1,,3, 4</p> <p>TME 1,2 y 3</p> <p>EAEM 1</p>	<p>Acrosport . Características básicas Medidas de seguridad. Roles: Portor, Escalador Puntos de apoyo Posiciones básicas Bancos . Equilibrios. Equilibrios invertidos Carretillas Presas: Muñeca, brazo, cruzado Realización de diferentes ejercicios conciencia corporal Practica de loas diferentes figuras Elaboración de una coreografía con las diferentes figuras vistas Cuidado y respeto por los compañeros Disposición favorable a la práctica de actividades físicas</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Enseñanza recíproca. Trabajo por niveles</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Registros anecdóticos. Lista Control figuras . Rúbrica coreografía acrosport</p>	

UD 12 . “ Deportes alternativos ”		Trimestre 3 ^o
<p>A través de esta unidad se dota al alumnado del conocimiento básico necesario para comenzar con esta disciplina deportiva</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>G1,,3, 4</p> <p>TME 1,2 y 3</p>	<p>Elementos técnicos tácticos y reglamentarios de: Pinfuvote, dodgeball, Nockball, Coldball</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Enseñanza recíproca. Trabajo por niveles</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Registros anecdóticos. . Rúbrica técnico táctica</p>	

UD 1 “ Comba 3 ”	C específicas: 1,2 y 3	Trimestre 1º
<p>A través de esta UD el alumnado comienza a trabajar la CF y competencia motriz a través de las combas. Profundiza en las técnicas trucos y posibilidades de la comba</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>Criterio 2.1 Criterio 1.3 Criterio 3.2 Criterio 3.3</p> <p>Criterio 2.3 Criterio 3.1. Criterio 3.4</p>	<p>Saberes básicos</p> <p>. CF : A.1.4.1 A.1.4.2. A.1.4.7 A.2.4.2. A.3.4.2 A.3.4.4</p> <p>A.3.4.5 B.2.4.1. B.3.4.1 B.4.4.2 B.5.4.1</p> <p>Indv: C.1.4.1 C.1.4.2.</p> <p>CAp coord: C.3.4.1. C .3.4.3. C.3.4.4. C.5.4.1</p> <p>Emo D.1.4.1. D.1.4.2 D.1.4.3 D.2.4.1. D.3.4.1. D.4.4.2.</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Carné de combas. Registros anecdóticos. Lista tareas calentamiento</p>	

UD 2 “ Fuerza ”	C Específicas: 1,2 y 3	Trimestre 1º
A través de esta UD el alumnado el alumnado comienza con el trabajo específico de fuerza y conocerá la importancia del mismo de cara a la salud y calidad de vida	Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1.1 Criterio 1.2. Criterio 1.3 Criterio 1.5. Criterio 1.6. Criterio 4.2.	Saberes básicos A.1.2.2 A.1.2.4. A.1.2.4. A.1.2.7. A.3.2.1. A.3.2.2. A.3.2.3. B.3.2.1 C.3.2.1 C.3.2.2. D.1.2.1 D.1.2.2. D.1.2.3. D.2.2.1. D.3.2.1 D.3.2.2. D.4.2.1. C.4.4.2. C.3.4.4 C.3.4.3.	
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.	Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Lista control ejercicios fuerza. Hoja de evaluación de la CF. Registros anecdóticos.	

UD 3 “ Baloncesto 3”	C específicas: 1,2 y 3	Trimestre 1º
<p>A través de esta UD el alumnado el alumnado profundiza en esta modalidad deportiva</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>Criterio 1.5 Criterio 1. 6 Criterio2.3 Criterio 3.2</p> <p>Criterio 2.2 Criterio 3.1. Criterio 4.2</p>	<p>Saberes básicos</p> <p>A.2.2.2 A.3.2.1. A.3.2.2. B.1.4.1. B.2.4.2. C.1.2.2.</p> <p>C.1.4.3. C.1.4.4. C.1.4.5. C.2.4.1. C.4.4.1.</p> <p>D.1.4.1 D.1.4.2. D.1.4.3. D.2.4.1. D.3.4.1 D.3.4.2.</p> <p>D.4.4.1. E.4.4.3 E.5.4.1.</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo. Modelo comprensivo técnico táctico</p> <p>Situación aprendizaje: “La NBA llega al IES SAN JOSÉ”</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Rúbrica técnico táctica. Registros anecdóticos.</p>	

