IES BLAS DE PRADO

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

1º, 2º, 3º y 4º ESO

Y

1º BACHILLERATO

Curso 2023-2024

Nuria Gómez Oliver

José María González Andrade

Manuel Riesgo García

Natalia Sánchez Badajoz

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN……..3

2. CONTEXTO SOCIOEDUCATIVO DEL CENTRO……..3

3. MARCO NORMATIVO……5

4. DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA……6

4.1 La materia de Educación Física
4.2 Funcionamiento del departamento

5. OBJETIVOS……..9

6. COMPETENCIAS CLAVE Y PERFILES DE SALIDA……10

6.1 Contribución de la asignatura a la consecución de las competencias clave

7. SABERES BÁSICOS, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN……..…..13

7.1 Saberes básicos
7.2 Competencias específicas.
7.3 Criterios de evaluación.
7.4 Secuenciación y Temporalización de los saberes básicos.
7.5 Situaciones de aprendizaje.

8. METODOLOGÍA……63

8.1 Principios pedagógicos.
8.2 Estilos de Enseñanza
8.3 Técnicas de Enseñanza
8.4 Estrategias de aprendizaje
8.5 Actividades y tareas didácticas
8.6 Organización
8.6.1 Organización de los espacios y recursos.
8.6.2 Organización de los tiempos.

8.7 Recursos y Materiales

9. MEDIDAS DE INCLUSIÓN EDUCATIVA Y ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DEL ALUMNADO……...……74

10. EVALUACIÓN……..…77

10.1 Qué evaluar: criterios de evaluación
10.2 Cómo evaluar: tipos de evaluación, procedimientos e instrumentos.
10.3 Criterios de calificación
10.4 Recuperación y alumnos pendientes
10.5 Evaluación de la práctica docente
10.6 Evaluación del proceso de la acción didáctica
10.7 Evaluación interna de la programación

11. ELEMENTOS TRANSVERSALES……....87

12. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS……....88

13. COMUNICACIÓN CON LAS FAMILIAS……..90

14. PROGRAMACIÓN DE BACHILLERATO……....91

14.1 OBJETIVOS……...91

14.2 COMPETENCIAS CLAVE Y PERFIL DE SALIDA……92

13.2.1 Contribución de la asignatura a la consecución de las competencias clave

14.3 SABERES BÁSICOS, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN……....96

14.3.1 Saberes básicos
14.3.2 Competencias específicas
14.3.3 Criterios de evaluación
14.3.4 Secuenciación y Temporalización de los saberes básicos
14.3.5 Situaciones de aprendizaje.

14.4 EVALUACIÓN……..……110

14.4.1 Qué evaluar: criterios de evaluación
14.4.2 Cómo evaluar: tipos de evaluación, procedimientos e instrumentos
14.4.3 Criterios de calificación.

1. INTRODUCCIÓN

El artículo 91 de LOMLOE establece entre las funciones del profesorado la programación y enseñanza de las áreas, materias y módulos que tengan encomendados. Así como la evaluación del proceso de enseñanza del alumnado y los procesos de enseñanza.

Toda programación debe responder a cinco preguntas claves: ¿qué enseñar?, ¿cómo enseñar?, ¿cuándo enseñar?, ¿qué, ¿cómo y cuándo evaluar? y por último, ¿cómo ha sido mi tarea como docente?, pues el ejercicio crítico es la base para poder mejorar en el futuro. Todas estas preguntas han de ser contestadas en la programación tal y como establecen autores como F. Martínez Navarro, con el ánimo de evitar la improvisación en nuestra práctica docente. Si bien, la programación didáctica es abierta y flexible por lo que en cualquier momento podremos añadir, modificar o adaptar nuestra programación en relación a las necesidades y al contexto educativo en el que pretendamos incidir. Así mismo, la actual programación parte de la memoria del curso pasado.

En consecuencia, la programación se pretende potenciar la **reflexión** del profesorado, **mejorar** así su práctica profesional, **adecuar** la respuesta educativa al alumnado y al centro y **proporcionar** una formación tecnológica adecuada a nuestros alumnos.

Los apartados que conforman esta programación didáctica se ajustan a lo establecido en el artículo 8.2 de la Orden 118/2022, de 14 de junio, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, de regulación de la organización y el funcionamiento de los centros públicos que imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional en la comunidad de Castilla-La Mancha.

2. CONTEXTO SOCIOEDUCATIVO DEL CENTRO

El Instituto de Enseñanza Secundaria se encuentra ubicado en la localidad de Camarena, en la provincia de Toledo. Es un Instituto que empezó su andadura en el curso 2007-08 en una ubicación provisional y que desde el curso 2009-10 cuenta con las instalaciones definitivas en las afueras del pueblo, dentro de un área industrial en expansión. Actualmente las enseñanzas que se imparten en este Centro son las de Educación Secundaria Obligatoria, 1º y 2º de bachillerato, ciclo de Formación Profesional Básica y ciclos de Grado Medio.

La localidad de Camarena cuenta aproximadamente con 4243 habitantes según censo 2021, aunque está en continuo aumento. Este crecimiento es debido fundamentalmente por un lado a familias que se trasladan desde Madrid y por otro lado familias de inmigrantes.

El nivel socioeconómico y cultural de la zona es medio–bajo, la gran mayoría

trabaja en empresas de la zona, destacando sobre todo la fabricación y venta de calzado y textil, aunque también son importantes las empresas dedicadas a la fabricación de muebles (fábricas de Fuensalida). También una parte de la población vive del campo, tanto de explotaciones agrarias como ganaderas.

El 75% de nuestro alumnado procede de localidades cercanas a Camarena: Camarenilla, Arcicóllar (588 y 964 habitantes respectivamente según censo de 2021), Chozas de Canales (4335 habitantes según censo 2021) y la urbanización de Monteviejo I y II situada a 10 km. aproximadamente de Camarena en dirección Madrid.

En cuanto a la procedencia de nuestro alumnado, se trata de un centro muy heterogéneo con una destacada diversidad cultural, teniendo en cuenta que el 13% de nuestro alumnado es extranjero. Sin duda, es algo de lo que el centro se ha sentido orgulloso desde el principio, formando parte dicha diversidad que es una de las señas de identidad del IES Blas de Prado. Si bien es cierto que el porcentaje de alumnos extranjero es alto, esto no supone una complicación a la hora de comunicarse ni de desarrollar sus destrezas lingüísticas tanto orales como escritas, ya que el 30% procede de países de habla hispana y los alumnos que proceden de Marruecos o de países del este de Europa como Polonia, Ucrania, Rumania, llevan viviendo tiempo más que suficiente en el país para dominar prácticamente la lengua

El nivel académico de nuestro alumnado puede considerarse medio, teniendo como referencia los últimos resultados obtenidos en EVAU. Cabe destacar, sobre todo en el primer ciclo de la ESO, que se detecta una gran falta de hábito de trabajo y de estudio, ya que parte del alumnado tiene dificultades para adquirir el material necesario para el seguimiento de las clases, que a veces suele coincidir con aquellos que muestran una importante falta de interés hacia las asignaturas y el estudio en general. En relación a la convivencia, se destaca la alta conflictividad que se produce diariamente en los niveles más bajos de la ESO.

En líneas generales, las familias están presentes en el proceso educativo de sus hijos pero no podemos dejar de mencionar el gran esfuerzo que hacen muchas de nuestras familias teniendo en cuenta su situación socio-económica (desestructuración de muchas de ellas, altos índice de paro, frecuentes cambios de residencia y escasa participación y colaboración en el proceso de enseñanza-aprendizaje) lo que desemboca en algunos casos a tener severos problemas para hacerles llegar tanto la información académica como actitudinal de sus hijos.

Además el IES Blas de Prado cuenta con la contribución del AMPA, siendo muy importante la intervención e implicación de este organismo, realizando, apoyando y fomentando numerosas actividades para y por el beneficio de nuestro alumnado.

3. MARCO NORMATIVO.

La legislación educativa vigente en el curso 2022/2023 en la Comunidad Autónoma de Castilla La Mancha para la ESO y Bachillerato es:

- **Ley Orgánica 2/2006**, de 3 de mayo, de Educación 2/2006[1], BOE de 4 de mayo), modificada por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se Modifica la Ley Orgánica de Educación[2] (en adelante LOE-LOMLOE) (BOE de 29 de diciembre).
- **Real Decreto 732/1995**, de 5 mayo, por el que se establecen los derechos y deberos de los alumnos y las normas de convivencia en los centros (BOE de 2 de junio).
- **Real Decreto 217/2022**, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria (BOE de 30 de marzo).
- **Real Decreto 243/2022**, de 5 de abril, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato (BOE de 6 de abril).

Toda esta normativa, de carácter básico, se concreta en nuestra Comunidad Autónoma, fundamentalmente, en la legislación que se enuncia a continuación:

- **Ley 7/2010**, de 20 de julio, de **Educación** de Castilla-La Mancha (en adelante LECM) (DOCM de 28 de julio).
- **Decreto 3/2008**, de 08-01-2008, de **la convivencia escolar** en Castilla- La Mancha (DOCM de 11 de enero).
- **Decreto 85/2018,** de 20 de noviembre, por el que se regula la **inclusión educativa** del alumnado en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM de 23 de noviembre).
- **Decreto 92/2022, de 16 de agosto**, por el que se regula la organización de la **orientación académica, educativa y profesional** en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM de 24 de agosto).
- **Decreto 82/2022, de 12 de julio**, por el que se establece la ordenación y el **currículo de Educación Secundaria Obligatoria** en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM de 14 de julio).
- **Decreto 83/2022, de 12 de julio,** por el que se establece la ordenación y **el currículo de Bachillerato** en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM de 14 de julio).
- **Orden 166/2022**, de 2 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regulan **los programas de diversificación curricular** en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en Castilla-La Mancha (DOCM de 7 de septiembre).
- **Orden 118/2022, de 14 de junio,** de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, de regulación de la **organización y el funcionamiento** de los centros públicos que imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y

[1] En adelante LOE.
[2] En adelante LOMLOE.

Formación Profesional en la comunidad de Castilla-La Mancha (DOCM de 22 de junio).

- **Orden 169/2022, de 1 de septiembre**, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la elaboración y ejecución de **los planes de lectura** de los centros docentes de Castilla-La Mancha (DOCM de 9 de septiembre).
- **Orden 186/2022, de 27 de septiembre**, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula **la evaluación en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria** en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM de 30 de septiembre).
- **Orden 187/2022 de 27 de septiembre**, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la **evaluación** en Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM de 30 de septiembre).

4. DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

4.1 LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA

La Educación Física en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria da continuidad al trabajo realizado en la etapa anterior y a los retos clave que en ella comenzaron a abordarse, que pasan, entre otros, por conseguir que el alumnado consolide un estilo de vida activo, asiente el conocimiento de la propia corporalidad, disfrutede las manifestaciones culturales de carácter motor, integre actitudes ecosocialmente responsables o afiance el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial e indisociable del propio aprendizaje. Así pues la Educación Física que buscaremos desarrollar será más competencial, actual y alineada con los retos del siglo XXI.

4.2 FUNCIONAMIENTO DEL DEPARTAMENTO

El Departamento está formado en el curso 2023-2024 por cuatro docentes, que se distribuyen los diferentes cursos de la siguiente manera:

Natalia Sánchez Badajoz (Jefa de Departamento)

- 2 grupos de EF de 2º ESO:
  - 2º ESO A/B (no bilingüe)
  - 2º ESO D
- 1 grupos de EF de 3º ESO:
  - 3º ESO A/B (no bilingüe)

- 3 grupos de EF de 4º ESO:
    - 4º ESO B/C (no bilingüe)
    - 4ºESO D
    - 4º ESO E + 2º Diversificación A
- 2 grupos de EF de BACHILLERATO:
    - 1º BACHILLERATO A
    - 1º BACHILLERATO C

Manuel Riesgo García(Jefe de estudios):

- 2 grupos de EF de 1º ESO:
    - 1º ESO A/B (bilingüe)
    - 1º ESO C/D (bilingüe)
- 1 grupo de EF de 2º ESO:
    - 2º ESO A/B (bilingüe)
- 1 grupo de EF de 3º ESO:
    - 3º ESO A/B (bilingüe)

Nuria Gómez Oliver:

- 4 grupos de EF de 1º ESO
    - 1º ESO A/B (no bilingüe)
    - 1º ESO C/D(no bilingüe)
    - 1º ESO E
    - 1º ESO F

- 2 grupos de EF 2º ESO
    - 2º ESO C
    - 2º ESO E
- 3 grupos de EF de 3º ESO y 2 grupos de 3º ESO de Atención Educativa:
    - 3º ESO C
    - 3º ESO E+1º DIVERSIFICACIÓ B

José María González Andrade

- 1 grupo de EF de 3º ESO
    - 3º ESO D + 1º DIVERSIFICACIÓN A

- 3 grupo de EF de 4º ESO:
    - 4º ESO A (bilingüe)
    - 4º ESO B/C (bilingüe)
    - 4º ESO F + 2º DIVERSIFICACIÓN B

- 1 grupo de EF de 1º BACHILLERATO:
    - 1º BACHILLERATO B/D

Natalia tiene 20 horas lectivas (16 horas de EF, más 2 horas de reducción por jefatura de departamento, 1 hora del PES y una hora de Proyectos)

Manuel tiene 20 horas lectivas (8 horas de EF más 12 horas de reducción por Jefatura de Estudios)

Nuria tiene 20 horas lectivas (16 horas de EF, 2 horas de tutoría de 1º ESO y 2 horas de proyectos)

José María tiene 12 horas lectivas (10 horas de EF, 2 hora de tutoría de 4º ESO y 1 hora de reducción de programa bilingüe)

Desde el Departamento nos consideramos afortunados por disponer de unas buenas instalaciones (pabellón y pistas polideportivas) en las que ejercer nuestra labor docente. Este es el horario de uso de pabellón durante este curso escolar:

NURIA
NATALIA
MANUEL
JOSÉ MARÍA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª	3ºC	1º F 1º BACH BD	3ºE+DIV B	2º C	4º A 1ºBACH C
2ª	3ºAB 3º AB	1ºCD 1º AB	1º AB 1ºBACH A	1º F 4º A	4º BC 4ºBC
3ª	2ºC 1º BACH C	4ºE+DIV A	1º E 2ºAB	2ºE 4ºD	2º AB 3ºD+DIV A
RECREO					
4ª	2ºE 2ºD	2ºAB 3ºE+DIV B	3º AB 3º AB	3º C 1ºBACH BD	1ºE 1ºBACH A
5ª		4º BC 4ºBC	REUNION	1º CD ....2º AB....	1ºAB 1º CD
6ª	4ºE+DIV A	4ºF+DIV B 4º D	3ºD + DIV A	4ºF+DIV B 1º AB	1º CD 2º D

Durante los años anteriores, hemos aprovechado dichos espacios para potenciarla participación en el deporte a través de la organización de actividades deportivas en los recreos de aquellos deportes más solicitados por los alumnos y alumnas del centro (Fútbol Sala, Volley-playa, Baloncesto, Tenis de Mesa y Bádminton). Este año incluiremos el Spikeball, ya que el curso pasado fue una actividad que iniciamos solo con los docentes del centro y fue de gran interés para el alumnado que asistía a ver cómo se desarrollaban los partidos.

5. OBJETIVOS

Los objetivos de la ESO se concretan en los artículos 7 del Real Decreto 217/2022 y del Decreto 82/2022, de 12 de julio, por el que se establecen la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria para la Comunidad Autónoma de Castilla la Mancha.

La Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadaníademocrática.

b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.

d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demáspersonas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, incluidos los derivados por razón de distintas etnias, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

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

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

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

h) Comprender y expresarse en la lengua castellana con corrección, tanto de forma oral, como escrita, utilizando textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

l) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada, aproximándose a un nivel A2 del Marco Común Europeo de Referencia de las Lenguas.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia de España, y específicamente de Castilla-La Mancha, así como su patrimonio artístico y cultural. Este conocimiento, valoración y respeto se extenderátambién

al resto de comunidades autónomas, en un contexto europeo y como parte de un entorno global mundial.

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

l) Conocer los límites del planeta en el que vivimos y los medios a su alcance para procurar que los recursos prevalezcan en el espacio el máximo tiempo posible, abandonando el modelo de economía lineal seguido hasta el momento y adquiriendo hábitos de conducta y conocimientos propios de una economía circular.

m) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación, conociendo y valorando las propias castellano-manchegas, los hitosy sus personajes y representantes más destacados.

6. COMPETENCIAS CLAVE Y PERFILES DE SALIDA

El perfil de salida se convierte en el elemento nuclear de la nueva estructura curricular, que se conecta con los objetos de etapa.

Programamos por competencias con el fin de dotar a los alumnos de una serie de destrezas que les permitan desenvolverse en el siglo XXI.

Con este planteamiento, la Recomendación del Consejo de 22 de mayo de 2018 (Diario Oficial de la Unión Europea de 4 de junio de 2018) invita a los Estados miembros a la potenciación del aprendizaje por competencias, entendidas como una combinación de conocimientos, capacidades y actitudes adecuadas al contexto.

El Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, y el Decreto 82/2022, de 12 de julio, adoptan la denominación de las competencias clave definidas por la Unión Europea. Así, los artículos 11 de dichas normas (Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, y del Decreto 82/2022, de 12 de julio) establecen que las competencias clave son:

a) Competencia en comunicación lingüística.
b) Competencia plurilingüe.
c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
d) Competencia digital.
e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.

f) Competencia ciudadana.
g) Competencia emprendedora.
h) Competencia en conciencia y expresión culturales.

Para alcanzar estas competencias clave se han definido un conjunto de descriptores operativos, partiendo de los diferentes marcos europeos de referencia existentes. Los descriptores operativos de las competencias clave constituyen, junto con los objetivos de la etapa, el marco referencial a partir del cual se concretan las competencias específicas de cada ámbito o materia.

A continuación, se detallan los descriptores de los perfiles de salida que están relacionados con las competencias específicas, así como las veces que aparecen:

COMPETENCIAS CLAVE	DESCRIPTORES OPERATIVOS	Nº de veces del descriptor en las competencias específicas
Competencia en comunicación lingüística	CCL1	**0**
	CCL2	**0**
	CCL3	**1**
	CCL4	**0**
	CCL5	**1**
Competencia plurilingüe	CP1	**0**
	CP2	**0**
	CP3	**0**
Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.	STEM1	**0**
	STEM2	**1**
	STEM3	**0**
	STEM4	**0**
	STEM5	**2**
Competencia digital.	CD1	**0**
	CD2	**0**
	CD3	**0**
	CD4	**1**
	CD5	**0**
Competencia personal, social y de aprender a aprender	CPSAA1	**1**
	CPSAA2	**1**
	CPSAA3	**1**
	CPSAA4	**2**
	CPSAA5	**2**
Competencia ciudadana.	CC1	**0**
	CC2	**1**
	CC3	**2**
	CC4	**1**
Competencia emprendedora.	CE1	**1**
	CE2	**1**
	CE3	**2**
	CCEC1	**1**
	CCEC2	**1**

Competencia en conciencia y expresión culturales.	CCEC3	**1**
	CCEC4	**1**

Del mismo modo, el apartado 2 del artículo 11 de estos cuerpos normativos, define el perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica como las competencias clave que el alumnado debe haber adquirido y desarrollado al finalizarla. De igual modo, contempla que constituye el referente último del desempeño competencial, tanto en la evaluación de las distintas etapas y modalidades de la formación básica, como para la titulación de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria y fundamenta el resto de decisiones curriculares, así como las estrategias y orientaciones metodológicas en la práctica lectiva.

El perfil de salida parte de una visión a la vez estructural y funcional de las competencias clave, cuya adquisición por parte del alumnado se considera indispensable para su desarrollo personal, para resolver situaciones y problemas de los distintos ámbitos de su vida, para crear nuevas oportunidades de mejora, así como para lograr la continuidad de su itinerario formativo y facilitar y desarrollar su inserción y participación activa en la sociedad y en el cuidado de las personas, del entorno natural y del planeta.

6.1. Contribución de la asignatura a la consecución de las Competencias Clave.

Las competencias establecidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica, junto a los objetivos generales de la etapa, han concretado el marco de actuación para definir la serie de competencias específicas de Educación Física. Este nuevo elemento curricular se convierte en el referente a seguir para dar forma a la educación física que se pretende desarrollar: más competencial, actual y alineada con los retos del siglo XXI.

Las competencias específicas de la materia de Educación Física recogen y sintetizan estos retos para consolidar un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado perpetuarlo a lo largo de su vida a través de la planificación autónoma y la autorregulación de su práctica física y de todos los componentes que afecten a la salud.

La motricidad se desarrollará en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas, con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. La resolución de situaciones motrices en diferentes espacios permitiráal alumnado afrontar la práctica motriz con distintas finalidades: lúdica, agonística, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa, catártica o de interacción con el medio urbano y natural.

Para abordar con posibilidades de éxito las numerosas situaciones motrices a las que se verá expuesto el alumnado a lo largo de su vida, será preciso desarrollar de manera integral capacidades de carácter cognitivo y

motor, pero también afectivomotivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social. De este modo, el alumnado tendrá que aprender a gestionar sus emociones y sus habilidades sociales en contextos variados de práctica motriz.

El alumnado también deberá reconocer y valorar diferentes manifestaciones de la cultura motriz como parte relevante del patrimonio cultural, expresivo y artístico, que podrán convertirse en objeto de disfrute y aprendizaje. Este conocimiento en profundidad deberá dirigirse a comprender, entre otros, el lugar que ocupa el deporte en la sociedad actual, así como sus implicaciones en el ámbito económico, político, social y de la salud como máxima representación de la cultura motriz en la actualidad.

Finalmente, se continuará insistiendo en la necesidad de convivir de manera respetuosa con el medio ambiente y con los seres vivos que habitan en él, desarrollando para ello actividades físico-deportivas en contextos variados y participando en su organización desde planteamientos basados en la conservación y la sostenibilidad.

7. SABERES BÁSICOS, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

7.1 SABERES BÁSICOS

Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Como consecuencia de ello, se deberá evitar centrar las situaciones de aprendizaje exclusivamente en un único bloque, tratando de integrar saberes de distintas procedencias.

El bloque titulado **«Vida activa y saludable»** aborda los tres componentes de la salud -física, mental y social- a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos funcionales de práctica físico-deportiva, rechazando los comportamientos antisociales, discriminatorios o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos.

El segundo bloque, **«Organización y gestión de la actividad física»**, incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores y la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.

«Resolución de problemas en situaciones motrices» es un bloque con un carácter transdisciplinar que aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.

El cuarto bloque, **«Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices»,** se centra, por un lado, en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, y, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones inclusivas y constructivas entre quienes participan en este tipo de contextos motrices.

El bloque **«Manifestaciones de la cultura motriz»** engloba tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.

Y, por último, el bloque **«Interacción eficiente y sostenible con el entorno»** incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno**.**

7.2 COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Según el Decreto 82/2022 las competencias específicas son "desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia o ámbito". En el caso de Educación Física se establecen 5 competencias específicas que son:

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

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

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

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

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales ycolectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservaciónde medio natural y urbano.

7.3 CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

Los criterios de evaluación están incluidos en el anexo II del Decreto 82/2022, al igual que los saberes básicos y las competencias específicas. Todos ellos se encuentran relacionados entre sí, además de conectarse con sus descriptores operativos, permitiendo obtener el perfil competencial del alumnado.

En las siguientes tablas se ve la relación de estos elementos curriculares:

1º ESO

COMP. ESPEC.	%	DESCRIPT.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
1	**30%**	**CCL3. 5%** **STEM2. 5%** **STEM5. 5%** **CD4 5%** **CPSAA2. 5%** **CPSAA4. 5%**	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	10%	- Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relacióncon el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. - La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
			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.	10%	
			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.	5%	
			1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	5%	

COMP. ESP.	%	DESCRIPTORES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
2	**30%**	**CPSAA4. 7,5%** **CPSAA5. 7,5%** **CE2. 7,5%** **CE3. 7,5%**	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	10%	- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendenciasen la práctica deportiva individual, tales como: el atletismo, running, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia, como pueden ser el castillo, atrapa la bandera y otros, para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. Práctica de situaciones deportivas cooperativas. Deportes de adversarioen los que se apliquen, de forma integrada, los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportesalternativos, como el kickbol, ringo, datchball u otros, que propicien el desarrollo de experiencias grupales mediante situaciones de aprendizaje ajustadas a nuestras potencialidades. -Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto yparámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizarlos recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en

			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 de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	20%	situaciones motrices de persecución y de interacción de un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativo, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. -Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico. -Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.

COMP. ESP.	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
3	**20%**	**CCL5.. 4%** **CPSAA1.4%** **CPSAA3. 4%** **CPSAA5.4%** **CC3. 4%**	3.1.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 roles de público, participante u otros.	5%	- Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.
			3.2.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	10%	
			3.3.Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	5%	

COMP. ESP.	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
4	**15%**	**CC2. 2.5%** **CC3. 2.5%** **CCEC1. 2.5%** **CCEC2. 2.5%** **CCEC3. 2.5%** **CCEC4. 2.5%**	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 enlas sociedades contemporáneas.	5%	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad en Castilla-La Mancha, tales como: billa, calva, seguidilla manchega u otros. - Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo, tales como: coreografías con combas ymontajes de acrogimnasia.
			4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individualeso colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	10 %	

COMP. ESP	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
5	**5%**	**STEM5. 1,25%** **CC4. 1,25%** **CE1. 1,25%** **CE3.. 1,25%**	5.1Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entornode manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.	5%	- Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible: urbanos y naturales (rutas, grandes rutas, senderos y otras). - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Iniciación en diversas actividades físico-deportivas de bajo impacto como rastreo, senderismo, marcha nórdica, escalada u otras, que le permitan al alumnado conocer su entorno natural, disfrutar del mismo y ayudar a su cuidado, conservación y mejora. - Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos. - Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.

2º ESO

COMP. ESPEC.	%	DESCRIPT.	CRITERIOS DE EVALAUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
1	**30%**	**CCL3. 5%** **STEM2. 5%** **STEM5. 5%** **CD4 5%** **CPSAA2. 5%** **CPSAA4. 5%**	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.	10%	- Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relacióncon el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. - Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de losestereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación alodio en el deporte. - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. - Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB). Normas RICE (rest, ice, compression, elevation).
			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.	10%	
			1.5Analizar 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.	5%	
			1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	5%	

COMP. ESP.	%	DESCRIPTORES	CRITERIOS DE EVALAUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
2	**30%**	**CPSAA4. 7,5%** **CPSAA5. 7,5%** **CE2. 7,5%** **CE3. 7,5%**	. 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 de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	10%	- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: el atletismo, running, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia, como pueden ser el castillo, atrapa la bandera y otros, para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. Práctica de situaciones deportivas cooperativas. Deportes de adversario en los que se apliquen, de forma integrada, los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el kickbol, ringo, datchball u otros, que propicien el desarrollo de experiencias grupales mediante situaciones de aprendizaje ajustadas a nuestras potencialidades. - Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte. -Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción de un móvil.

			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.	20%	Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativo, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. -Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico. -Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo. - Actitud crítica ante los elementos del entrorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

COMP. ESP.	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALAUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
3	**20%**	**CCL5.. 4%** **CPSAA1.4%** **CPSAA3. 4%** **CPSAA5.4%** **CC3. 4%**	3.1.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 roles de público, participante u otros.	5%	- Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.
			3.2.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	10%	
			3.3.Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	5%	

COMP. ESP.	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALAUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
4	**15%**	**CC2. 2,5%** **CC3. 2,5%** **CCEC1. 2,5%** **CCEC2. 2,5%** **CCEC3. 2,5%** **CCEC4. 2,5%**	4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.	5%	- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo, tales como: coreografías con combas y montajes de acrogimnasia. - Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.). - Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.
			4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	10 %	

COMP. ESP	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALAUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
5	**5%**	**STEM5. 1,25%** **CC4. 1,25%** **CE1. 1,25%** **CE3.. 1,25%**	5.2. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entornode manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.	5%	- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate orientación urbana, circuitos de calistenia naturales y otras). - Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento: Rally fotográfico u otras. - Aproximación a las herramientas digitales, como medio de adquisición de información y análisis, en la práctica de nuestras actividades. - Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos. -

3º ESO

COMP ESP.	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
1	**30%**	**CCL3. 5%** **STEM2. 5%** **STEM5. 5%** **CD4. 5%** **CPSAA2. 5%** **CPSAA4. 5%**	1.2.Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y 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.	10%	- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. - Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. - Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedady análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas. - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
			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.	10%	
			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.	5%	
			1.6.Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	5%	

COMP ESP	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN		SABERES BÁSICOS
2	**30%**	**CPSAA4. 7,5%** **CPSAA5. 7,5%** **CE2. 7,5%** **CE3. 7,5%**	2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre,aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	15%	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principiosde los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacciónconun móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las característicasdel contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: 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. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. - Sistemas de entrenamiento. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y
			2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad demanera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	15%	

					corrección de errores comunes. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles. - Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

COMP ESP	%	DESCRIP	CRITERIOS DE EVALUACIÓN		SABERES BÁSICOS
3	**20%**	**CCL5. 4%** **CPSAA1. 4%** **CPSAA3. 4%** **CPSAA5. 4%** **CC3. 4%**	3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	5%	- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.
			3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	10%	
			3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	5%	

COMP ESP	%	DESCRIPTORES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN		SABERES BÁSICOS
4	**10%**	**CC2. 1,67%** **CCEC1. 1,67%** **CCEC2. 1,67%** **CCEC3. 1,67%** **CCEC4. 1,67%**	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentesde 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.	5%	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo
			4.3.Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	5%	

COMP ESP	%	DESCRIPTORES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
5	**10%**	**STEM5. 2,5%** **CC4. 2,5%** **CE1. 2,5%** **CE3. 2,5%**	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, 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.	10%	- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares). -Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como por ejemplo: adventure lab. - Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad. - Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carrerasde Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura. - Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. -Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos

4º ESO

COMP ESP.	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
1	**30%**	**CCL3. 5%** **STEM2. 5%** **STEM5. 5%** **CD4. 5%** **CPSAA2. 5%** **CPSAA4. 5%**	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 identidadcorporal.	10%	- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. - Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. - Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas. - Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. - Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).
			1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y 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.	8%	
			1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	6%	
			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.	3%	
			1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	3%	

COMP ESP	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN		SABERES BÁSICOS
2	**30%**	**CPSAA4. 7,5%** **CPSAA5. 7,5%** **CE2. 7,5%** **CE3. 7,5%**	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	10%	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacciónconun móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capaddes perceptivo-motrices en contexto de práctica: 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. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. – Sistemas de entrenamiento. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles. - Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.
			2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultadosobtenidos.	10%	
			2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad demanera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	10%	

COMP ESP	%	DESCRIP	CRITERIOS DE EVALUACIÓN		SABERES BÁSICOS
3	**20%**	**CCL5. 4%** **CPSAA1. 4%** **CPSAA3. 4%** **CPSAA5. 4%** **CC3. 4%**	3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	5%	- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.
			3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	10%	
			3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	5%	

COMP ESP	%	DESCRIPTORES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN		SABERES BÁSICOS
4	**15%**	**CC2. 1,67%** **CCEC1. 1,67%** **CCEC2. 1,67%** **CCEC3. 1,67%** **CCEC4. 1,67%**	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentesde 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.	5%	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos. - Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte. - Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.
			4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientossexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físicodeportivo.	5%	
			4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	5%	

COMP ESP	%	DESCRIPTORES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
5	**5%**	**STEM5. 1,25%** **CC4. 1,25%** **CE1. 1,25%** **CE3. 1,25%**	5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	5%	- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares). - Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como por ejemplo: adventure lab. - Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano.Medidas colectivas de seguridad. - Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carrerasde Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura. - Utilidad de las herramientas digitales para facilitar la geolocalización, el registro y el seguimiento de actividades, la navegación en entornos naturales no conocidos y la interpretación del entorno - Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. - Diseño y organización de actividades en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos

7.4 TEMPORALIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS

1º ESO SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidad**	**Saberes básicos**	**CRIT. DE EVA.**	**COMP ESPEC.**
1ª	CONDICIÓN FÍSICA	-Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relacióncon el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. -La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.	1.1, 1.2, Y 1.6 2.1 Y 2.2	1 2
	JUEGOS COLECTIVOS	- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Juegos de estrategia, como pueden ser el castillo, atrapa la bandera y otros, para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. Práctica de situaciones deportivas cooperativas. -Toma de decisiones. Pautas grupales para optimizarlos recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción de un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativo, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. -Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		-Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. -Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. -Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. -Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.	3.1, 3.2 y 3.3	3

1º ESO SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidad**	**Saberes básicos**	**CRIT. EVA.**	**COMP ESPEC**
2ª	ATLETISMO	- Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendenciasen la práctica deportiva individual, tales como: el atletismo, running, marcha nórdica u otros. -Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativo, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. -Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico.	2.1 y 2.2 4.1 y 4.3	2 4
	JUEGOS EN CLM Y ACROGIMNASIA	-Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad en Castilla-La Mancha, tales como: billa, calva, seguidilla manchega u otros. -Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación. -Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo, tales como: coreografías con combas ymontajes de acrogimnasia.		
	DEPORTES DE RAQUETA	- Deportes de adversarioen los que se apliquen, de forma integrada, los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. - Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto yparámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizarlos recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción de un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativo, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. -Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		-Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. -Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. -Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. -Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.	3.1, 3.2 y 3.3	3

1º ESO SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidad**	**Saberes básicos**	**C. Ev**	**Co.E**
3ª	JUEGOS ALTERNATIVOS	- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Los juegos y deportes alternativos, como el kickbol, ringo, datchball u otros, que propicien el desarrollo de experiencias grupales mediante situaciones de aprendizaje ajustadas a nuestras potencialidades. - Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción de un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativo, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.	1.1 1.2 y 1.3 2.1 Y 2.2 5.1	1 2 5
	BEISBOL	-Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto yparámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizarlos recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción de un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativo, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. -Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico. -Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas		
	CONDICIÓN FÍSICA	- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico - -Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.		
	ACTIVIDADES MEDIO NATURAL	-Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible: urbanos y naturales (rutas, grandes rutas, senderos y otras). -La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. -Iniciación en diversas actividades físico-deportivas de bajo impacto como rastreo, senderismo, marcha nórdica, escalada u otras, que le permitan al alumnado conocer su entorno natural, disfrutar del mismo y ayudar a su cuidado, conservación y mejora. -Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		- Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.	3.1 3.2 3.3	3

2º ESO SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidad**	**Saberes básicos**	**CRIT. DE EVA.**	**COMP ESPEC.**
1ª	CONDICIÓN FÍSICA	- Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relacióncon el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. - Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de losestereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación alodio en el deporte. - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte. - Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.	1.2, 1.4, 1.5 Y 1.6 2.1 Y 2.2	1 2
	DEPORTES DE RAQUETA	- Deportes de adversarioen los que se apliquen, de forma integrada, los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. - Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto yparámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizarlos recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción de un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativo, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. -Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		-Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. -Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. -Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. -Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.	3.1, 3.2 y 3.3	3

2º ESO SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidad**	**Saberes básicos**	**CRIT. EVA.**	**COMP ESPEC**
2ª	ATLETISMO	- Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendenciasen la práctica deportiva individual, tales como: el atletismo, running, marcha nórdica u otros. -Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativo, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. -Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico.	2.2 y 2.3 4.2 y 4.3	2 4
	COMBAS	- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo, tales como: coreografías con combas y montajes de acrogimnasia. - Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.). - Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.		
	DEPORTES DE EQUIPO (HOCKEY Y RUGBY)	- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Juegos de estrategia, como pueden ser el castillo, atrapa la bandera y otros, para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. Práctica de situaciones deportivas cooperativas. -Toma de decisiones. Pautas grupales para optimizarlos recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción de un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativo, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. -Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		-Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. -Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. -Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. -Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.	3.1, 3.2 y 3.3	3

2º ESO SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidad**	**Saberes básicos**	**CRIT. EVA.**	**COMP ESPEC**
3ª	DEPORTES ALTERNATIVOS (RINGO Y ULTIMATE)	- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Los juegos y deportesalternativos, como el kickbol, ringo, datchball u otros, que propicien el desarrollo de experiencias grupales mediante situaciones de aprendizaje ajustadas a nuestras potencialidades. - Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte. - Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción de un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativo, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.	1.2, 1.4 y 1.5 2.2 y 2.3 5.2	1 2 5
	CONDICIÓN FÍSICA	- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico - Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB). Normas RICE (rest, ice, compression, elevation). - Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.		
	ACTIVIDADES MEDIO NATURAL	- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate orientación urbana, circuitos de calistenia naturales y otras). - Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento: Rally fotográfico u otras. - Aproximación a las herramientas digitales, como medio de adquisición de información y análisis, en la práctica de nuestras actividades. - Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		-Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. -Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. -Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. -Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.	3.1, 3.2 y 3.3	3

3º ESO SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidad**	**Saberes básicos**	**CRIT. EVA.**	**COMP ESPEC.**
1ª	CONDICIÓN FÍSICA	- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsascreencias en torno al cuerpo y a la actividad física. - Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. - Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedady análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas. - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.	1.2, 1.3, 1.5 y 1.6 2.2 y 2.3	1 2
	BALONCESTO	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principiosde los deportes colectivos. Deportes colectivos. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. - Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacciónconun móvil. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: 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.		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.	3.1, 3.2 y 3.3	3

3º ESO SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidad**	**Saberes básicos**	**CRIT. EVA.**	**COM ESP**
2ª	DEPORTES ALTERNATIVOS	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos. - Toma de decisiones:. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: 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 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.	2.2 Y 2.3 4.1 Y 4.2	2 4
	BADMINTON	- Elección de la práctica física: Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacciónconun móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las característicasdel contrario en situaciones de oposición de contacto. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: 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		
	ACTIVIDADES RÍTMICO-MUSICALES	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.	3.1, 3.2 Y 3.3	3

3º ESO SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidad**	**Saberes básicos**	**CRIT EVA**	**COMP ESPEC.**
3ª	CONDICIÓN FÍSICA	- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad. - Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física	1.2, 1.3 Y 1.5 2.2 Y 2.3 5.1	1 2 5
	VOLEY	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos - Toma de decisiones: Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacciónconun móvil.. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: 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		
	BALONMANO	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principiosde los deportes colectivos. Deportes colectivos. - Toma de decisiones:. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: 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		
	INTERACCIÓN CON EL ENTORNO.	- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares). - Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano.Medidas colectivas de seguridad. - Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carrerasde Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura.		

	- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física - Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.		
COMÚN A TODAS LAS U.D.	- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.	3.1, 3.2 Y 3.3	3

4º ESO SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidad**	**Saberes básicos**	**CRIT. EVA.**	**COMP ESPEC.**
1ª	CONDICIÓN FÍSICA	- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsascreencias en torno al cuerpo y a la actividad física. - Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. - Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedady análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. - Sistemas de entrenamiento.	1.1, 1.2, 1.5 y 1.6 2.1, 2.2 y 2.3	1 2
	VOLEY	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principiosde los deportes colectivos. Deportes colectivos. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. - Toma de decisiones:. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.		

	- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: 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 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES	- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.	3.1, 3.2 y 3.3	3

4º ESO SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidad**	**Saberes básicos**	**CRIT. EVA.**	**COM ESP**
2ª	DEPORTES ALTERNATIVOS	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos. - Toma de decisiones:. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: 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 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.	2.1, 2.2 Y 2.3 Y 5.2	2 5
	BALONCESTO	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principiosde los deportes colectivos. Deportes colectivos. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. - Toma de decisiones:. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: 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 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.		
	ORIENTACIÓN	- Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, cómo por ejemplo: adventure lab. - Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carrerasde Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura. - Utilidades de las herramientas digitales para facilitar la geolocalización, el registro y seguimiento de actividades, la navegación en entornos naturales no conocidos y la interpretación del entorno. - Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. - Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.	3.1, 3.2 Y 3.3	3

4º ESO SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidad**	**Saberes básicos**	**CRIT. EVA.**	**COM ESP**
3ª	CONDICIÓN FÍSICA	- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsascreencias en torno al cuerpo y a la actividad física. - Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. - Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedady análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. - Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).	1.1 1.2 Y 1.4 2.1, 2.2 Y 2.3 4.1, 4.2 Y 4.3	1 2 4
	DEPORTES ALTERNATIVOS	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos. - Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. - Toma de decisiones:. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.		
	BADMINTON	- Elección de la práctica física: Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacciónconun móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las característicasdel contrario en situaciones de oposición de contacto. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: 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.		
	ACTIVIDADES RÍTMICO-MUSICALES	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos. - Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte. - Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.	3.1, 3.2 Y 3.3	3

7.5. SITUACIONES DE APRENDIZAJE

En el siguiente apartado se incluye a modo de ejemplo una situació de aprendizaje para los cursos de 1º, 2º, 3º y 4º ESO de la primera evaluación.

TÍTULO:	LA OCA SALUDABLE	
MATERIA Y CURSO:	EF 1º ESO	
OBJETIVO/S	1. Adquirir conceptos saludables y practicar actividades físico-deportivas como medio para mejorar las capacidades físicas. 2. Tomar conciencia de la postura correcta y fortalecer el core. 3. Conocer los alimentos saludables dentro de una dieta equilibrada practicando al mismo tiempo actividad física. 4. Reconocer y practicar ejercicio aeróbico como algo esencial dentro de la salud 5. Concienciar a los alumnos de las medidas de seguridad básicas en la práctica de actividad física.	
CONTEXTO	Los alumnos acaban de dar comienzo a su etapa en el instituto y es buen momento para profundizar en la importancia de los hábitos de vida saludable para tener una buena salud física, social y mental. Para ello elaborarán entre todos un Juego de la Oca basado en hábitos saludables, en el que podrán demostrar sus cononocimientos adquiridos a lo largo de cada una de las sesiones.	
COMPETENCIA/S ESPECÍFICA/S	**CRIT EVA**	**SABERES BÁSICOS**
1	1.1 1.3 1.5 1.6	-Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relacióncon el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. -La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. -Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
TEMPORALIZACIÓN	Cinco semanas (10 sesiones)	
METODOLOGÍA	Aprendizaje cooperativo, Descubrimiento guiado, Asignación de tareas. DUA.	
RECURSOS	Material convencional: aros, picas, pelotas, tótems, combas, bancos suecos, conos, balones medicinales, mancuernas… Material no convencional: tarjetas elaboradas de alimentos saludables y no saludables, cartulinas y rotuladores, papel continuo. Pabellón	

TAREAS Y ACTIVIDADES	**AGRUPAMIENTOS**	**Nº SESIONES**
Presentación del reto. Al finalizar cada sesión, por grupos elaborarán 5 casillas con los saberes básicos que se hayan trabajado ese día. Habrá preguntas teóricas y pruebas prácticas. Y finalmente, el último día podrán jugar al juego de la oca que hayan elaborado entre toda la clase. Evaluación inicial sobre lo que conocen de hábitos saludables. Repaso de las partes del calentamiento.	Trabajo individual/ Trabajo por parejas/	1

Calentamiento general (conocer partes del calentamiento: Carrera continua, movilidad, estiramientos… elaborar su propio calentamiento…)	Trabajo en gran grupo	1
Trabajo y evaluación de las capacidades física básicas.		4
Higiene postural		1
Fortalecimiento del Core en circuito		1
Alimentación saludable		1
Elaboración del tablero de la oca, dado, fichas y material auxiliar.		1
Reto final: Jugaremos a la Oca Saludable elaborada por todo el grupo		1
EVALUACIÓN	-Evaluación inicial con preguntas sobre conocimientos. -Preguntas orales conceptuales, test de condición física, prueba conceptual escrita/oral y registro de actitudes (observación directa y registro anecdótico)	

TÍTULO:	INVENTAMOS NUESTRO DEPORTE	
MATERIA Y CURSO:	EF 2º ESO	
OBJETIVO/S	1. Mejorar sus posibilidades de acción motriz inteligente. 2. Valorar el trabajo en equipo y también el propio potencial. 3. Conocer y analizar los principales elementos de los deportes colectivos. 4. Aplicar los elementos técnico-tácticos comunes de algunos de los deportes colectivos. 5. Respetar las reglas y a todos los compañeros, independientemente de su nivel de destreza, mostrando tolerancia y deportividad.	
CONTEXTO	Conocemos tantos deportes y tan variados que es hora de inventarnos el nuestro. Partiendo de los principios básicos de los deportes colectivos, los alumnos y alumnas crearán su propio deporte. Para ello tendrán que decidir qué móvil utilizarán (puede ser autofabricado) decidir el número de participantes, acordar entre todos el objetivo del juego y debatir para crear el reglamento.	
COMPETENCIA/S ESPECÍFICA/S	**CRIT EVA**	**SABERES BÁSICOS**
2 3	2.1 2.2 3.1 3.2 3.3	- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Juegos de estrategia, como pueden ser el castillo, atrapa la bandera y otros, para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. Práctica de situaciones deportivas cooperativas. -Toma de decisiones. Pautas grupales para optimizarlos recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción de un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativo, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. -Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas -Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. -Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. -Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. -Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.

TEMPORALIZACIÓN	Seis semanas (12 sesiones)
METODOLOGÍA	Aprendizaje cooperativo, Modelo de Educación Deportiva (MED)Descubrimiento guiado, Asignación de tareas. DUA.
RECURSOS	Móviles/implementos necesarios en función de los juegos/ deportes escogidos, petos y conos. Pista polideportiva. Recursos de internet de deportes alternativos, que les ayudarán a la elaboración del reto final.

TAREAS Y ACTIVIDADES	**AGRUPAMIENTOS**	**Nº SESIONES**
Actividades de familiarización de los deportes colectivos	Trabajo individual/ Trabajo por parejas/ Trabajo en gran grupo	2
Actividades con escasas variaciones de la situación real 2x2, 3x3, 4x4		2
Actividades con significativas variaciones de la situación real.		3
Actividades globales con polarización de la atención (ocupación del espacio, ayudas, desmarques, marcajes…)		2
Reto final: Jugaremos a los deportes inventados por el grupo.		3

EVALUACIÓN	-Evaluación incial con una situación de juego de 3x3 de un deporte colectivo (Observación y registro en ficha) y preguntas sobre conocimientos. -Preguntas orales conceptuales, prueba práctica, prueba conceptual escrita/oral y registro de actitudes (observación directa y registro anecdótico)

TÍTULO:	¿NOS APUNTAMOS AL GIMNASIO?	
MATERIA Y CURSO:	EF 3º ESO	
OBJETIVO/S	6. Valorar la importancia del cuidado del cuerpo para gozar de una buena salud física, mental y social. 7. Conocer las capacidades físicas básicas y sus métodos para entrenarlas. 8. Concienciarse sobre los riesgos del sedentarismo	
CONTEXTO	Han abierto en nuestra población un gimnasio nuevo al que nos gustaría apuntarnos, pero aún no tienen monitor. Según lo trabajado a lo largo de estas semanas los alumnos deberían ser capaces de crear su propia rutina de ejercicios. Elaborarán un circuito de ejercicios en el que se trabajen los diferentes grupos musculares ajustando el volumen y la intensidad a sus características.	
COMPETENCIA/S ESPECÍFICA/S	**CRIT EVA**	**SABERES BÁSICOS**
1 2	1.2 1.3 1.5 1.6 2.3	- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.Autorregulación y planificación del entrenamiento. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsascreencias en torno al cuerpo y a la actividad física. - Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. - Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas. - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
TEMPORALIZACIÓN	Seis semanas (12 sesiones)	
METODOLOGÍA	Aprendizaje cooperativo, Descubrimiento guiado, Asignación de tareas. DUA.	
RECURSOS	Material disponible en el departamento para trabajar las distintas capacidades físicas (balones medicinales, kettlebell, gomas, rodillos, esterillas…) Strava, wikiloc..	

TAREAS Y ACTIVIDADES	AGRUPAMIENTOS	Nº SESIONES
1. Calentamiento general (conocer partes del calentamiento: Carrera continua, movilidad, estiramientos… elaborar su propio calentamiento…)	Trabajo individual/ Trabajo por parejas/ pequeño grupo/ Trabajo en gran grupo	2
2. Resistencia (Carrera continua, continua variable… conocer los conceptos de volume e intensidad, dosificación del esfuerzo…)		3
3. Fuerza (Conocer los grupos musculares y trabajar diferentes ejercicios para su tonificación)		3
4. Velocidad (identificar a través de formas lúdicas los diferentes tipos de velocidad: reacción gestual, desplazmaiento)		2
5. Flexibilidad (estiramientos individuales y por parejas)		1
6. Reto: Elabora tu propio circuito en el que se trabajen todos los grupos musculares		
EVALUACIÓN	-Evaluación inicial con preguntas sobre conocimientos. -Preguntas orales conceptuales, prueba práctica (test de evaluación de las capacidades físicas básicas), prueba conceptual escrita/oral y registro de actitudes (observación directa y registro anecdótico).	

TÍTULO:	3X3	
MATERIA Y CURSO:	EF 4º ESO	
OBJETIVO/S	9. Conocer la técnica, tácctica y reglamento de este deporte. 10. Entender los principios de los deportes colectivos. 11. Utilizar el baloncesto como herramienta para el trabajo en equipo. 12. Conocer como se organiza una liga en función de los equipos participantes. 13. Auterregularse emocionalmente en situaciones de competición.	
CONTEXTO	En el instituto han empezado a recoger las inscripciones para la liga interna de los recreos, y uno de los deportes en los que se podrá participar este curso será baloncesto 3x3. Profundizarmos en los fundamentos de este deporte colectivo para finalmente acabar organizando la liga en la categoría en las que los alumnos podrán participar.	
COMPETENCIA/S ESPECÍFICA/S	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**	**SABERES BÁSICOS**
2 3	2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principiosde los deportes colectivos.. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. - Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacciónconun móvil. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: 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. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicaso sexistas). Asertividad y autocuidado.
TEMPORALIZACIÓN	Cinco semanas (10 sesiones)	

METODOLOGÍA	Aprendizaje cooperativo, Modelo de Educación Deportiva (MED)Descubrimiento guiado, Asignación de tareas. DUA..
RECURSOS	Material del que disponemos en el departamento (Balones de goma-espuma, balones de baloncesto, canastas de baloncesto y de balonkorf, conos…) Videos didácticos relacionados con este deporte. Webs para la creación de ligas.

TAREAS Y ACTIVIDADES	**AGRUPAMIENTOS**	**Nº SESIONES**
Presentación del deporte y planteamiento del reto final (comenzarñan a elaborar las inscripiones para la liga de todo 3º ESO) Juegos de familiarización con el balón	Trabajo individual/ Trabajo por parejas/ pequeño grupo/ Trabajo en gran grupo	1
Ejercicios para trabajar el bote y el pase.		2
Tiro a canasta		2
Situaciones de 2x2		2
Situaciones de 3x3		2
Reto final.		1

EVALUACIÓN	-Evaluación incial con una situación de juego de 3x3 (Observación y registro en ficha) y preguntas sobre conocimientos de baloncesto. -Preguntas orales conceptuales, prueba práctica, prueba conceptual escrita/oral y registro de actitudes (observación directa y registro anecdótico)

8. METODOLOGÍA

Las características y los conocimientos previos del alumnado y las peculiaridades de la materia y de los contenidos tratados en cada caso, son elementos que deberán ser tenidos en cuenta a la hora de aplicar la amplia variedad de recursos metodológicos presentes en la Educación Física. Esta aplicación no será nunca producto de la improvisación, sino que supondrá el resultado de un proceso de reflexión en el que se tendrá en cuenta la correspondencia entre las distintas fases del aprendizaje y la evolución del alumnado.