UD 4 “ Bailes ”	C Específicas: 3 y 4	Trimestre 1º
<p>A través de esta UD el alumnado el alumnado profundiza con el trabajo de ritmo bajo soporte musical a través de bailes tradicionales de otros países y bailes actuales</p>	<p>Competencias Clave CCL, CD, CPSAA, CCEC</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>Criterio 3.3. Criterio 2.1 Criterio 3.4. Criterio 4.2 Criterio 4.3 Criterio 4.4. Criterio 4.5</p>	<p>Saberes básicos</p> <p>D.1.4.1 D.1.4.2. D.1.4.3. D.2.4.1. D.3.4.1 D.3.4.2. D.4.4.1. E.2.4.1. E.2.4.2. E.2.4.3. E.2.4.4 E.2.4.5 E.3.4.1. E.3.4.2</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.</p>	<p>Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación. Rúbrica ritmo. Registros anecdóticos. Cuestionario classroom</p>	

UD 6 “ Orientación 3 ”	C Específicas: 1,2,3 y 5	Trimestre 2º
Física	A través de esta UD el alumnado comprenderá y aprenderá los	Competencias Clave
Aspectos básicos de la salud de la orientación de su nivel actual	de su nivel actual	Competencias Clave CCAA, CCEC , STEM
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	relación del mismo con la salud futura	Saberes básicos
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 5.3 Criterio 2.1 Criterio 4.12 Criterio 3.4.2. Criterio 1.5. Criterio 1.6. Criterio . 2.3 Criterio 2.2 Criterio 4.2.		Saberes básicos A.2.4.2. A.3.4.1. A.3.4.2. B.2.4.2. B.3.4.1. B.4.4.2. B.5.4.2. A.1.4.4. A.1.4.7. D.3.4.1. D.1.4.2. D.1.4.3. D.2.4.1. B.3.4.1. D.3.4.2. E.3.4.1. C.3.4.2. B.3.4.1. C.4.4.1. C.5.4.1. D.2.4.1. D.3.4.1. D.4.4.2. D.3.4.2. D.1.4.1. C.4.4.2. F.1.4.3. F.1.4.3. F.2.4.2.
Metodología: Retos individuales, asignación de tareas , Situación aprendizaje . Preparando el CEXCEO		Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación Información control Registro de los test condición física Registro de los síntomas.

UD 7 “ Deportes de pala 3 ”	C Específicas: 1,2,3	Trimestre 2º
A través de esta UD el alumnado comprenderá y aprenderá los aspectos más avanzados ligados a los deportes de pala de cancha dividida	Competencias Clave CCL, CE, CD, CPSAA, CCEC , STEM	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN DXT: Criterio 2.1 Criterio . 2.3 Criterio 2.2 Criterio 4.2 Criterio 3.4. Criterio 3.3. Criterio 3.2 Criterio 3.1. 2 Criterio 4.2	Saberes básicos DXT: A.1.4.7 A.2.4.2. A.2.4.3 A.3.4.1 A.3.4.2 A.3.4.3. B.1.4.1. B.3.4.1 B.4.4.1 B.4.4.3. B.5.4.2. C.1.4.1. C.1.4.2. C.1.4.3. C.1.4.4. C.1.4.5. C.2.4.1 C.4.4.1. C.5.4.1. Emo:D.1.4.1 D.1.4.2. D.1.4.3. D.2.4.1. D.3.4.1 D.3.4.2. D.4.4.1.	
Metodología: Retos individuales, asignación de tareas , Modelo comprensivo Situación Aprendizaje: Torneo de centro	Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación. Lista control niveles pala. Registros anecdóticos. Cuestionario classroom	

UD 8 Resistencia	C Específicas: 1,2,3	Trimestre 2º
A través de esta UD el alumnado continúa con la mejora del conocimiento que tiene de la condición físico		Competencias Clave CCL, CE, CD, CPSAA, CCEC , STEM
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1.1 Criterio 1.2 Criterio 1.3 Criterio 1.5 Criterio 2.1. Criterio 4.2 Criterio 2.1 Criterio . 2.3 Criterio 2.2 Criterio 3.4. Criterio 3.3. Criterio 3.2 Criterio 3.1. Criterio 4.2		Saberes básicos DXT: A.1.4.7 A.2.4.2. A.2.4.3 A.3.4.1 A.3.4.2 A.3.4.3. B.1.4.1. B.3.4.1 B.4.4.1 B.4.4.3. B.5.4.2. C.1.4.1. C.1.4.2. C.1.4.3. C.1.4.4. C.1.4.5. C.2.4.1 C.3.4.3 C.3.4.4. C.4.4.1. C.4.4.2. C.5.4.1. :D.1.4.1 D.1.4.2. D.1.4.3. D.2.4.1. D.3.4.1 D.3.4.2. D.4.4.1.
Metodología: Retos individuales, asignación de tareas , Modelo comprensivo Situación de aprendizaje . Reto media maratón		Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación. Lista control niveles resistencia . Registros anecdóticos. Cuestionario classroom