La diversidad de situaciones de aprendizaje presentes en la Educación Física no recomienda la utilización de una sola metodología, de tal forma que la adecuada combinación de las mismas es la que propiciará los mejores resultados. Dar respuesta a esta diversidad es una cuestión ineludible en tanto en cuanto se desee garantizar la equidad educativa, es decir, asegurar que a cada alumno se le proporciona aquello que necesita para aprender. Sin embargo, ¿cómo podemos sostener en la práctica que estamos proporcionando a todos los alumnos lo que precisan en su proceso de aprendizaje? Una posible respuesta la encontramos en el enfoque denominado **Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA).** Es un modelo que fundamentado en los resultados de la práctica y la investigación educativa, las teorías del aprendizaje, las tecnologías y los avances en neurociencia, combina una mirada y un enfoque inclusivo de la enseñanza con propuestas para su aplicación en la práctica.

Los tres principios del DUA sientan las bases del enfoque y en torno a ellos se construye el marco práctico para llevarlo a las aulas. Son los siguientes

Principio I. Proporcionar múltiples formas de representación de la información y los contenidos (el qué del aprendizaje), ya que los alumnos son distintos en la forma en que perciben y comprenden la información.

Principio II. Proporcionar múltiples formas de expresión del aprendizaje (el cómo del aprendizaje), puesto que cada persona tiene sus propias habilidades estratégicas y organizativas para expresar lo que sabe.

Principio III. Proporcionar múltiples formas de implicación (el porqué del aprendizaje), de forma que todos los alumnos puedan sentirse comprometidos y motivados en el proceso de aprendizaje.

Los tres principios del DUA indican que es necesario que ofrezcamos a nuestro alumnado un amplio rango de opciones para acceder al aprendizaje. Aquí se plantea un interrogante: ¿cómo podemos llevar a la práctica cotidiana del aula estos principios?, ¿cómo los aplicamos al currículo para lograr que la enseñanza sea realmente para todos los alumnos de la clase, para que todos participen en los procesos y actividades y, finalmente, para que aprendan? A continuación se detalla cada uno de los principios, las pautas y los puntos de verificación correspondientes. Asimismo, se indican directrices prácticas que el maestro puede implementar para atender la diversidad de una manera efectiva.

Principio I. Proporcionar múltiples formas de representación

I. Proporcionar múltiples formas de representación
1. Proporcionar diferentes opciones para percibir la información
1.1. Opciones que permitan modificar y personalizar la presentación de la información
1.2. Ofrecer alternativas para la información auditiva
1.3. Ofrecer alternativas para la información visual
2. Proporcionar múltiples opciones para el lenguaje y los símbolos
2.1. Definir el vocabulario y los símbolos
2.2. Clarificar la sintaxis y la estructura
2.3. Facilitar la decodificación de textos, notaciones matemáticas y símbolos
2.4. Promover la comprensión entre diferentes idiomas
2.5. Ilustrar las ideas principales a través de múltiples medios
3. Proporcionar opciones para la comprensión
3.1. Activar los conocimientos previos
3.2. Destacar patrones, características fundamentales, ideas principales y relaciones entre ellas
3.3. Guiar el procesamiento de la información, la visualización y la manipulación
3.4. Maximizar la memoria y la transferencia de información

Principio II. Proporcionar múltiples formas de acción y expresión

II. Proporcionar múltiples formas de acción y expresión
4. Proporcionar múltiples medios físicos de acción
4.1. Proporcionar varios métodos de respuesta
4.2. Ofrecer diferentes posibilidades para interactuar con los materiales
4.3. Integrar el acceso a herramientas y tecnologías de asistencia
5. Proporcionar opciones para la expresión y hacer fluida la comunicación
5.1. Utilizar múltiples formas o medios de comunicación
5.2. Usar múltiples herramientas para la composición y la construcción
5.3. Incorporar niveles graduados de apoyo en los procesos de aprendizaje
6. Proporcionar opciones para las funciones ejecutivas
6.1. Guiar el establecimiento de metas adecuadas
6.2. Apoyar la planificación y el desarrollo de estrategias
6.3. Facilitar la gestión de información y de recursos
6.4. Mejorar la capacidad para hacer un seguimiento de los avances

Principio III. Proporcionar múltiples formas de implicación

III. Proporcionar múltiples formas de implicación	
7.	**Proporcionar opciones para captar el interés**
7.1.	Optimizar la elección individual y la autonomía
7.2.	Optimizar la relevancia, el valor y la autenticidad
7.3.	Minimizar la sensación de inseguridad y las distracciones
8.	**Proporcionar opciones para mantener el esfuerzo y la persistencia**
8.1.	Resaltar la relevancia de las metas y los objetivos
8.2.	Variar los niveles de desafío y apoyo
8.3.	Fomentar la colaboración y la comunidad
8.4.	Proporcionar una retroalimentación orientada
9.	**Proporcionar opciones para la autorregulación**
9.1.	Promover expectativas y creencias que optimicen la motivación
9.2.	Facilitar niveles graduados de apoyo para imitar habilidades y estrategias
9.3.	Desarrollar la autoevaluación y la reflexión

Por lo tanto, los Métodos Pedagógicos se adaptarán a las características de los alumnos, favorecerán la capacidad para aprender por sí mismos y para trabajar en equipo, promoviendo la creatividad y el dinamismo, e integrarán los recursos de las tecnologías de la información y de las comunicaciones en el aprendizaje.

8.1 PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS.

Para el buen desarrollo del proceso de enseñanza/aprendizaje y de la dinámica de las clases, contemplamos los siguientes principios pedagógicos:

Aprendizaje Significativo: Para que el aprendizaje sea eficaz tomaremos como referencia el nivel de partida de conocimientos del alumnado, para lo cual es indispensable la realización de pruebas iniciales. Los nuevos contenidos deberán estar próximos a la base de que disponen los alumnos/as. También será necesario recordar en el transcurso de dicho proceso, los contenidos anteriores y activarlos de forma sistemática ya que sobre ellos se asentarán los nuevos conocimientos.

Actividad: Intentaremos que el alumno sea protagonista de su propioaprendizaje, aprendiendo por sí mismo, practicando o aplicando los conocimientos, puesto que esto supone una de las mejores formas de consolidar lo estudiado. Buscaremos así la integración activa del alumno en el proceso de enseñanza/aprendizaje del aula, donde, a su vez, se debemantener un clima de tranquilidad y cordialidad que favorezca el proceso educativo.

Interacción: El aprendizaje del alumno se realiza, muy a menudo, mediante la interacción con el profesor, pero el alumno aprende también de los iguales y por ello resulta necesaria la interacción entre alumnos en el trabajo en grupo. Como docentes

debemos arbitrar dinámicas que favorezcan esta interacción.

Motivación y autoestima: El rendimiento académico está afectado por el nivel de motivación del alumnado y la autoestima que posea, lo que elevaremos con contenidos y actividades próximos e interesantes, y haciendo percibir su utilidad, como funcionalidad práctica en la vida diaria y académica del alumnado. También se aumenta el grado de motivación con retos alcanzables y no metas lejanas y difíciles.

Inclusión educativa y atención a la diversidad: Es un principio que desarrollamos en otro apartado de la Programación. Implica la atención del profesorado a las diferencias individuales, a los diferentes ritmos de aprendizaje y a los distintos intereses y motivaciones. Es decir, la completa personalización de la enseñanza.

Interdisciplinariedad: Las materias no son compartimentos estancos, en concreto la Educación física está relacionada con la mayoría del resto de las materias, debido a su carácter de asignatura instrumental. El desarrollo de los contenidos debe tener en cuenta esta característica. El contacto permanente, en el desarrollo del currículo, entre los docente de las diferentes materias, debe ser norma obligada.

Educación en valores: La educación en valores se trabajará en todas las áreas. El alumnado debe conocer, asumir y ejercer sus derechos y deberes en el respeto a los demás, practicando la tolerancia, cooperación y solidaridad entre las personas y grupos, ejercitándose en el diálogo y afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural. La educación en valores se trabajará junto a otros temas transversales como son la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las tecnologías de la información y la comunicación.

8.2 ESTILOS DE ENSEÑANZA

Desde una óptica global, entendemos como Estilo de Enseñanza, “la manera relativamente estable en la que el profesor de manera reflexiva adapta su enseñanza al contexto, objetivos, contenidos y alumnos/as, interaccionando mutuamente y adoptando las decisiones al momento concreto de la enseñanza y aprendizaje”.

Ningún Estilo de Enseñanza es perfecto, ni válido para todas las personas ni momentos, y dado que hay distintos estilos de aprender, se hace necesario conocer y dominar distintos estilos, para aplicar los más pertinentes en cada situación y con cada grupo de personas. Joyce y Weil (1985) consideran necesario que el docente que quiera estar preparado debe dominar al menos 8 Estilos distintos.

Posteriormente Mosston y Ashworth (1993), realizaron una renovación de los estilos, enriqueciéndolos y renovándolos de acuerdo a la actual evolución de la enseñanza. Se pueden destacar como aportaciones:

- Ningún estilo es más importante ni mejor que otro, cada uno tiene su situacióny momento idóneo.
- La elección de un estilo debe estar en función de los objetivos a conseguir.
- Atención a la congruencia entre la intención y la acción.
- El alumnado es el verdadero protagonista del proceso de enseñanza aprendizaje.

En definitiva, la utilización de diversos métodos se hace imprescindible para una labor educativa seria y eficaz. Estos métodos deben buscar que el alumno construya supropio aprendizaje (**Aprendizaje Constructivo**), modificando y reelaborando sus esquemas de conocimiento de modo que sea consciente de sus acciones anteriores y pueda relacionar cada aprendizaje con ellas (**Aprendizaje Significativo**).

La acción docente debe ir encaminada a situar los nuevos aprendizajes alalcance de los alumnos y alumnas, y la vamos a concretar en estos puntos:

ESTILOS DE ENSEÑANZA	ACTIVIDAD
Tradicionales: Asignación de tareas. * Mando directo.	Algunos aspectos del acondicionamiento físico y de la realización de los test de aptitud física.
Fomentan Individualización: * Trabajos por grupos. * Programas individuales. * Enseñanza modular.	En muy diversas actividades de tipo prácticoy teórico. Juegos y deportes. También en programas de acondicionamiento físico.
Participativos: * Enseñanza recíproca. * Pequeños grupos. * Microenseñanza.	En actividades técnicas en ayuda deotros compañeros. Juegos y deportes.
Propician la socialización: *Análisis de temas públicos.	Determinados aspectos del trabajo en grupo. Discusión y puesta en común de ciertas actividades.Expresión corporal y Actividades en la naturaleza.
Cognitivos: * Descubrimiento guiado. * Resolución de problemas.	Diversas actividades de tipo teórico y práctico. Condición Física, Habilidades motrices, deportes,actividades en la naturaleza, etc...
Favorecen la creatividad:	Actividades creativas en Expresión Corporal y Danza.

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

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

La función del profesor consiste en valorar las posibilidades de éxito, reforzar la motivación y confianza de la alumna/o y planificar las progresiones; con el referente de que el objetivo final no consiste sólo en el resultado último de la actividad, sino en el hecho de superar las propias limitaciones. Para asegurar el éxito de estos/as el

profesor debe planificar, teniendo en cuenta lo que cabe esperar de cada uno de ellos/as y asegurar el tratamiento de los diferentes ritmos y niveles de aprendizaje.

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

8.3 TÉCNICAS DE ENSEÑANZA

Definida como "la forma en que el profesor transmite lo que quiere enseñar". El docente como técnico en la materia a enseñar, debe plantearse qué información hay que facilitar, en qué momento y cómo debe comunicarla.

Tipos de Información.- variará en función del Método adoptado:

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

- Métodos de Descubrimiento, el docente debe plantearse una información inicial inequívoca, clara y concisa; que fomente la atención selectiva hacia lo significativo de las tareas a realizar, y que fomente la capacidad de observación.

Formas de Información.- responden a cómo comunicarla, y en Educación Físicaexisten, a diferencia de otras áreas, tres tipos o canales de comunicación: visual, auditiva y kinestésico-táctil.

8.4 ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

Delgado, citado por Contreras en 1998, las denomina estrategias en la práctica y las define como la "forma peculiar de abordar los diferentes ejercicios que componen la progresión de la enseñanza de una determinada habilidad motriz". Tradicionalmente, sehan diferenciado en estrategias analíticas y estrategias globales.

Ambas estrategias no son excluyentes entre sí, sino que pueden servir de forma complementaria para la consecución de los objetivos educativos. Dentro de cada grupo distinguimos las siguientes variantes.

ESTRATEGIAS EN LA PRÁCTICA GLOBAL	
Con modificación de la situación real	Se modifican las condiciones de ejecución, facilitándola.Ej. Saque de voleibol bajando la altura de la red.
Con polarización de la atención	La actividad se realiza de manera completa pero se centra la atención en algún aspecto específico. Ej. En el golpeo de empeine en fútbol controlar la posición del tronco.
Global Pura	Se ejecuta la tarea en su totalidad, principalmente en tareassimples.
ESTRATEGIAS EN LA PRÁCTICA ANALÍTICA	

Analítica Pura	Se comienza por la parte que el profesor considera más importante, practicando cada una de ellas de manera aislada y realizando una síntesis final. Ej. **B + D + C + A + ABCD**
Secuencial	La ejecución se realiza en el orden de la descomposición.Siguiendo el ejemplo anterior. Ej. **A + B + C + D + ABCD**
Progresiva	Se comienza por una parte y a la vez que se vaya dominandose van incorporando otras partes. Ej. **A + AB + ABC + ABCD**.

Delgado (1991) incluye una tercera estrategia denominada mixta que consiste en combinar las dos estrategias de forma: ***Global – Analítica – Global*.**

8.5. ACTIVIDADES Y TAREAS DIDÁCTICAS.

El diseño de las actividades de Enseñanza-Aprendizaje constituye uno de los factores más relevantes de la metodología docente. En el marco de las unidades didácticas, deben plantearse actividades de finalidad diferenciada. Por ello, pueden plantearse tareas que cumplan diversas y distintas funciones:

a) ***Actividades de Diagnóstico***: permiten indagar sobre los pre-requisitos que se entienden como necesarios para abordar nuevos aprendizajes.
b) ***Actividades Creativas***: desarrollan, a partir de una idea, la creatividad.
c) ***Actividades de Desarrollo***: pretenden abordar los objetivos destinados a la mejorae de aspectos individuales (condición física, habilidades motrices, etc.).
d) ***Actividades de Aprendizaje***: buscan la transferencia de gestos, movimientos ohabilidades específicas hasta su automatización.
e) ***Actividades Resumen***: permiten observar al final del proceso los progresos obtenidos respecto al punto de partida.
f) ***Actividades de Refuerzo o Ampliación***: permiten individualizar la enseñanza al objeto de que todas las alumnas/os desarrollen capacidades.
g) ***Actividades de Evaluación***: no deben ser algo excepcional y sí participar del mismo marco de referencia que todas las anteriormente citadas.

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

- Implicar la posibilidad de disfrutar aprendiendo (carácter lúdico).
- Promover la familiarización del alumno/a con el entorno.
- Significar algo distinto a los conocimientos previos, permitiendo que el alumno/a aprecie su grado inicial de competencia.
- Posibilitar que cada alumno/a regule su ritmo de ejecución y aprendizaje.
- Presentar una coherencia interna.
- Permitir el desarrollo de los distintos contenidos simultáneamente.
- Deben abarcar todas las posibles formas de agrupamiento de los alumnos.

8.6. ORGANIZACIÓN

Todo grupo es heterogéneo por naturaleza, lo que implica la existencia de alumnos/as con diferentes capacidades y motivaciones, lo que ofrece múltiples posibilidades de creación de grupos de trabajo. En cualquier caso la organización de las alumnas/os no es algo rígido, su variación debe estar motivada por sus conocimientos, los objetivos, las características de las actividades, y el material.

Como fórmula general, estos serán los agrupamientos más utilizados en las sesiones durante el curso, sin excluir otros que se puedan adoptar en algún momento:

• ***Exposición del profesor al gran grupo o del alumnado a sus compañeros:*** desarrollo de algunos contenidos teóricos o conceptuales, exposiciones, proyectos, con o sin ayuda audiovisual, así como algunas exposiciones prácticas en el aula o en el pabellón. En determinados momentos se desdoblarán los grupos en dos o más subgrupos para facilitar la enseñanza, encargando a una parte de la clase una tarea que puedan hacer de manera autónoma mientras el profesor trabaja con el resto.

• ***Gran Grupo:*** Muchas de ellas serán dirigidas por profesor o algún compañero, para que le sigan el resto del grupo, en otros casos se propondrá una tarea en la pizarra que todos deben intentar terminar. Podemos encontrar ejemplos como en una sesión de acondicionamiento físico, sesión de calentamiento, aerobic, baile, primeros auxilios…

• ***Grupos pequeños de 2 – 5 alumnos/as:*** En función de la tarea a realizar y del material y espacio disponible. También se podrá modificar para variar la intensidad y dificultad de un juego o ejercicio físico. Estos pequeños grupos podremos utilizarlos en algunos retos físicos donde deben sumar la mayor distancia, pesos, marcas, tiempos,… entre todos participando individualmente. También entodo el trabajo de creación de coreografías, dramatizaciones, carreras de orientación por equipos con itinerarios diferentes, juegos de pistas…

• ***Trabajos en equipos cooperativos:*** el alumnado se enriquece con las aportaciones de los demás. Esta técnica favorece el intercambio de opiniones, el trabajo colaborativo, el respeto mutuo y la madurez al asumir tareas en cada grupo.