UD 9 Salud	C Específicas: 1,2,3	Trimestre 2º
A través de esta UD el alumnado adquirirá los conocimientos avanzados de alimentación primeros auxilios y postura	Competencias Clave CCL, CE, CD, CPSAA, CCEC , STEM	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1.1 Criterio 1.2 Criterio 1.3 TODOS: Criterio 1.5 Criterio 2.1. Criterio 4.2 PAUX Criterio 1.4 Criterio 1.5.	Saberes básicos A.1.4.3. A.1.4.4. A.1.4.5. A.2.4.1 Emo:D.1.4.1 D.1.4.2. D.1.4.3. D.2.4.1. D.3.4.1 D.3.4.2. D.4.4.1. Común: A.3.4.3 A.3.4.2. A.3.4.4. PAUX: B.6.4.1 B.6.4.2 B.6.4.3. B.6.4.4. B.6.4.5 B6.4.6	
Metodología: Retos individuales, asignación de tareas , Situación de aprendizaje "Emergencia en el IES SAN JOSÉ"	Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación. Lista control Pauxilios. Registros anecdóticos. Lista control trabajo Paux	

UD 10 “ VOLEY PLAYA 3 ”	C específicas: 1,2 y 3	Trimestre 1º
<p>A través de esta UD el alumnado profundiza en el conocimiento de esta disciplina deportiva</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>Criterio 1.5 Criterio 1. 6 Criterio2.3 Criterio 3.2</p> <p>Criterio 2.2 Criterio 3.1. Criterio 4.2</p>	<p>Saberes básicos</p> <p>A.2.4.2 A.3.4.1. A.3.4.2. B.1.4.1. B.2.4.2. C.1.4.2.</p> <p>C.1.4.3. C.1.4.4. C.1.4.5. C.2.4.1. C.4.4.1.</p> <p>D.1.4.1 D.1.4.2. D.1.4.3. D.2.4.1. D.3.4.1 D.3.4.2.</p> <p>D.4.4.1. E.4.4.3 E.5.4.1.</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo. Modelo comprensivo técnico táctico</p> <p>Situación aprendizaje: “La NBA llega al IES SAN JOSÉ”</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Rúbrica técnico táctica. Registros anecdóticos.</p>	

UD 11 Acrosport	C Específicas: 1,2,3	Trimestre 2º
El alumnado profundiza en esta modalidad deportiva poniendo énfasis en el trabajo grupal	Competencias Clave CCL, CE, CD, CPSAA, CCEC , STEM	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1.1 Criterio 1.2 Criterio 1.3 Criterio 1.5 Criterio 2.1. Criterio 4.2 Criterio 2.1 Criterio . 2.3 Criterio 2.2 Criterio 3.4. Criterio 3.3. Criterio 3.2 Criterio 3.1. Criterio 4.2	Saberes básicos A.1.4.7 A.2.4.2. A.2.4.3 A.3.4.1 A.3.4.2 A.3.4.3. B.1.4.1. B.3.4.1 B.4.4.1 B.4.4.3. B.5.4.2. C.1.4.1. C.1.4.2. C.1.4.3. C.1.4.4. C.1.4.5. C.2.4.1 C.4.4.1. C.5.4.1. D.1.4.1 D.1.4.2. D.1.4.3. D.2.4.1. D.3.4.1 D.3.4.2. D.4.4.1.	
Metodología: Retos individuales, retos de grupo. Asignación de tareas . Trabajo por niveles	Instrumentos de evaluación Rúbrica de participación. Lista control figuras . Registros anecdóticos. Rúbrica coreografía Cuestionario de Google	

UD 12 “ Ultimate ”	C específicas: 1,2 y 3	Trimestre 1º
<p>A través de esta UD el alumnado el alumnado profundiza en esta modalidad deportiva</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>Criterio 1.5 Criterio 1. 6 Criterio2.3 Criterio 3.2</p> <p>Criterio 2.2 Criterio 3.1. Criterio 4.2</p>	<p>Saberes básicos</p> <p>A.2.4.2 A.3.4.1. A.3.4.2. B.1.4.1. B.2.4.2. C.1.2.2.</p> <p>C.1.4.3. C.1.4.4. C.1.4.5. C.2.4.1. C.4.4.1.</p> <p>D.1.4.1 D.1.4.2. D.1.4.3. D.2.4.1. D.3.4.1 D.3.4.2.</p> <p>D.4.4.1. E.4.4.3 E.5.4.1.</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo. Modelo comprensivo técnico táctico</p> <p>Situación aprendizaje: Torneo fin de curso</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Rúbrica técnico táctica. Registros anecdóticos.</p>	

UD 1 “ Comba 4 ”		Trimestre 1º
A través de esta unidad se dota al alumnado de un recurso para la mejora de la competencia motriz y condición física	Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,2,3,4 AFYS 1 TME1	Contenidos Contenidos Efectos del trabajo de fuerza sobre la salud. Combas: lado bueno, lado malo. Comba simple, comba doble. Juegos tradicionales de comba Músculos de la pierna Reconocimiento lado bueno y lado malo Percepción del ritmo de la comba Realización de ejercicios para mejorar la técnica Experimentación de diferentes posibilidades con los movimientos aprendidos	
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.	Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Carné de combas. Registros anecdóticos.	