• ***Trabajos fuera del aula sobre temas concretos:*** Podrán ser individuales o en grupo.

No olvidaremos la importancia de la agrupación en la eliminación de discriminaciones con motivo de sexo, aptitud, etc. Valorando su importancia en la Coeducación como medio para favorecer la igualdad de oportunidades.

8.6.1Organización de los espacios y recursos:

En cuanto a las **Instalaciones** deportivas, siempre dispondremos de, al menos, una hora semanal en el pabellón polideportivo para cada grupo.

En situaciones normales el pabellón podrán utilizarlo dos profesores siempre que estén de acuerdo y que el tipo de sesión lo permita. Este año contamos con la dificultad de que la coincidencia horaria puede llegar a ser en ocasiones de tres grupos, dificultando así impartir clase sobre todo los días de lluvia. En esos días se buscará la posibilidad de trabajar juntos en caso de que los niveles coincidan, como es el caso de los desdobles bilingües/ no bilingües.

En cuanto a la organización del **material**, no debe responder a esquemas rígidos, deben organizarse en búsqueda de mayor aprovechamiento, de tal forma que:

- Puedan ofrecer niveles de práctica masivos, preferentemente alternativos. (tiempo de espera entre tarea y tarea).
- Puedan ofrecer variables de ejecución de tareas (un mismo material puede servir para mucho).
- No facilite la auto-marginación de los alumnos/as que se sientan menos capaces yse ubican en zonas alejadas o carentes de material.

8.6.2.Organización de los tiempos:

La clase siempre comenzará con una explicación del contenido que servirá de motivación y de proceso de relación con otras sesiones. Gracias a que contamos con una pizarra dentro del pabellón se facilita la explicación inicial del profesor, el objetivo ahora es conseguir una segunda pizarra para los períodos lectivos en los que coincidimos los dos profesores.

Durante la sesión, se llevarán a cabo los contenidos establecidos a través de las diferentes tareas propuestas, normalmente con un periodo variable para el calentamiento y otro periodo para la actividad principal, para terminar con una vuelta a la calma y la posterior recogida del material.

Al final se realizará una valoración del trabajo a través del diálogo con los alumnos/as. Se prestará especial atención a la correcta utilización del espacio y del material. Por último, se facilitará un tiempo adecuado para el aseo personal.

8.7. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.

El material disponible en el centro para la asignatura podrá ser utilizado tanto por los profesores como por los alumnos, en el horario lectivo y *extraescolar*. La gestión de este material será responsabilidad del departamento de Educación Física.

Se puede hacer una clasificación del material en:

- *Didáctico*: El utilizado para las sesiones, y que facilitan la adquisición del aprendizaje. Incluye las instalaciones y el material homologado y de fabricación propia (pelotas de malabares, tacos de madera…).

- *Curricular*: Es el que utiliza el profesor para el desarrollo de los distintos elementosdel currículo y lo componen:
  - Documentos oficiales del MEC
  - Recursos metodológicos: vídeos, música, apuntes...
  - Material para la evaluación: planillas de observación, cuaderno del profesor...
  - Bibliografía disponible.
  - Material propio elaborado por los componentes del departamento en conjunto ode forma individual.

En función de todos estos aspectos elementales contamos con diverso material:

- Para los contenidos **teóricos**: tanto impresos como audiovisuales.

- Para los contenidos **prácticos**:

- **Instalaciones:** pista polideportiva, pabellón cubierto y pista volley-playa.
- **Equipamientos:** 4 porterías de fútbol sala y 6 canastas de baloncesto.
- **Material deportivo fungible:** recogido en el siguiente inventario.

INVENTARIO DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Actualizado 27 de Junio de 2023

NOMBRE	CANTIDAD	OBSERVACIONES
AGUJAS DE HINCHAR BALONES	20	En conserjería
ALARGADOR ELÉCTRICO	1	En departamento
ALTAVOZ IBIZA PORT	1	En conserjería
AROS MALABARES	4	
AROS RÍTMICA	24	
BALÓN CASCABELES INVIDENTES	1	Roto
BALONES BALONMANO	15	Viejos
BALONES BALONCESTO	1 bien + 5	Algunos en mal estado
BALONES FUTBOL SALA	3	
BALONES MEDICINALES 2KG	4	
BALONES MEDICINALES 3KG	4	
BALONES DE FOAM	6	
BALONES DE PLÁSTICO PEQUEÑOS	6	
BALONES DE RUGBY BLANDOS	7	
BALONES DE RUGBY DUROS	7	
BALONES DE VOLEY	5	Seis nuevos en departamento
BALONES DE VOLEY FOAM	10	Todos rotos
BALONES DE COLPBOL	0	En mal estado
BANCOS SUECOS	10	
BASCULA	2	
BATES DE BEISBOL	8	
BATE DE BEISBOL GRANDE	1	
BOLSAS TRANSPORTE MATERIAL	5	
BOMBÍN HINCHAR BALONES	1	
BOTIQUÍN RELLENO BÁSICO	1	Revisar
BRÚJULAS	18	
CINTURONES VELCRO RUGBY TAG	40	
CINTA ELASTICA RED BADMINTON-VOLEY	3	Rotas y empalmadas con nudos
CINTAS MÉTRICAS	3	
CINTAS ELÁSTICAS ENTRENAMIENTO	2	
CINTAS SALTO DE ALTURA	3	
COLCHONETAS AZULEES	9	
COMBAS CROSSFIT	2	Algunas rotas
COMBAS COLORES	29 CORTAS/11 LARGAS	
COMPRESOR	1	

CONOS MARCADORES	40	3 packs
CRONÓMETRO	1	No suena
CUERDAS	12	
DIÁBOLOS CON CUERDA	11	
DINAMÓMETRO	1	
DISCOS LANZAMIENTO ATLETISMO	4	
ESTERILLAS	60	
FITBALL	2	
FRISBEE BLANDO	21	
FRISBEE DURO	8	
GAFAS PÉRDIDA DE VISIÓN	1	
GOMA FITNESS	4+2	
GOUBAK	1	Pack completo
INDIAKAS	20	Plumas en mal estado
JABALINAS FOAM ATLETISMO	4	En mal estado
JUEGO DE BOLOS	1	
JUEGO DE PETANCA	2	
JUEGO DE TOTEMS	24	
KETTLEBALL 4KG	4	
MANCUERNAS 2 KG	3	
MANCUERNAS 3 KG	2	
MAZAS MALABARES	4	
MINITRAMP DE MADERA	1	
NEUMÁTICOS	8	
PALAS DE PADEL PLÁSTICO DURO	11	
PALAS DE PLAYA DE MADERA	20	
PAÑUELOS MALABARES	2	
PELOTAS DE KINBALL	4	
PELOTAS DE PADEL PLÁSTICO DURO	¿	
PELOTAS DE RÍTMICA	12	
PELOS DE TENIS	36	
PELOTAS DE HOCKEY AGUJEROS	5	
PELOTAS DE HOCKEY DURAS	1	
PETOS	10X4	
PICAS	19	
PIZARRA BLANCA	1+1 Rota	
PORTERIAS FUTBOL SALA	4	
PORTERÍAS HOCKEY	4	
POSTES DE RED BADMINTON	4	
PUPITRES	3	
QUITAMIEDOS	2	
RAQUETAS DE BADMINTON	12	Algunas torcidas
RAQUETAS DE TELA	50	
REDES DE BADMINTON	4	
RINGOS	21	
RUEDAS ABDOMINALES	3	
SALTÓMETROS	4	
SILLAS	1	
SOGAS	5	

STICKS DE HOCKEY	19	
TABLEROS TENIS DE MESA (PIZARRA)	3	Antiguas pizarras
TENIS DE MESA(JUEGO DE RED+PALAS)	3	3 redes, 8 palas, 14 pelotas
TESTIGOS RELEVOS	8	
VAYAS ATLETISMO	4	
VOLANTES BADMINTON	18	
MESA TENIS DE MESA	1	
SPIKE BALL	1+1 roto	

9. MEDIDAS DE INCLUSIÓN EDUCATIVA Y ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DEL ALUMNADO.

Tal y como señala el artículo 2 del Decreto 85/2018, de 20 de noviembre, por el que se regula la inclusión educativa del alumnado en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha: "*se entiende como inclusión educativa el conjunto de actuaciones y medidas educativas dirigidas a identificar y superar las barreras para el aprendizaje y la participación de todo el alumnado y favorecer el progreso educativo de todos y todas, teniendo en cuenta las diferentes capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones e intereses, situaciones personales, sociales y económicas, culturales y lingüísticas; sin equiparar diferencia con inferioridad, de manera que todo el alumnado pueda alcanzar el máximo desarrollo posible de sus potencialidades y capacidades personales".*

Estas medidas pretenden promover, entre otras, la igualdad de oportunidades, la equidad de la educación, la normalización, la inclusión y la compensación educativa para todo el alumnado.

El citado cuerpo normativo, en sus artículos de 5 a 15 expone las diferentes medidas que se pueden articular para conseguir dar una respuesta adecuada a los alumnos, en función de sus necesidades, intereses y motivaciones. Así se contemplan:

1. **Medidas promovidas por la Consejería de Educación:** basada de la oferta de recursos y protocolos de actuación que permiten la escolarización en igualdad de oportunidades.
2. **Medidas de inclusión educativa a nivel de centro:** son todas aquellas que, en el marco del proyecto educativo del centro, tras considerar el análisis de sus necesidades, las barreras para el aprendizaje y los valores inclusivos de la propia comunidad educativa y teniendo en cuenta los propios recursos, permiten ofrecer una educación de calidad y contribuyen a garantizar el principio de equidad y dar respuesta a los diferentes ritmos, estilos de aprendizaje y motivaciones del conjunto del alumnado. Algunas de las que se recogen son: el desarrollo de proyectos de innovación, formación e investigación promovidos en colaboración con la administración educativa, los programas de mejora del aprendizaje y el rendimiento, el desarrollo de la optatividad y la opcionalidad. La distribución del alumnado en grupos en base al principio de heterogeneidad o Las adaptaciones y modificaciones llevadas a cabo en los centros educativos para garantizar el acceso al currículo, la participación,

eliminando tanto las barreras de movilidad como de comunicación, comprensión y cuantas otras pudieran detectarse.

3. **Medidas de inclusión educativa a nivel de aula:** las que como docentes articularemos en el aula con el objetivo de favorecer el aprendizaje del alumnado y contribuir a su participación y valoración en la dinámica del grupo-clase. Entre estas medidas, podemos destacar: las estrategias para favorecer el aprendizaje a través de la interacción, en las que se incluyen entre otros, los talleres de aprendizaje, métodos de aprendizaje cooperativo, el trabajo por tareas o proyectos, los grupos interactivos o la tutoría entre iguales, las estrategias organizativas de aula empleadas por el profesorado que favorecen el aprendizaje, como los bancos de actividades graduadas o la organización de contenidos por centros de interés, el refuerzo de contenidos curriculares dentro del aula ordinaria o la tutoría individualizada.

4. **Medidas individualizadas de inclusión educativa (artículo 8):** son actuaciones, estrategias, procedimientos y recursos puestos en marcha para el alumnado que lo precise, con objeto de facilitar los procesos de enseñanza-aprendizaje, estimular su autonomía, desarrollar su capacidad y potencial de aprendizaje, así como favorecer su participación en las actividades del centro y de su grupo. Estas medidas se diseñarán y desarrollarán por el profesorado y todos los profesionales que trabajen con el alumnado y contarán con el asesoramiento del Departamento de Orientación. Es importante subrayar que estas medidas no suponen la modificación de elementos prescriptivos del currículo. Dentro de esta categoría se encuentran las adaptaciones de acceso al currículo, las adaptaciones metodológicas, las adaptaciones de profundización, ampliación o enriquecimiento o la escolarización por debajo del curso que le corresponde por edad para los alumnos con incorporación tardía a nuestro sistema educativo.

5. **Medidas extraordinarias de inclusión (artículos de 9 a 15):** se trata de aquellas medidas que implican ajustes y cambios significativos en algunos de los aspectos curriculares y organizativos de las diferentes enseñanzas del sistema educativo. Estas medidas están dirigidas a que el alumnado pueda alcanzar el máximo desarrollo posible en función de sus características y potencialidades. La adopción de estas medidas requiere de una evaluación psicopedagógica previa, de un dictamen de escolarización y del conocimiento de las características y las implicaciones de las medidas por parte de las familias o tutores y tutoras legales del alumnado. Estas medidas extraordinarias son: las adaptaciones curriculares significativas, la permanencia extraordinaria en una etapa, flexibilización curricular, las exenciones y fragmentaciones en etapas post-obligatorias, las modalidades de Escolarización Combinada o en Unidades o Centros de Educación Especial, los Programas Específicos de Formación Profesional y cuantas otras propicien la inclusión educativa del alumnado y el máximo desarrollo de sus potencialidades y hayan sido aprobadas por la Dirección General con competencias en materia de atención a la diversidad.

Teniendo en cuenta, fundamentalmente las características de nuestro alumnado y las características de Educación Física, en determinadas ocasiones, será necesario adaptar los saberes básicos que tengan un peso teórico para aquellos alumnos que tengan algún tipo de necesidad educativa de tipo cognitivo, dando mayor relevancia a los aspectos prácticos de la materia. Sin embargo, en otros casos será necesario hacer adaptación en todas aquellas actividades prácticas en los que el alumno o alumna tenga algún tipo de dificultad motriz o discapacidad física, ya sea temporal o permanente. Para ello propondremos, por ejemplo:

- Diseñar actividades con diferentes grados de dificultad y grados de ejecución.

- Facilitación del acceso a los saberes básicos, ofreciendo diferentes propuestas de trabajo y roles.
- Trabajo en equipo y actividades cooperativas.
- Compañero-ayuda.
- Asignación de funciones de organización de las sesiones.
- Elaboración de trabajos alternativos.

El caso de que el alumno no alcance los criterios de evaluación previstos, se facilitarán medidas extraordinarias, tratando de evitar, siempre que sea posible, a través de la individualización de la enseñanza, esta circunstancia.

10. EVALUACIÓN

La evaluación supone la recogida sistemática de información sobre el proceso de enseñanza y aprendizaje que permite realizar juicios de valor encaminados a mejorar el propio proceso. Estos juicios de valor se realizan según García Ramos (1989) a través de "*una base de datos obtenidos por algún procedimiento, que en general podemos denominar medida. Sin la medida no es posible evaluar".*

Cómo vamos a evaluar en la Educación Secundaria Obligatoria aparece recogido a nivel normativo en el artículo 28 de la LOE-LOMLOE. Se hace constar que la evaluación será **continua, formativa e integradora** según las distintas materias. **La evaluación inicial,** que nos indica el punto de salida de cada alumno/a, no será tenido en cuenta para los resultados.

El calendario de aplicación de las evaluaciones para este curso es el siguiente:

- Evaluación inicial: 3, 4 y 5 de octubre.
- 1ª evaluación: 19, 20 y 21 de diciembre.
- 2ª evaluación: 19, 20 y 21 de marzo.
- Final: 24, 25 y 26 de junio
- Ordinaria Bachillerato: 1 de junio
- Extraordinaria Bachillerato: 24, 25 y 26 de junio.

10.1. Qué evaluar: criterios de evaluación

El Decreto 82/2022, de 12 de julio, en su artículo 16.3 señala que:

"En la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado deberá tenerse en cuenta como referentes últimos, desde todas y cada una de las materias o ámbitos, la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y el grado de adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil de salida.

Asimismo, el apartado 4 de este mismo artículo refleja:

"El carácter integrador de la evaluación no impedirá que el profesorado realice de manera diferenciada la evaluación de cada materia o ámbito teniendo en cuenta sus criterios de evaluación. Esta evaluación integradora implica que desde todas y cada una de las materias o ámbitos deberá tenerse en cuenta la consecución de los objetivos establecidos para la etapa, el desarrollo correspondiente de las competencias previsto en el Perfil de salida del alumnado".

En consecuencia, hemos establecido un peso a los criterios de evaluación, referentes a través de los cuales se evaluaremos las competencias específicas asociadas a ellos y por extensión sus descriptores operativos. A través de estas competencias clave, desde nuestra asignatura, se contribuye a la consecución del perfil de salida. En las **tablas del apartado 6.3** de esta programación didáctica se comprueba la relación de estos elementos, con los criterios de evaluación ponderados.

10.2. Cómo evaluar: tipos de evaluación, procedimientos e instrumentos.

El proceso de evaluación de los alumnos es uno de los elementos más importantes de la programación didáctica, porque refleja el trabajo realizado tanto por el docente como por el alumno en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Las nuevas tendencias educativas nos permiten utilizar los siguientes tipos de evaluación:

- La **autoevaluación,** es el propio alumno el que se autocalifica, por lo que se ve obligado a realizar un esfuerzo de autocrítica, valorando sus capacidades, actitud, esfuerzo, objetivos superados, logros y también sus fracasos.
- La **coevaluación,** es muy interesante porque plantea una evaluación entre iguales. Es decir, son los propios compañeros/as que se evalúan entre ellos/ as, valorando el grado de implicación, actitud e interés de los distintos integrantes del equipo.
- La **heteroevaluación** permite la implicación en la valoración del alumnado de sus compañeros y compañeras, profesores de otras asignaturas y otros agentes externos.