UD 3 .“ Baloncesto 4 ”		Trimestre 1º
A través de esta unidad se dota al alumnado de un recurso para la mejora de la competencia motriz y condición física	Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,2,3,4 TME 1,2 , 3 , 4 y 5	Aspectos técnicos: Pases: Lanzamientos Recepciones Bote Aspectos tácticos Ocupación del espacio Desmarques Aspectos reglamentarios Nº jugadores Cambios Posibilidad de desplazamiento con balón Zonas prohibidas Faltas Práctica de juegos como familiarización Aprendizaje de las técnicas básicas	
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.	Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Rúbrica técnico táctica Registros anecdóticos.	

UD 4 . “ Bailes ”		Trimestre 1º
A través de esta unidad se dota al alumnado de un recurso para la mejora de la competencia motriz y condición física	Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,2,3,4 EAM1 TME 3 , 4 y 5	Danzas tradicionales del mundo, Danza moderna. Zumba .Realización de diferentes corografías. Creación de una coreografía en equipo.	
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.	Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Rúbrica baile Registros anecdóticos.	

UD 5 . “ Evaluación de la CF ”		Trimestre 2º
<p>A través de esta unidad se dota al alumnado de un recurso para la mejora de la competencia</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>G1,2,3 y 4</p> <p>AFYS 1</p>	<p>Condición física, Capacidades Físicas Básicas: Fuerza, Resistencia, Flexibilidad, Velocidad, Enfermedades derivadas de una mala condición física, Test de condición física, Realización de pruebas de condición física, Creación de una ficha personal de condición física. Valoración de la importancia de una buena condición física</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Lista control CF. Registros anecdóticos.</p>	

UD 6 . “ Condición Física 4 ”		Trimestre 2º
A través de esta unidad se profundiza en el conocimiento de la condición física y sus procesos de mejora	Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,2,3, AFYS 1	Condición física La resistencia como capacidad física Test de resistencia Enfermedades derivadas de una mala resistencia Fórmula de la frecuencia cardiaca máxima Carrera continua, carrera variable, entrenamiento en circuito, ritmo de carrera. Creación de una ficha personal de control de la intensidad Medición de las variables fisiológicas mas importantes en el trabajo de resistencia Práctica de diferentes sistemas de entrenamiento Elaboración de un póster Valoración de la importancia de una buena condición física Respeto hacia los compañeros	
Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.	Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Lista control CF. Carnet de resistencia Registros anecdóticos.	

UD 7 .“ Orientación 4 ”		Trimestre 2 ^o
<p>A través de esta unidad profundiza en este contenido de actividades en el medio natura</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>G1,2,3,</p> <p>AFYS 1</p> <p>TME1 y 5</p>	<p>El deporte de orientación Modalidades Técnicas básicas orientación: Signos naturales para orientarse. Normas de seguridad Meteorología (lformación en la red) Elaboración de mapas Carreras de orientación Elaboración de un sendero por el centro y alrededores Práctica de Juegos de orientación Disposición favorable a la práctica de actividades físicas.</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Lista control orientación . Registros anecdóticos.</p>	

UD 8 . “ Deportes de Pala 4 ”		Trimestre 2 ^o
<p>A través de esta unidad se dota al alumnado de un mejor conocimiento de las modalidades de pala</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>G1,2,3,</p> <p>TME1 y TME 2 TME 3 , 4 y 5</p>	<p>Aspectos técnicos del pickleball, bádminton y pádel Saque Golpeos defensivos. Golpeos de ataque. Aspectos tácticos Aspectos reglamentarios Marcador Zonas prohibidas Acciones permitidas. Acciones prohibidas Práctica de juegos como familiarización Aprendizaje de las técnicas básicas Visualización de un video Realización de ejercicios de mejora de la técnica Realización de ejercicios de mejora táctica Realización de partidos Deportividad</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Trabajo por niveles. Retos individuales y de grupo.</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Carnet de Bádminton Registros anecdóticos.</p>	

UD 9 .“ SOS (SALUD) 4 ”		Trimestre 3 ^o
<p>A través de esta unidad se dota al alumnado del conocimiento intermedio necesario para aplicar los primeros auxilios ante diferentes situaciones de emergencia</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1,,3, 4</p>	<p>Tipos de transporte de heridos; cuchara y auxiliares alternados. Medidas preventivas en la práctica físico deportiva y tipos de lesiones. Protocolo de salvamento; primera y segunda valoración. El concepto de salud, calidad de vida y prevención en la sociedad actual. RCP: Maniobra Hemlich</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Enseñanza recíproca</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Registros anecdóticos.</p>	