Debemos tener una información detallada del alumno en cuanto a su nivel de comprensión respecto a los saberes básicos y competencias específicas tratados en el aula. Esta información la obtendremos de los diferentes instrumentos que se emplearán a lo largo del curso para poder establecer un juicio objetivo que nos lleve a tomar una decisión en la evaluación. Para ello los criterios de evaluación serán evaluados a través de diferentes instrumentos:

PROCEDIMIENTOS DE OBSERVACIÓN	Registro anecdótico Listas de control	Descripción de algún hecho observado Presencia o ausencia de una conducta
	Escalas de clasificación	Valoración de la realización de una tarea de forma cualitativas (flojo, regular, bien) o cuantitativas (de 1 a 5, de 1 a 10, de 1 a 3)
PROCEDIMIENTOS DE EXPERIMENTACIÓN Y RENDIMIENTO	Test	Baterías de condición física, pruebas de habilidad motriz
	Pruebas de ejecución	Realización de una actividad o habilidad previamente explicada por el profesor o por el alumno
	Pruebas objetivas	De evocación (respuestas breves), de cumplimentar textos, de verdadero o falso, de elección múltiple (varias respuestas a elegir), de correspondencia (flechas), de identificación (un dibujo en el que hay que identificar el tipo de ejercicio, etc)
	Examen escrito y Examen oral	Pruebas de desarrollo: preguntas largas, preguntas cortas, con material, sin material, etc.
	Entrevistas y técnicas sociométricas	Elección de equipos (valoración del nivel de los compañeros), confección de grupos (nivel de dominio o nivel de relación), rechazo de alumnos, etc.

En las siguientes tablas se pueden ver los instrumentos de evaluación utilizados en cada una de las evaluaciones y estableciendo una relación directa con los criterios de evaluación y las competencias específicas:

COMP. ESPEC.	%	CRIT. EVA	1º ESO			INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
			1ªeva	2ªeva	3ªeva	
1	30%	1.1	x		x	PRUEBAS DE EJECUCIÓN Y PRUEBAS OBJETIVAS
		1.2	x		x	REGISTRO ANECDÓTICO
		1.3			x	LISTA DE CONTROL
		1.6	x			TRABAJO/PRUEBA ESCRITA
2	30%	2.1	x	x	x	PRUEBAS DE EJECCUCIÓN Y ESCALAS DE CALIFICACIÓN
		2.2	x	x	x	
3	20%	3.1	x	x	x	OBSERVACIÓN DIRECTA
		3.2	x	x	x	
		3.3	x	x	x	
4	15%	4.1		x		TRABAJO/PRUEBA ESCRITA
		4.3		x		PRUEBAS DE EJECUCIÓN Y REGISTRO ANECDÓTICO
5	5%	5.1			x	LISTA DE CONTROL/PRUEBA ESCRITA

COMP. ESPEC	%	CRIT. EVA	2º ESO			INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
			1ªeva	2ªeva	3ªeva	
1	30%	1.2	x		x	PRUEBAS DE EJECUCIÓN Y PRUEBAS OBJETIVAS
		1.4			x	TRABAJO/PRUEBA ESCRITA
		1.5	x		x	LISTA DE CONTROL
		1.6	x			TRABAJO/PRUEBA ESCRITA
2	30%	2.2	x	x	x	PRUEBAS DE EJECCUCIÓN Y ESCALAS DE CALIFICACIÓN
		2.3	x	x	x	
3	20%	3.1	x	x	x	OBSERVACIÓN DIRECTA
		3.2	x	x	x	
		3.3	x	x	x	
4	15%	4.2		x		TRABAJO/PRUEBA ESCRITA
		4.3		x		PRUEBAS DE EJECUCIÓN Y REGISTRO ANECDÓTICO
5	5%	5.2			x	LISTA DE CONTROL

COMP. ESPEC	%	CRIT. EVA	3º ESO			INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
			1ªeva	2ªeva	3ªeva	
1	30%	1.2	x		x	PRUEBAS DE EJECUCIÓN Y PRUEBAS OBJETIVAS
		1.3	x		x	REGISTRO ANECDÓTICO
		1.5	x		x	LISTA DE CONTROL
		1.6	x			TRABAJO/PRUEBA ESCRITA

2	30%	2.2	x	x	x	PRUEBAS DE EJECCUCIÓN Y ESCALAS DE CALIFICACIÓN
		2.3	x	x	x	
3	20%	3.1	x	x	x	OBSERVACIÓN DIRECTA
		3.2	x	x	x	
		3.3	x	x	x	
4	10%	4.1		x		TRABAJO/PRUEBA ESCRITA
		4.3		x		PRUEBAS DE EJECUCIÓN Y REGISTRO ANECDÓTICO
5	10%	5.1			x	LISTA DE CONTROL
COMP. ESPEC	**%**	**CRIT. EVA**	**4º ESO**			**INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN**
			1ªeva	2ªeva	3ªeva	
1	30%	1.1	x		x	PRUEBAS DE EJECUCIÓN Y PRUEBAS OBJETIVAS
		1.2	x		x	PRUEBAS DE EJECUCIÓN Y PRUEBAS OBJETIVAS
		1.4			x	TRABAJO/PRUEBA ESCRITA
		1.5	x			LISTA DE CONTROL
		1.6	x			TRABAJO/PRUEBA ESCRITA
2	30%	2.1	x	x	x	PRUEBAS DE EJECCUCIÓN Y ESCALAS DE CALIFICACIÓN
		2.2	x	x	x	
		2.3	x	x	x	
3	20%	3.1	x	x	x	OBSERVACIÓN DIRECTA
		3.2	x	x	x	
		3.3	x	x	x	
4	15%	4.1			x	TRABAJO/PRUEBA ESCRITA
		4.2			x	REGISTRO ANECDÓTICO
		4.3			x	PRUEBAS DE EJECUCIÓN Y REGISTRO ANECDÓTICO
5	5%	5.2		x		LISTA DE CONTROL

Los instrumentos que aquí se reflejan pueden variar cuando algún alumno tenga que recuperar alguna evaluación, ya que es imposible evaluar algunos saberes básicos cuando el resto de alumnos del grupo no está presente, principalmente aquellos que tienen que ver con la resolución de situaciones motrices en grupo.

10.3 Criterios de calificación.

Existen otros factores a tener en cuenta en la calificación del alumno, los cuales afectarán al resultado final, antes de aplicar los porcentajes ponderados.

1. **Faltas de asistencia:**

Las faltas de asistencia del alumno pueden perjudicar en su calificación, ya que el 90% de nuestros criterios de evaluación recogen la palabra **"practicar".** Así pues, el profesor/a irá evaluando a lo largo de todo el curso con diferentes instrumentos, es decir, no habrá una prueba final que decida la nota del alumno. Además en nuestra materia es de vital importancia analizar cómo el alumno o alumna trabaja en clase, su esfuerzo diario, su gestión emocional en situaciones motrices, sus habilidades sociales en situaciones motrices colectivas… que no podrán ser evaluadas si el alumno o alumna no asiste a clase con regularidad.

2. **Exención de la práctica total o parcial:**

Debe estar justificada mediantecertificado médico en el que se especifique que tipo de actividades no pueden realizar y durante cuánto tiempo, así como los ejercicios correctores indicados.

Lesión: Cuando por lesión (siempre que haya presentado justificante médico) un alumno o alumna no pueda realizar la parte práctica de la asignatura se calificará ese apartado mediante trabajos escritos que desarrollen la práctica realizada y/o a través de pruebas escritas que reflejen lo aprendido a través de esos trabajos con lo que la valoración teórica tendrá máxima importancia.

Estos alumno/as podrán tener diferentes adaptaciones y realizar actividadesalternativas o correctoras de su lesión, así como otras de colaboración en el funcionamiento de la clase, pero en ningún caso estarán exentos de la asistencia y de la parte teórica.

Los exámenes, trabajos u otras actividades que tuvieran que realizarse por escrito, deberán presentarse sin faltas ortográficas, limpias y correctamente redactadas, valorando la presentación.

La no presentación a exámenes, trabajos, actividades o ejercicios prácticos, o de las adaptaciones propuestas por el profesor/a, como alternativa a alguna lesión o exención justificada por el médico, dará lugar a una evaluación negativa en los correspondientes criterios de evaluación.

10.4 Recuperaciones y alumnos pendientes

El departamento pondrá en marcha todos aquellos procesos de **refuerzo y ampliación** que sean necesarios para que los alumnos consigan promocionar con éxito, garantizando que el proceso de enseñanza aprendizaje culmine con el mejor resultado posible.

Aquellos alumnos y alumnas que obtengan una calificación negativa durante alguna

evaluación tendrán que recuperar los criterios de evaluación suspensos. Dependiendo de los criterios suspenos, el alumno tendrá que recuperar

-Teoría: mediante examen y/o trabajo teórico de los saberes básicos que necesite recuperar al inicio del siguiente trimestre.

- Práctica: repetición de aquella pruebas físicas (saberes básicos suspensos) al final de cada trimestre o del curso.

- Actitudes: se realizará mediante evaluación continua, de modo que el alumno deberá cambiar su actitud y alcanzar los saberes básicos del grupo D en la siguiente evaluación, para poder así adquirir la competencia específica 3 de la materia.

Al finalizar cada evaluación se entregará a cada alumno o alumna suspenso su respectivo Programa de Refuerzo Educativo (PRE). Deberá realizar la recuperación después de cada trimestre. *Si la evaluación es positiva se le* otorgará la calificación correspondiente en las evaluaciones anteriormente calificadas como insuficiente.

Los alumnos que tengan la **materia pendiente de cursos anteriores** deberán:

- Superar los criterios de evaluación del curso anterior, en cuanto a los contenidos prácticos.

- En cuanto a los saberes básicos teóricos, además deberá superar también aquellos que se especifican en el PRE. Para ello el docente entregará al inicio de curso un PRE con los criterios de evaluación a superar y las características del trabajo que deberá realizar para superar la materia. La materia de EF suspensa no se recupera automáticamente si aprueban la del curso posterior, pues muchos de saberes básicos abordados son diferentes.

Aquellos alumnos que no promocionen, siempre que sean detectadas ciertas dificultades, deberán tener un Programa de Refuerzo que se adapte a susnecesidades.

10.5 Evaluación de la práctica docente

Para conocer si los medios y técnicas de enseñanza aplicados son correctos o susceptibles de modificación, los medios que utilizaremos para valorar nuestra funcióndocente serán:

- **Observación**. A través de la auto-observación y de análisis de nuestra labor a través de hojas de observación

- **Cuestionarios**. Realizados por los alumnos y con cuestiones concretas referidas a los objetivos del curso, organización y desarrollo de las actividades, conocimiento dela materia, características personales, técnicas y procedimientos de enseñanza, tareas que son encomendadas, exámenes y pruebas con fines de evaluación.
- **Entrevistas**. De las conclusiones que sobre nuestra labor docente extraigamos delos alumnos o de nuestros propios compañeros.

10.6. Evaluación del proceso de la acción didáctica

Nos permite conocer:

- el grado en que se alcanzan los objetivos propuestos.
- la continuidad entre los objetivos generales y los didácticos.

- la vinculación o relación objetivo-contenido.
- la eficacia de lo que se enseña para poder establecer posibles modificaciones.
- las situaciones de la acción didáctica (contenidos, actividades de enseñanza, normas de trabajo y formas de agrupar los alumnos.
- la importancia - mayor o menor - de las instalaciones y el material.
- la congruencia entre el nivel previsto de los alumnos y el nivel final.
- la congruencia ente la situación didáctica prevista y la que realmente se aplica

Los medios que utilizaremos serán:

- **Métodos de observación.**
- **Cuestionarios específicos** sobre el proceso.
- **Charlas** de los miembros del departamento.

10.7 Evaluación interna de la programación

1. RESPECTO A CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN			
INDICADORES	**SI**	**NO**	**OBSERVACIONES**
1. La programación recoge los criterios de evaluación de forma clara y sencilla.			
2. Los alumnos tienen acceso a los criteriosde evaluación/calificación.			
3. Las familias, tienen acceso a los criteriosde evaluación/calificación.			
4. Se evalúan los conocimientos previos.			
5. Va dirigida a los diferentes tipos de contenido			
6. Se valoran los contenidos actitudinales y procedimentales			
7. Se evalúan las competencias			
8. Se valora el trabajo que desarrolla encasa			
9. Se valora el trabajo que desarrolla el alumno en el aula			
10. Se evalúa el proceso de aprendizaje de manera directa y a través de los cuadernos (materiales) de trabajo del alumnado.			
11. Las pruebas contemplan diferentesniveles de dificultad			
12. Se analizan los resultados del grupo de alumnos.			

13. Se establecen los procedimientos de recuperación por evaluación.			
14. Las sesiones de evaluación son suficientes y eficaces.			
15. Se evalúa periódicamente la programación.			
16. Se evalúa la propia práctica docente.			
17. La evaluación es continua.			
18. Los resultados de las evaluaciones se utilizan para adecuar la programación.			
19. *En la programación se recogen los documentos que elabora el Centro para la evaluación.*			
20. La programación contempla mecanismos propios de evaluación interna			
21. Se han tenido en cuenta los resultados de las pruebas de diagnóstico del curso anterior.			

2. RESPECTO A LA METODOLOGÍA.

INDICADORES		**SI**	**NO**	**OBSERVACIONES**
1. Se prevé una metodología activa y participativa del alumno				
	- Participa en una selección de actividades			
	- Exponiendo trabajo al grupo			
	- Realizando proyectos			
	- Realizando trabajos en grupo			
	- Mediante actividades por descubrimiento guiado			
	- Otras:			
2. La actuación del profesor tiene un enfoque interdisciplinar				
3. Los diferentes tipos de actividades se basan en aprendizajes significativos y funcionales.				
4. La distribución del aula facilita el trabajo autónomo.				
5. La distribución del aula se modifica en función de las actividades.				
6. Se prevé el uso de otros espacios				

	- Biblioteca			
	- Salas de informática			
	- Laboratorios			
	- Espacios fuera del centro			
	- Otros:			
7.Recursos previstos				
	- Recursos propios de la asignatura			
	- Materiales elaborados por el departamento			
	- Medios audiovisuales			
	- Medios informáticos			
	- Libro de texto			
	- Actividades extraescolares y complementarias			
	- Libros de consulta			
	- Libros de lectura			
8. Se ponen en práctica técnicas de estudio: subrayado, esquema, mapas conceptuales…				
9. Se favorece la lectura y la comprensión lectora.				
10. Se contempla el seguimiento individualizado del alumno y la comprobación del trabajo de éste através de…				
	La graduación de los sabers básicos			
	La distribución de forma flexible de los tiempos de las sesiones.			
	La utilización de actividades de refuerzo			
	La utilización de actividades de ampliación			

3.RESPECTO A LOS OBJETIVOS Y SABERES BÁSICOS			
INDICADORES	**SI**	**NO**	**OBSERVACIONES**
1.- Los objetivos y saberes básicos se adecuanal Centro			
2.- Están contextualizados en relación conel nivel de desarrollo y competencia del alumno			

3 . - Los objetivos didácticos hacenreferencia a los objetivos generales de etapa			
4.- Contemplan objetivos y saberes básicos de conceptos, procedimientos y actitudes.			
5.- Los saberes básicos están organizados y categorizados en función de bloques temáticos			
6.- Los bloques temáticos se desarrollan através de las unidades programáticas			
7.- Se incluyen temastransversales.			
8.- La secuencia de saberes básicos responde:			
- A la lógica de la materia			
- Al desarrollo evolutivo del alumnado			
- A la coordinación con otros			
- Al desarrollo de lo particular a lo general			
- Al desarrollo de lo general a lo particular			
9.- Los diferentes tipos de saberes básicos se desarrollan suficientemente en las distintas actividades.			

4. RESPECTO A LA ESTRUCTURA DE LA PROGRAMACIÓN.

INDICADORES	SI	NO	OBSERVACIONES
1.- La estructura general de la programación ha sido elaborada mediante acuerdos en la CCP			
2.- Existe coordinación entre las programaciones de distintos departamentos			
3.- Ha sido elaborada teniendo en cuenta las aportaciones de los distintos miembros del departamento			
4.- Existe coordinación, en su desarrollo, entre los miembros del departamento			
5.- Contempla los objetivos generales del área, los contenidos y los criterios de evaluación			
6.- Son coherentes los objetivos, los sabers básicos y los criterios de evaluación			

7.- Secuencia los saberes básicos a lo largo de la etapa			
8.- Define los criterios metodológicos			
9.- Contempla medidas ordinarias de atención a la diversidad			
10.- Incluye temas transversales			
11.- Define los procedimientos de evaluación y los criterios de calificación			
12.- Contempla la realización de salidas y visitas al entorno, en relación con los objetivos propuestos			
13.- Se toma en consideración la utilización de la tecnologías de la información y la comunicación			.
14.- Es independiente de una opción editorial			
15.- Se cumple en su totalidad:			
- Por adaptarse al grupo			
- Por replantearse la temporalidad			

11. ELEMENTOS TRANSVERSALES

En la etapa de Educación Secundaria Obligatoria la educación en valores debe de ser complementaria a los contenidos curriculares o saberes básicos. Estos valores se afrontan en las diferentes materias/ámbitos a través de los propios criterios de evaluación, debiéndose también incardinar con los proyectos de centro que los trabajan. Los valores son los pilares en los que se asienta toda sociedad, por tanto, educar en valores debe de ser una tarea transversal a los contenidos de las materias/ámbitos. Su importancia radica en la necesidad de formar alumnos que sean capaces de desenvolverse de manera cívica y democrática en la sociedad actual.