UD 10 .“ Voley Playa 4 ”		Trimestre 3 ^o
<p>A través de esta unidad se dota al alumnado del conocimiento básico necesario para comenzar con esta disciplina deportiva</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>G1,2,3, 4</p> <p>TME 1,2,3,4 y 5</p>	<p>Aspectos técnicos: Saque Golpeos defensivos. Golpeos de ataque. Aspectos tácticos Aspectos reglamentarios Marcador Zonas prohibidas Acciones permitidas. Acciones prohibidas Práctica de juegos como familiarización Aprendizaje de las técnicas básicas Visualización de un video Realización de ejercicios de mejora de la técnica Realización de ejercicios de mejora táctica Realización de partidos Deportividad</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Enseñanza recíproca. Trabajo por niveles</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Registros anecdóticos. Rúbrica técnico táctica</p>	

UD 11 .“ Acrosport 4”		Trimestre 3 ^o
<p>A través de esta unidad se dota al alumnado del conocimiento básico necesario para comenzar con esta disciplina deportiva</p>	<p>Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL</p>	
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>G1,2, 3, 4</p> <p>TME 1,2,3,4 y 5</p> <p>EAEM 1</p>	<p>Acrosport . Características básicas Medidas de seguridad. Roles: Portor, Escalador Puntos de apoyo Posiciones básicas Bancos . Equilibrios. Equilibrios invertidos Carretillas Presas: Muñeca, brazo, cruzado Realización de diferentes ejercicios conciencia corporal Practica de loas diferentes figuras Elaboración de una coreografía con las diferentes figuras vistas Cuidado y respeto por los compañeros Disposición favorable a la práctica de actividades físicas</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Enseñanza recíproca. Trabajo por niveles</p>	<p>Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Registros anecdóticos. Lista Control figuras . Rúbrica coreografía acrosport</p>	

UD 12 .“ ULTIMATE 2 ”		Trimestre 3 ^o
A través de esta unidad se dota al alumnado del conocimiento intermedio de esta disciplina deportiva	Competencias Clave CCL, CP, STEM, CD, CPSAA. CCL	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN G1 2,,3, 4 TME 1,2 , 3 , 4 y 5	Elementos técnicos tácticos y reglamentarios del ultimate	
Metodología Asignación de tareas. Enseñanza recíproca. Trabajo por niveles	Instrumentos de evaluación Cuestionario Classroom. Registros anecdóticos. . Rúbrica técnico táctica	

1º BACHILLERATO

UD "CONDICIÓN FÍSICA I"	C. Específicas: 1, 2 y 5	Trimestre 1º
<p>A través de esta UD, el alumnado autoevalúa y comienza a trabajar su CF. Conocerá y pondrá en práctica distintos métodos de entrenamientos asociados a las capacidades físicas, para posteriormente, diseñar un programa personal de entrenamiento adaptado a sus características.</p>	<p>Competencias Claves CCL, STEM, CD, CPSAA, CE</p>	<p>DESCRIPTORES CCL3, STEM4, CD2, CPSAA5, CE1</p>
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>Criterio 1.1 Criterio 1.2 Criterio 1.4 Criterio 1.5 Criterio 2.1 Criterio 5.1 Criterio 5.2</p>	<p>Saberes Básicos</p> <p>A.1.1. A.1.2. A.1.3. A.1.4. A.1.5. A.1.7. A.1.8. A.1.9. A.1.10. A.2.1. A.2.2. A.2.3. A.3.1. A.3.2. A.3.3. B.1. B.2. B.3.1. B.3.2. B.3.3. C.3.1. C.3.2. C.3.3. F.2.1. F.4.2. F.5.2.</p>	
<p>Metodología Individualización por grupos. Microenseñanza. Asignación de tareas.</p>	<p>Instrumentos de Evaluación Ficha CF Classroom. Rúbrica sesión/planificación. Registros anecdóticos. Test de CF</p>	