Los elementos transversales que deberán ser trabajados desde las diferentes materias, dentro de Educación Física nos centraremos en el desarrollo desde los siguientes: la comunicación audiovisual, las TIC, el espíritu emprendedor e inciciativa empresarial, la educación cívica y constitucional, la igualdad, la salud, la actividad física y la alimentación (a través del PES), la libertad, la justicia y el pluralismo político, la paz, el respeto a los derechos humanos, el desarrollo sostenible y el medio ambiente, la seguridad y la educación vial y por último la comprensión lectora y la expresión oral y escrita. Estas últimas se trabajarán a través del **Plan de Lectura** del centro, siendo estas sus líneas de actuación:

BLOQUES	OBJETIVOS	TEMPORALIZACIÓN
Aprender a aprender	Trabajar la lectoescritura con nuestro alumnado a través del consenso de acuerdos mínimos en CCP.	A partir de dicho consenso en CCP
Leer para aprender	Mejorar la comprensión de textos multimodales para conseguir lectores y lectoras competentes.	Todo el curso
El placer de leer	Propiciar la lectura de elección propia, en general; y disfrutar del género epistolar, en particular.	Segundo trimestre
El alumnado como autor	Mejorar en el alumnado la producción de textos escritos (con o sin intención literaria).	Todo el curso
El lenguaje oral	Mejorar la producción de textos orales en nuestro alumnado.	Todo el curso

En el Departamento de Educación Física diseñaremos actividades variadas y acordes a nuestra materia buscando siempre lecturas que motiven al alumnado, además de tener en cuenta las descritas en el plan de Lectura.

12. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Para garantizar el alcance y el desarrollo de las competencias por parte del alumnado, incluiremos a lo largo del curso una serie de actividades en las que los alumnos y alumnas puedan aplicar los conocimientos adquiridos en situaciones reales. Las actividades complementarias y extraescolares, propuestas para este curso son las siguientes, estando algunas de ellas incluidas en el Proyecto Saludable.

- **ACTIVIDAD. Actividades físico-deportivas durante los recreos:**

Nombre y destino de la actividad: Liga Interna de Fútbol Sala, Bádminton, Baloncesto, Volley-playa, Tenis de mesa y Spikeball.
Trimestre: A lo largo de todo el curso.
Recursos y materiales: Pabellón deportivo del centro. Balones de fútbol sala, baloncesto y vóley. Raquetas y volantes de bádminton. Mesas de ping pong, palas y pelotas. Kit de juego de Spikeball.
Curso: ESO, Bachillerato y profesorado del centro. Cada curso podrá participar en las modalidades propuestas desde el departamento. Jugarán separados por categorías.
Objetivos:

- Poner en práctica los conceptos trabajados en los diferentes deportes durante las sesiones de clase.
- Participar en actividades deportivas, mostrando actitudes de tolerancia,respeto y juego limpio.

- **ACTIVIDAD: Jornada de iniciación al esquí.**

Nombre y destino de la actividad: Jornada de iniciación al esquí en Xanadú.
Trimestre: 3º

Recursos y materiales: los que dispongan las entidades organizadoras.Curso: 3º y 4º ESO y 1º Bachillerato.

Objetivos:

- Descubrir y conocer otros deportes
- Valorar las posibilidades deportivas y educativas que pueden ocupar eltiempo libre y de ocio de nuestro alumnado.
- Conocer y practicar actividades y deportes de invierno
- Mostrar actitudes de respeto, tolerancia del nivel demostrado por cada unoen las distintas modalidades deportivas desarrolladas.

▪ ACTIVIDAD: TENIS. OPEN DE TENIS DE MADRID.

Nombre y destino de la actividad: Open de tenis de Madrid.
Trimestre: 3º
Recursos y materiales: Autobús.
Curso: Todos los niveles.
Objetivos:

- Asisitir a un evento deportivo de relevancia internacional.
- Comprobar la influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas.
- Analizar el impacto social del deporte espectáculo.
- Vivenciar una situación real de un deporte que se ha trabajo en clase previamente.

▪ ACTIVIDAD: V GIMNASTRADA ESCOLAR PROVINCIAL

Nombre y destino de la actividad: IV Gimnastrada Escolar. Lugar por determinar.
Trimestre: 2º.
Recursos y materiales: Autobús gratuito.
Curso: 1º Bachillerato
Objetivos:

- Potenciar las actividades rítmicas y expresivas para la ampliación del repertorio motriz de los participantes.
- Favorecer la convivencia, toma de decisiones y consecución de objetivos comunes dentro del grupo.
- Fomentar la participación, poniendo en valor el proceso de preparación como recompensa intrínseca de cada participante.
- Trabajar la igualdad entre chicos y chicas a través de actividades expresivas.

▪ ACTIVIDAD: CARRERA IES BLAS DE PRADO

Nombre y destino de la actividad: XII CARRERA IES BLAS DE PRADO
Trimestre: 2º.
Curso: Toda la comunidad educativa
Objetivos:

- Fomentar la práctica deportiva entre toda la comunidad educativa a la vez que se disfruta de una actividad al aire libre.

- Mejorar la convivencia entre el alumnado del centro, participando de manera lúdica, reconociendo el esfuerzo de todos los participantes y respetando los diferentes niveles de cada persona.
- Implicar a los alumnos y alumnas de cursos superiores y fomentar la participación en los aspectos organizativos de la actividad.

Participaremos también en las actividades propuestas por el **Programa Somos Deporte 3-18** de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, según vayan saliendo las convocatorias, tal y como lo hicimos el curso anterior con actividades como Piragüismo, Marcha Nórdica y Escalada.

13. COMUNICACIÓN CON LAS FAMILIAS

Durante este curso 2023/2024, la plataforma digital principal que se va a utilizar para información y comunicación será "Educamosclm" y Microsoft teams; pudiendo también para facilitar el desarrollo de la asignatura google classroom o el mail.

El docente informará a cada alumno de las normas de comportamiento, criterios de evaluación y calificación, contenidos, etc, a principio de curso. Se hará hincapié en señalar la importancia de estas plataformas digitales a la hora de entrega de trabajos, y así ir reduciendo poco a poco el material impreso. Las familias también serán informadas de los Criterios de Calificación y recuperación a través de educamosclm.

También se envía una comunicación a las familias en la que se solicita la autorización de las mismas para poder grabar y tomar imágenes en la realización de diversos contenidos, así como la autorización para salir por los alrededores del centro para llevar a cabo alguno de los contenidos de la asignatura.

Además de manera mensual, el tutor informará a las familias de la evolución de sus hijos a través de diversos documentos, (si hubiera algún problema o se viera necesario).

Y en el caso de que algún padre/madre, deseara hablar con un profesor en particular,se cuenta con una hora semanal de atención a padres o incluso a través de vía telefónica.

Como decimos pues y en síntesis mantendrá una comunicación fluida y periódica con las familias. Además del informe trimestral de evaluación, las familias recibirán información sobre los logros académicos de sus hijos a través de varias vías:

-Mediante comunicaciones a través de los tutores.

-Por teléfono o personalmente cuando se estime necesario.

-Mediante entrevistas en la hora de atención a las familias, cuando estas lo soliciten.

-A través de las tutorías individualizadas.

-A través de la plataforma *Educamosclm*

14. PROGRAMACIÓN 1º BACHILLERATO.

La Educación Física en Bachillerato plantea dos líneas de evolución claras.

La primera, dar continuidad al trabajo realizado en la educación obligatoria y a los retos clave que en ella se abordaron, como, por ejemplo, que el alumnado consolidase un estilo de vida activo, disfrutase de su propia corporalidad y de las manifestaciones culturales de carácter motor, desarrollase activamente actitudes eco-socialmente responsables o afianzase el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial del propio aprendizaje.

En segundo lugar, en esta etapa, la materia adopta un carácter propedéutico. En este sentido, la evolución que en la última década han experimentado la actividad física, el deporte, la salud y el uso del tiempo libre, explica el incremento exponencial que se ha producido en la oferta de titulaciones y opciones laborales relacionadas con la misma. La materia tratará de presentar una amplia gama de alternativas representativas de la versatilidad de la disciplina que sirva para acercar al alumnado a esta serie de profesiones y posibilidades de estudio, ya sea en el ámbito universitario, en el de la formación profesional o en el de las enseñanzas deportivas.

14.1 OBJETIVOS

Según el Decreto 83/2022, de 12 de julio, por el que se establecen la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria para la Comunidad Autónoma de Castilla la Mancha. El Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

a) Ejercer la ciudadanía democrática desde una perspectiva global y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española y por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.

b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma, desarrollar su espíritu crítico, además de prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.

c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en cualquier momento y lugar, particularmente en Castilla-La Mancha, impulsando la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género, además de por cualquier otra condición o circunstancia, tanto personal como social.

d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

e) Dominar la lengua castellana tanto en su expresión oral como escrita.

f) Expresarse, con fluidez y corrección, en una o más lenguas extranjeras, aproximándose, al menos en una de ellas, a un nivel B1 del Marco Común Europeo de Referencia de las Lenguas, como mínimo.

g) Utilizar, con solvencia y responsabilidad, las tecnologías de la información y la comunicación.

h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social, respetando y valorando específicamente, los aspectos básicos de la cultura y la historia, con especial atención a los de Castilla-La Mancha, así como su patrimonio artístico y cultural.

i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales, además de dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.

j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar, de forma crítica, la contribución de la ciencia y la tecnología al cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente. k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.

l) Desarrollar la sensibilidad artística, literaria y el criterio estético como fuentes de formación y enriquecimiento cultural, conociendo y valorando creaciones artísticas, entre ellas las castellano-manchegas, sus hitos, sus personajesy representantes más destacados.

m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social, afianzando los hábitos propios de las actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental.

n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.

ñ) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.

o) Conocer los límites de los recursos naturales del planeta y los medios disponibles para procurar su preservación, durante el máximo tiempo posible, abandonando el modelo de economía lineal seguido hasta el momento y adoptando tanto los hábitos de conducta como los conocimientos propios de una economía circular.

14.2 COMPETENCIAS CLAVE Y PERFIL DE SALIDA

El Bachillerato tiene como finalidad proporcionar al alumnado formación, madurez intelectual y humana, conocimientos, habilidades y actitudes que le permitan desarrollar funciones sociales e incorporarse a la vida activa con responsabilidad y aptitud. Debe, asimismo, facilitar la adquisición y el logro de las competencias indispensables para su futuro formativo y profesional, y capacitarlo para el acceso a la educación superior.

Para cumplir estos fines, es preciso que esta etapa contribuya a que el alumnado progrese en el grado de desarrollo de las competencias que, de acuerdo con el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica, debe haberse alcanzado al finalizar la Educación Secundaria Obligatoria. Las competencias clave que se recogen en dicho Perfil de salida son las siguientes:

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia plurilingüe.

- Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
- Competencia digital.
- Competencia personal, social y de aprender a aprender.
- Competencia ciudadana.
- Competencia emprendedora.
- Competencia en conciencia y expresión culturales.

Estas competencias clave son la adaptación al sistema educativo español de las establecidas en la Recomendación del Consejo de la Unión Europea, de 22 de mayo de 2018, relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente. Esta adaptación responde a la necesidad de vincular dichas competencias a los retos y desafíos del siglo XXI, así como al contexto de la educación formal y, más concretamente, a los principios y fines del sistema educativo establecidos en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

Si bien la Recomendación se refiere al aprendizaje permanente, que debe producirse a lo largo de toda la vida, el Perfil de salida remite al momento preciso del final de la enseñanza básica. Del mismo modo, y dado que las competencias clave se adquieren necesariamente de forma secuencial y progresiva a lo largo de toda la vida, resulta necesario adecuar las mismas a ese otro momento del desarrollo personal, social y formativo del alumnado que supone el final del Bachillerato. Consecuentemente, en el presente anexo, se definen para cada una de las competencias clave un conjunto de descriptores operativos, que dan continuidad, profundizan y amplían los niveles de desempeño previstos al final de la enseñanza básica, con el fin de adaptarlos a las necesidades y fines de esta etapa postobligatoria.

De la misma manera, en el diseño de las enseñanzas mínimas de las materias de Bachillerato, se mantiene y adapta a las especificidades de la etapa la necesaria vinculación entre dichas competencias clave y los principales retos y desafíos globales del siglo XXI a los que el alumnado va a verse confrontado. Esta vinculación seguirá dando sentido a los aprendizajes y proporcionará el punto de partida para favorecer situaciones de aprendizaje relevantes y significativas, tanto para el alumnado como para el personal docente.

Con carácter general, debe entenderse que la consecución de las competencias y objetivos del Bachillerato está vinculada a la adquisición y desarrollo de dichas competencias clave. Por este motivo, los descriptores operativos de cada una de las competencias clave constituyen el marco referencial a partir del cual se concretan las competencias específicas de las diferentes materias. Esta vinculación entre descriptores operativos y competencias específicas propicia que de la evaluación de estas últimas pueda colegirse el grado de adquisición de las competencias clave esperadas en Bachillerato y, por tanto, la consecución de las competencias y objetivos previstos para la etapa.

A continuación, se detallan los descriptores de los perfiles de salida que están relacionados con las competencias específicas, así como las veces que aparecen:

COMPETENCIAS CLAVE	DESCRIPTORES OPERATIVOS	Nº de veces del descriptor en las competencias específicas
Competencia en comunicación lingüística	**CCL1**	0
	CCL2	0
	CCL3	0
	CCL4	0
	CCL5	1
Competencia plurilingüe	**CP1**	0
	CP2	0
	CP3	0
Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.	**STEM1**	0
	STEM2	1
	STEM3	0
	STEM4	0
	STEM5	3
Competencia digital.	**CD1**	1
	CD2	0
	CD3	0
	CD4	1
	CD5	0
Competencia personal, social y de aprender a aprender	**CPSAA1.1**	2
	CPSAA1.2	4
	CPSAA2	2
	CPSAA3.1	0
	CPSAA3.2	0
	CPSAA4	1
	CPSAA5	2
Competencia ciudadana.	**CC1**	1
	CC2	0
	CC3	1
	CC4	1
Competencia emprendedora.	**CE1**	1
	CE2	1
	CE3	2
Competencia en conciencia y expresión culturales.	**CCEC1**	1
	CCEC2	0
	CCEC3.1	0
	CCEC3.2	0
	CCEC4.1	0
	CCEC4.2	0

Es importante señalar que la adquisición de cada una de las competencias clave contribuye a la adquisición de todas las demás. No existe jerarquía entre ellas, ni puede establecerse una correspondencia exclusiva con una única materia, sino que todas se concretan en los aprendizajes de las distintas materias y, a su vez, se adquieren y desarrollan a partir de los aprendizajes que se producen en el conjunto de las mismas.

14.2.1 Contribución de la asignatura a la consecución de las Competencias Clave.

Los descriptores de las competencias establecidos para el Bachillerato, junto con los objetivos generales de esta etapa, establecen el punto de partida para la definición de las competencias específicas de esta materia. Este elemento curricular se convierte en el referente a seguir para dar forma a la Educación Física que se pretende desarrollar: más competencial, actual y alineada con los retos del siglo XXI.

Las competencias específicas de la materia de Educación Física recogen y sintetizan estas líneas de trabajo, que buscan consolidar un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado perpetuar a lo largo de su vida hábitos vinculados con la planificación autónoma y la autorregulación de su práctica física, así como el resto de los componentes que afectan a la salud.

En la educación obligatoria, la motricidad se ha desarrollado a través de innumerables prácticas motrices durante las etapas anteriores, con diferentes lógicas internas, con objetivos variados, en contextos de certidumbre e incertidumbre y con distintas finalidades. En la etapa de Bachillerato se continuará incidiendo en el dominio del ámbito corporal, profundizando en los componentes técnico-tácticos de sus manifestaciones, así como en los factores que condicionan su adecuada puesta en práctica.

Por otro lado, aunque las capacidades de carácter cognitivo y motor sigan siendo claves para abordar con éxito diferentes situaciones motrices, para el desarrollo integral seguirá siendo importante en Bachillerato, y especialmente de cara al futuro personal y profesional, las capacidades de carácter afectivo-motivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social. De este modo, el alumnado tendrá que ser capaz de gestionar sus emociones y sus habilidades sociales no solo en contextos variados de práctica motriz, sino también en el ejercicio de otros roles que rodean a la actividad física que le permitirán demostrar liderazgo, empatía y capacidad para la gestión de grupos.

Las distintas manifestaciones de la cultura motriz seguirán constituyendo un elemento fundamental a abordar durante esta etapa. En esta ocasión, además de la propia experimentación motriz, se pretende profundizar en el conocimiento de los factores sociales, económicos, políticos o culturales que han ido dando forma a cada manifestación, para comprender mejor su evolución, así como los valores universales que fomentan.