UD "P13FIT" COMBA+EC	C. Específicas: 1, 2, 3 y 4	Trimestre 1º
<p>P13Fit, Fun Intensive Training, es un concepto basado en el salto a la cuerda con base musical. Saltar a a la cuerda al ritmo de la música, supone una sincronización de pasos y movimientos, siendo la exigencia adaptada a todos los niveles. Su incorporación supone una forma de darle continuidad al trabajo de CF a través de una nueva tendencia de entrenamiento, incorporando a su vez, actividades rítmicas y musicales.</p>	<p>Competencias Claves CCL, CP, CD, CPSAA, CC, CE, CCEC</p>	<p>DESCRIPTORES CCL1, CP1, CD2, CPSAA2, CC3, CE1, CCEC3,2</p>
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1.1 Criterio 1.4 Criterio 1.5 Criterio 2.3 Criterio 3.1 Criterio 3.2 Criterio 4.1 Criterio 4.2 Criterio 4.3 Criterio 4.4.</p>	<p>Saberes Básicos</p> <p>A.1.1. A.1.3. A.1.4. A.1.5. A.1.7. A.2.1. A.2.5 B.1. B.2.3. B.3.1. B.3.2. B.3.3. C.4.1. C.4.2. C.5.1. C.5.2. E.2.1 E.2.2. E.2.3. E.2.4. E.3.1. E.3.2. E.4.1.</p>	
<p>Metodología Asignación de tareas. Retos individuales y de grupo. Resolución de problemas. Estilos Creativos.</p>	<p>Instrumentos de Evaluación Carnet de combas. Rúbrica Coreografía. Registros anecdóticos.</p>	

UD "BALONCESTO"	C. Específicas: 2 y 3	Trimestre 1º
<p>Mediante esta UD, el alumno pondrá en práctica los principios estratégicos de los deportes de invasión vistos en cursos anteriores, adaptando los mismos a las normas y características básicas del Baloncesto. Deberán aprender a resolver situaciones de juegos propias de este deporte, elaborando estrategias de cooperación-oposición. Asimismo, se practica con corrección las acciones técnicas básicas, incluyendo algunas nuevas de mayor complejidad.</p>	<p>Competencias Claves CPSAA, CC, CE</p>	<p>DESCRIPTORES CPSAA3.2, CC3, CE2</p>
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>Criterio 2.1 Criterio 2.2 Criterio 2.3 Criterio 2.4 Criterio 3.1 Criterio 3.2 Criterio 3.3</p>	<p>Saberes Básicos</p> <p>A.2.4. C.1.1. C.1.2. C.1.3. C.1.4. C.1.5. C.1.6. C.2.1. C.2.2. C.4.1. C.4.2. C.5.2. D.1.1. D.1.2. D.2.1. D.2.2. D.2.3. D.2.4. E.4.1. E.4.3.</p>	
<p>Metodología Modelo comprensivo. Descubrimiento guiado. Resolución de problemas. Mando directo. Asignación de tareas.</p>	<p>Instrumentos de Evaluación</p> <p>Rúbrica acciones técnico-tácticas. Registro anecdótico</p>	

UD “CONDICIÓN FÍSICA II”	C. Específicas: 1, 2 y 5	Trimestre 2º
Una vez analizado el estado de la CF de cada alumno y su evolución tras un proceso de entrenamiento, se establece un reajuste de los objetivos planteados y se trabaja en el desarrollo de las nuevas tendencias de entrenamiento, así como en el uso de aplicaciones móviles.	Competencias Claves CCL, STEM, CD, CPSAA, CE	DESCRIPTORES CCL3, STEM4, CD3, CPSAA2, CE1
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1.1 Criterio 1.2 Criterio 1.4 Criterio 1.5 Criterio 2.1 Criterio 5.1 Criterio 5.2	Saberes Básicos A.1.1. A.1.2. A.1.3. A.1.4. A.1.5. A.1.7. A.1.8. A.1.9. A.1.10. A.2.1. A.2.2. A.2.3. A.3.1. A.3.2. A.3.3. B.1. B.2. B.3.1. B.3.2. B.3.3. C.3.1. C.3.2. C.3.3. F.2.1. F.4.2. F.5.2.	
Metodología Individualización por grupos. Programas individuales. Asignación de tareas.	Instrumentos de Evaluación Ficha Classroom. Rúbrica trabajo. Registros anecdóticos.	

UD "BÁDMINTON"	C. Específicas: 2, 3 y 5	Trimestre 2º
<p>En esta UD, el alumnado ampliará sus conocimientos sobre este deporte, pondrá en práctica y reflexionará acerca de las acciones tácticas y estrategias del mismo mediante situaciones de juego modificadas, y practicará con corrección los golpes básicos más comunes y algunos especiales. Asimismo, se instará a su participación y organización de torneos durante los recreos.</p>	<p>Competencias Claves CCL, CP, CPSAA, CC, CE</p>	<p>DESCRIPTORES CCL1, CP1, CPSAA2, CC3, CE2</p>
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <p>Criterio 2.1 Criterio 2.2 Criterio 2.3 Criterio 2.4 Criterio 3.1 Criterio 3.2 Criterio 3.3 Criterio 5.1</p>	<p>Saberes Básicos</p> <p>A.2.5. B.3.3. C.1.1. C.1.2. C.1.3. C.1.4. C.1.5. C.1.6. C.2.1. C.2.2. C.4.1. C.4.2. C.5.1. C.5.2. D.1.1. D.1.2. D.2.1. D.2.2. D.2.3. D.2.4. E.4.1. E.4.3. F.5.1. F.5.3.</p>	
<p>Metodología Modelo comprensivo. Aprendizaje Cooperativo. Grupos Reducidos. ApS</p>	<p>Instrumentos de Evaluación Ficha análisis de vídeo. Rúbrica aspectos técnico-tácticos. Registros anecdóticos</p>	

UD “DEPORTES ALTERNATIVOS”	C. Específicas: 2, 3, 4 y 5	Trimestre 2º
A través de esta UD, el alumno investiga, inventa, expone y lleva a la práctica, juegos y deportes alternativos, teniendo estos un carácter novedoso y lúdico respecto a las actividades tradicionales y a los deportes más frecuentes de su entorno.	Competencias Claves CCL, CP, CD, CPSAA, CC, CE, CCEC	DESCRIPTORES CCL3, CP1, CD1, CPSAA3.2, CC1, CE2, CCEC2
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 2.1 Criterio 2.2 Criterio 2.3 Criterio 2.4 Criterio 3.1 Criterio 3.2 Criterio 3.3 Criterio 4.1 Criterio 5.1 Criterio 5.2	Saberes Básicos A.2.4. A.2.5. B.1. B.2. B.2.1. B.2.2. B.2.3. C.1.1. C.1.2. C.1.3. C.1.4. C.1.5. C.1.6. C.2.1. C.2.2. C.4.1. C.4.2. D.2.1. D.2.2. D.2.3. D.2.4. E.4.1. E.4.3. E.4.4 E.5.1. E.5.2. F.2.1. F.5.1.	
Metodología Microenseñanza. Estilo creativo. Modificación del mando directo. Asignación de tareas.	Instrumentos de Evaluación Infografía. Rúbrica sesión. Registros anecdóticos	

UD “ORIENTACIÓN”	C. Específicas: 1, 2, 3 y 5	Trimestre 2º
Esta UD, que tiene como fin último valorar la realización de deportes en la naturaleza como medio de disfrute del tiempo libre y mejora de la salud, estará vinculada a una situación de aprendizaje desarrollada por medio de una experiencia real a través de una carrera de orientación en el medio natural utilizando material específico (plano, brújula, tarjetas de control, balizas...)	Competencias Claves STEM, CD, CPSAA, CC, CE	DESCRIPTORES STEM5, CD3, CPSAA2, CC4, CE1
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1.1 Criterio 1.5 Criterio 2.1 Criterio 2.3 Criterio 2.4 Criterio 3.1 Criterio 3.3 Criterio 5.1 Criterio 5.2	Saberes Básicos A.1.1. A.1.3. A.1.7. A.2.5. C.1.1. C.1.3. C.1.5. C.5.2. E.4.1. F.1.2. F.2.1. F.2.2. F.2.3. F.3.1. F.3.2. F.3.3. F.4.1. F.4.2. F.5.3.	
Metodología Resolución de problemas. Descubrimiento guiado. Asignación de tareas. Trabajo coeducativo (Grupos mixtos)	Instrumentos de Evaluación Rúbrica de evaluación. Registro anecdótico	

UD “PRIMEROS AUXILIOS”	C. Específicas: 1 y 5	Trimestre 2º
A través de esta UD, el alumnado aprende a actuar ante accidentes, desplazamientos y transporte de accidentados, aplicando técnicas específicas y protocolos ante alertas. El análisis y la previsión de riesgos asociados a práctica de actividad física y deportiva en el entorno urbano y natural, completan esta situación de aprendizaje	Competencias Claves CCL, STEM, CD, CPSAA	DESCRIPTORES CCL2, STEM5, CD1, CPSAA2
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1.3 Criterio 1.4 Criterio 1.5 Criterio 5.2	Saberes Básicos B.4.1. B.4.2. B.5.1. B.5.2. B.5.3. B.5.4. F.1.1. F.1.2. F.1.3. F.3.1. F.3.2. F.3.3.	
Metodología Enseñanza recíproca. Grupos reducidos. Mando directo. Asignación de tareas. Descubrimiento guiado y resolución de problemas.	Instrumentos de Evaluación Cuestionario Classroom. Infografía. Rúbrica. Registros anecdóticos	

UD “CONDICIÓN FÍSICA III”	C. Específicas: 1, 2 y 5	Trimestre 3º
A modo de evaluación final, se comprueba el grado de consecución de los objetivos planteados, revisando el estado de salud de la persona. Asimismo, esta situación de aprendizaje se vincula a los saberes relacionados especialmente con el Bloque A. Vida Activa y Saludable (dietas equilibradas, higiene postural, hábitos nocivos...)	Competencias Claves CCL, STEM, CD, CPSAA, CE	DESCRIPTORES CCL3, STEM4, CD2, CPSAA5, CE1
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1.1 Criterio 1.2 Criterio 1.4 Criterio 1.5 Criterio 2.1 Criterio 5.1 Criterio 5.2	Saberes Básicos A.1.1. A.1.2. A.1.3. A.1.4. A.1.5. A.1.7. A.1.8. A.1.9. A.1.10. A.2.1. A.2.2. A.2.3. A.3.1. A.3.2. A.3.3. B.1. B.2. B.3.1. B.3.2. B.3.3. C.3.1. C.3.2. C.3.3. F.2.1. F.4.2. F.5.2.	
Metodología Individualización por grupos. Programas individuales. Asignación de tareas.	Instrumentos de Evaluación Ficha CF Classroom. Registros anecdóticos. Test de CF	

UD “SALUD Y NUTRICIÓN”	C. Específicas: 1 y 3	Trimestre 3º
A través de esta UD, el alumnado integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en su programa de actividad física para la mejora de su condición física y salud.	Competencias Claves CCL, STEM, CD, CPSAA, CE	DESCRIPTORES CCL3, STEM4, CD1, CPSAA2, CE1
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1.1 Criterio 1.2 Criterio 1.3 Criterio 1.4 Criterio 1.5 Criterio 1.6	Saberes Básicos A.1.6. A.1.7. A.2.1. A.2.2. A.3.2. A.3.3.	
Metodología Aprendizaje basado en proyectos	Instrumentos de Evaluación Trabajo de balance energético diario (calorías ingeridas/ gastadas) y su análisis con una dieta sana. Rúbrica proyecto. Registros anecdóticos	

2º BACHILLERATO. Optativa Actividad física deporte y ocio activo

UD Pádel y bádminton	C. Específicas: 2, 3 y 5	Trimestre 1º
El alumnado a través de esta unidad profundiza y perfecciona dos deportes de pala y raqueta	Competencias Claves CPSAA, CC, CE	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 3,5,6,7 y 8	Contenidos Creación de torneos de deportes de pala y raqueta Elementos técnicos y tácticos de estos deportes App para crear torneos	
Metodología Modelo Comprensivo. Grupos reducidos. Grupos de nivel. Asignación de tareas.	Instrumentos de Evaluación Ficha análisis de vídeo. Rúbrica acciones técnico-tácticas. Registros anecdóticos	

UD Yoga y Mindfulness		Trimestre 3º
El alumnado profundiza en el deporte de orientación y raids de aventura.	Competencias Claves CPSAA, CC, CE, CMCT	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1,2,3,5,7,8	Contenidos El yoga y el mindfulness. Técnicas. Práctica	
Metodología Asignación de tareas. Enseñanza recíproca	Instrumentos de Evaluación Lista de control Registro anecdótico	

UD Orientación y raid de aventura		Trimestre 3º
El alumnado profundiza en el deporte de orientación y raids de aventura.	Competencias Claves CPSAA, CC, CE	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Contenidos	
Criterio 1,2,3,5,7,8	Raids de aventura. Modalidades del deporte de orientación. Colaboración en la organización de un evento de orientación . Elementos técnicos. Apps de control de resultados	
Metodología Asignación de tareas	Instrumentos de Evaluación	
	Rúbrica acciones técnico-tácticas. Registro anecdótico	

UD Voley playa		Trimestre 3º
El alumnado profundiza en el conocimiento de esta disciplina deportiva	Competencias Claves CPSAA, CC, CE, CMCT	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Contenidos	
Criterio 1,2,3,5,7,8	Elementos técnicos y tácticos del vóley playa. Organización de torneos	
Metodología Asignación de tareas. Enseñanza recíproca .	Instrumentos de Evaluación	
	Lista de control técnico táctica Registro anecdótico.	

UD Fuerza		Trimestre 3º
El alumnado profundiza en el conocimiento de esta capacidad física	Competencias Claves CPSAA, CC, CE, CMCT	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1,2,3,5,7,8	Contenidos Nuevas tendencias en el entrenamiento de fuerza. Uso de aplicaciones móviles . Aspectos positivos y beneficios del trabajo de fuerza	
Metodología Asignación de tareas. Enseñanza recíproca	Instrumentos de Evaluación Lista de control análisis de ejercicios Registro anecdótico.	

UD deportes alternativos		Trimestre 3º
El alumnado profundiza en el conocimiento de esta disciplina deportiva	Competencias Claves CPSAA, CC, CE, CMCT	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Criterio 1,2,3,5,7,8	Contenidos Elementos reglamentarios y técnico tácticos de: Ultimate. Disco golf. Floorball. Nockball.	
Metodología Asignación de tareas. Enseñanza recíproca	Instrumentos de Evaluación Lista de control técnico táctica Registro anecdótico.	