Finalmente, se deberá continuar insistiendo en la necesidad de convivir de manera respetuosa con el medio ambiente y con los seres vivos que habitan en él, desarrollando para ello actividades físico-deportivas en contextos variados y participando en su organización desde planteamientos basados en la conservación y la sostenibilidad.

14.3 SABERES BÁSICOS, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

14.3.1. SABERES BÁSICOS

Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. El bloque titulado **«Vida activa y saludable»** aborda los tres componentes de la salud: bienestar físico, mental y social, a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos funcionales de práctica físico-deportiva, rechazando comportamientos antisociales y contrarios a la salud, así como toda forma de discriminación y violencia, que puedan producirse en estos ámbitos.

El segundo bloque, **«Organización y gestión de la actividad física»**, incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores, además de la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.

«Resolución de problemas en situaciones motrices» es un bloque con un carácter transdisciplinar y aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.

El cuarto bloque **«Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices»,** por un lado, 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, y, por otro, 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.

El bloque **«Manifestaciones de la cultura motriz»** engloba tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea, y el deporte como manifestación cultural, profundizando en la perspectiva de género y en los factores que lo condicionan.

Y, por último, el bloque **«Interacción eficiente y sostenible con el entorno»**, que incide sobre la interacción con el medio natural y urbano, puede abordarse desde una triple vertiente: el uso y disfrute del medio desde la motricidad y la sensorialidad, la responsabilidad en su conservación desde una visión de sostenibilidad y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

14.3.2 COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Según el Decreto 83/2022 las competencias específicas son “desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia o ámbito”. En el caso de Educación Física se establecen 5 competencias específicas que son:

1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones 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 con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

3. Difundir y promover nuevas 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, para contribuir 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.

4. Analizar críticamente e investigar acerca de 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, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.

5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

14.3.3 CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

Los criterios de evaluación están incluidos en el anexo II del Decreto 83/2022, al igual que los saberes básicos y las competencias específicas. Todos ellos se encuentran relacionados entre sí, además de conectarse con sus descriptores operativos, permitiendo obtener el perfil competencial del alumnado.

En las siguientes tablas se ve la relación de estos elementos curriculares:

COMP ESP.	%	DESCRIPT.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
1	**35%**	STEM2 **4,37%** STEM5 **4,37%** CD1**4,37%** CD4 **4,37%** CPSAA1.1 **4,37%** CPSAA1.2 **4,37%** CPSAA5 **4,37%** CE3 **4,37%**	1.1.Planificar, elaborar y poner en práctica, de manera autónoma, un programa personal de actividad física dirigidoa 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 realdad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.	**10%**	– Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo- pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. – Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales. – Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación. – Hábitos higiénicos. Importancia y aplicación de los mismos, de forma autónoma y adecuándolos a los rasgos de las prácticas físicas. – Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad. – Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS (Proteger, Avisar, Socorrer). Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP(Reanimación Cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín). – Protocolos ante alertas escolares
			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 y relajación e higiene, durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales	**5%**	
			1.3.Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.	**10%**	
			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.	**5%**	
			1.5. Emplear, de manera autónoma, aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividadfísica, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.	**5%**	

COMP ESP.	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
2	**25%**	CPSAA1 **6,25%** CPSAA4 **6,25%** CE2 **6,25%** CE3 **6,25%**	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso, de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	**10%**	-Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva, como el tipo de deporte, los juegos y los deportes alternativos, el material necesario, los objetivos de la preparación, las actividades y similares. Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias. -Autogestión de proyectos personales de carácter motor en todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similares). Herramientas digitales para la planificación, gestión, control y mejora de la actividad física. -Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir eléxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en lasactividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. -Plan deportivo. Desarrollo y diseño de propuestas deportivas secuenciadas y ajustadas a las características del escenario de aplicación. Sesiones autogestionadas. -Preparación y puesta en marcha de un evento deportivo solidario o en favor a la comunidad. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisionesprevias a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención, para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica. -Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. -Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses. – Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.
			2.2. Solucionar, de forma autónoma, situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en contextosdeportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando, de manera automática, procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	**10%**	
			2.3Identificar, analizar y comprender los factores clave 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.	**5%**	

COMP. ESP.	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
3	**15%**	CCL5, **3%** CPSAA1.1 **3%** CPSAA2, **3%** CPSAA5, **3%** CC3. **3%**	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, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía, al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	**5%**	– Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. – Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo. – Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte, vinculadas tanto con aspectos económicos (sostenibilidad financiera, contratos, ingresos publicitarios, premios, subvenciones, becas y ayudas) como con aspectos sociales (comportamientos y actitudes adecuadas en aficiones y seguidores, análisis en distintos medios de comunicación, coeducación en deporte base y similares). – Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros. – Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBI fóbicas).
			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.	**5%**	
			3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes, durante el desarrollo de diversas prácticas motrices, con autonomía, 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, socio-económica o de competencia motriz, además de posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	**5%**	

COMP. ESP.	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
4	**15%**	STEM5 **3,75%** CPSAA1.2 **3,75%** CC1 **3,75%** CCEC1 **3,75%**	4.1Comprender 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.	**5%**	– Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes. – Técnicas específicas de expresión corporal. – Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico- expresiva. – Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte. – Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico- deportivos. Presencia en medios de comunicación. – Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.
			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.	**10%**	

COMP. ESP.	%	DESCRIP.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	%	SABERES BÁSICOS
5	**10%**	STEM5 **2%** CPSAA1.2 **2%** CPSAA2 **2%** CC4 **2%** CE1 **2%**	5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, 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.	**5%**	– Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura. – Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. – Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como, por ejemplo: raid de multiaventura y orientabike. – Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares). – Diseño y creación de propuestas educativas, a través de los recursos físico-deportivos en el medio natural adquiridos en los cursos previos, que permitan conocer y aprovechar las potencialidades del entorno que nos rodea. – Posibilidades de las herramientas digitales en el diseño de propuestas educativas. – Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos. – Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc. – Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.
			5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad, derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.	**5%**	

14.3.4 SECUENCIACIÓN y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.

1º BACHILLERATO. SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidades**	**Saberes básicos**	**CRIT. EVA.**	**COMP ESPEC.**
1ª	CAPACIDADES FÍSICAS	- Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. - Autogestión de proyectos personales de carácter motor en todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similares). Herramientas digitales para la planificación, gestión, control y mejora de la actividad física. - Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. - Plan deportivo. Desarrollo y diseño de propuestas deportivas secuenciadas y ajustadas a las características del escenario de aplicación. Sesiones autogestionadas.	1.1, 1.2, 1.4 Y 1.5 2.3 4.2	1 2 4
	CORE	- Musculatura del core (zona media o lumbo- pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.		
	HALLOWEEN	- Técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico- expresiva.		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		- Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo. - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte, vinculadas tanto con aspectos económicos (sostenibilidad financiera, contratos, ingresos publicitarios, premios, subvenciones, becas y ayudas) como con aspectos sociales (comportamientos y actitudes adecuadas en aficiones y seguidores, análisis en distintos medios de comunicación, coeducación en deporte base y similares). - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas).	3.1, 3.2 Y 3.3	3

1º BACHILLERATO. SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidades**	**Saberes básicos**	**CRIT. EVA.**	**COMP ESPEC.**
2ª	RELAJACIÓN	-Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación – Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad. – Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS (Proteger, Avisar, Socorrer). Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (Reanimación Cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín). – Protocolos ante alertas escolares.	1.2 Y 1.3 4.1 Y 4.2 5.1 Y 5.2	1 4 5
	EVENTO DEPORTIVO	– Preparación y puesta en marcha de un evento deportivo solidario o en favor a la comunidad. – Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva, como el tipo de deporte, los juegos y los deportes alternativos, el material necesario, los objetivos de la preparación, las actividades y similares.		
	GIMNASTRADA ESCOLAR	- Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes. - Técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico- expresiva. - Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte. - Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico- deportivos. Presencia en medios de comunicación. - Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		- Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo. - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte, vinculadas tanto con aspectos económicos (sostenibilidad financiera, contratos, ingresos publicitarios, premios, subvenciones, becas y ayudas) como con aspectos sociales (comportamientos y actitudes adecuadas en aficiones y seguidores, análisis en distintos medios de comunicación, coeducación en deporte base y similares). - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas).	3.1, 3.2 Y 3.3	3

1º BACHILLERATO. SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS.				
TRIM	**Unidades**	**Saberes básicos**	**CRIT. EVA.**	**COMP ESPEC.**
3ª	BADMINTON	-Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva, como el tipo de deporte, los juegos y los deportes alternativos, el material necesario, los objetivos de la preparación, las actividades y similares. Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias. -Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. -Plan deportivo. Desarrollo y diseño de propuestas deportivas secuenciadas y ajustadas a las características del escenario de aplicación. Sesiones autogestionadas. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención, para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.	1.1 1.2 2.1 2.2 2.3 5.1 5.2	1 2 5
	DEPORTES COLECTIVOS	-Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva, como el tipo de deporte, los juegos y los deportes alternativos, el material necesario, los objetivos de la preparación, las actividades y similares. Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias. -Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir eléxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en lasactividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. -Plan deportivo. Desarrollo y diseño de propuestas deportivas secuenciadas y ajustadas a las características del escenario de aplicación. Sesiones autogestionadas. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisionesprevias a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención, para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica. -Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.		
	CONDICIÓN FÍSICA	- Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. - Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.		
	INTERACCIÓN CON EL ENTORNO	- Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura. - Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. - Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como, por ejemplo: raid de multiaventura y orientabike. - Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares). - Diseño y creación de propuestas educativas, a través de los recursos físico-deportivos en el medio natural adquiridos en los cursos previos, que permitan conocer y aprovechar las potencialidades del entorno que nos rodea. - Posibilidades de las herramientas digitales en el diseño de propuestas educativas. - Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos. - Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción yusos creativos del		

		entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc. - Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.		
COMÚN A TODAS LAS UNIDADES		- Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo. - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte, vinculadas tanto con aspectos económicos (sostenibilidad financiera, contratos, ingresos publicitarios, premios, subvenciones, becas y ayudas) como con aspectos sociales (comportamientos y actitudes adecuadas en aficiones y seguidores, análisis en distintos medios de comunicación, coeducación en deporte base y similares). - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas).	3.1, 3.2 Y 3.3	3

14.3.5 SITUACIONES DE APRENDIZAJE.

A continuación se refleja la situación de aprendizaje de la primera evaluación para los alumnos de 1º de Bachillerato. Las situaciones de aprendizaje de la 2º y 3ª evaluación además de los ajustes necesarios, se incluirán en esta programación a través de adendas.

TÍTULO:	YO SOY MI ENTRENADOR		
MATERIA Y CURSO:	EF 1º BACHILLERATO		
OBJETIVO/S	14. Mejorar los niveles de las capacidades físicas básicas. 15. Conocer y aplicar los métodos de entrenamiento de la fuerza y la resistencia. 16. Elaborar su propio programa de actividad física. 17. Adquirir un comportamiento autónomo en relación con la mejora de la condición física. 18. Conocer la musculatura del core y practicar ejercicios para su fortalecimiento.		
CONTEXTO	Muchos de los alumnos de Bachillerato de este curso escolar pertenecen a un pueblo en el que no hay gimnasio ni centro deportivo. Ellos comentan la necesidad que sienten de hacer actividad física por la tarde que les ayude a relajarse, a liberar el estrés que supone este curso para ellos pero también para mejorar su condición física. Así pues, ellos mismos tendrán que elaborar sus propios programas de actividad física, analizando cuales serán sus objetivos y teniendo en cuenta sus motivaciones e intereses.		
COMPETENCIA/S ESPECÍFICA/S	CRIT EVA	SABERES BÁSICOS	
1 2	1.1 1.2 1.4 1.5 2.3	- Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. - Autogestión de proyectos personales de carácter motor en todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similares). Herramientas digitales para la planificación, gestión, control y mejora de la actividad física. - Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. - Plan aplicación. Sesiones autogestionadas deportivo. Desarrollo y diseño de propuestas deportivas secuenciadas y ajustadas a las características del escenario de aplicación. Sesiones autogestionadas. - Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.	
TEMPORALIZACIÓN	10 semanas (20 sesiones)		
METODOLOGÍA	Aprendizaje cooperativo, descubrimiento guiado, asignación de tareas. DUA		
RECURSOS	Todo el material deportivo del que disponemos en el departamento: Balones medicinales, kettelbell, colchonetas, mancuernas, esterillas, conos, tótems… Pista polideportiva. Aplicaciones y recursos de internet que les ayudarán a la elaboración de su plan,		
TAREAS Y ACTIVIDADES		AGRUPAMIENTOS	Nº SESIONES

Evaluación de las capacidades física básicas. (Test de condición física)	Trabajo individual/ Trabajo por parejas/ Trabajo en gran grupo	4
Sistemas de entrenamiento de la resistencia. (Carrera continua, Fartlek, entrenamiento total, interval training, entrenamiento en circuito)		5
Sistemas de entrenamiento de la fuerza.		3
Ejercicios de los distintos tipos de velocidad.		2
Métodos de entrenamiento de la flexibilidad		1
Trabajo del core		2
Reto: Tras haber llevado a cabo su plan de entrenamiento, evaluaremos las capacidades físicas para observar si existe mejora en su nivel de condición física.		3

EVALUACIÓN	-Evaluación incial con test de condición física para ver de qué nivel partimos y preguntas sobre conocimientos. -Preguntas orales conceptuales, prueba práctica, prueba conceptual escrita/oral y registro de actitudes (observación directa y registro anecdótico)

13.3.5

14.4 EVALUACIÓN

La evaluación supone la recogida sistemática de información sobre el proceso de enseñanza y aprendizaje que permite realizar juicios de valor encaminados a mejorar el propio proceso. Estos juicios de valor se realizan según García Ramos (1989) a través de "*una base de datos obtenidos por algún procedimiento, que en general podemos denominar medida. Sin la medida no es posible evaluar".*

Cómo vamos a evaluar en la Educación Secundaria Obligatoria aparece recogido a nivel normativo en el artículo 28 de la LOE-LOMLOE. Se hace constar que la evaluación será **continua, formativa e integradora** según las distintas materias. **La evaluación inicial,** que nos indica el punto de salida de cada alumno/a, no será tenido en cuenta para los resultados.

El calendario de aplicación de las evaluaciones para este curso para 1º de Bachillerato como ya se ha dicho anteriormente será:

- Ordinaria: 1 de junio
- Extraordinaria: 24, 25 y 26 de junio.

14.4.1. Qué evaluar: criterios de evaluación

El Decreto 83/2022, de 12 de julio, en su artículo 22, señala que al término del curso, el profesorado de cada materia decidirá si el alumno o la alumna ha logrado los objetivos y ha alcanzado el adecuado grado de adquisición de las competencias correspondientes. El equipo docente actuará de manera colegiada a lo largo del proceso de evaluación y en la adopción de las decisiones resultantes del mismo, dentro del marco establecido por este decreto.

En consecuencia, hemos establecido un peso a los criterios de evaluación, referentes a través de los cuales evaluaremos las competencias específicas asociadas a ellos y por extensión sus descriptores operativos. A través de estas competencias clave, desde nuestra asignatura, se contribuye a la consecución del perfil de salida. En las **tablas del apartado 14.3.3** de esta programación didáctica se comprueba la relación de estos elementos, con los criterios de evaluación ponderados.

14.4.2. Cómo evaluar: tipos de evaluación, procedimientos e instrumentos.

El proceso de evaluación de los alumnos es uno de los elementos más importantes de la programación didáctica, porque refleja el trabajo realizado tanto por el docente como por el alumno en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

. Las nuevas tendencias educativas nos permiten utilizar los siguientes tipos de evaluación:

- La **autoevaluación,** es el propio alumno el que se autocalifica, por lo que se ve obligado a realizar un esfuerzo de autocrítica, valorando sus capacidades, actitud, esfuerzo, objetivos superados, logros y también sus fracasos.

- La **coevaluación,** es muy interesante porque plantea una evaluación entre iguales. Es decir, son los propios compañeros/as que se evalúan entre ellos/ as, valorando el grado de implicación, actitud e interés de los distintos integrantes del equipo.
- La **heteroevaluación** permite la implicación en la valoración del alumnado de sus compañeros y compañeras, profesores de otras asignaturas y otros agentes externos.

Debemos tener una información detallada del alumno en cuanto a su nivel de comprensión respecto a los saberes básicos y competencias específicas tratados en el aula. Esta información la obtendremos de los diferentes instrumentos que se emplearán a lo largo del curso para poder establecer un juicio objetivo que nos lleve a tomar una decisión en la evaluación. Para ello los criterios de evaluación serán evaluados a través de diferentes instrumentos:

PROCEDIMIENTOS DE OBSERVACIÓN	Registro anecdótico Listas de control	Descripción de algún hecho observado Presencia o ausencia de una conducta
	Escalas de clasificación	Valoración de la realización de una tarea de forma cualitativas (flojo, regular, bien) o cuantitativas (de 1 a 5, de 1 a 10, de 1 a 3)
PROCEDIMIENTOS DE EXPERIMENTACIÓN Y RENDIMIENTO	Test	Baterías de condición física, pruebas de habilidad motriz
	Pruebas de ejecución	Realización de una actividad o habilidad previamente explicada por el profesor o por el alumno
	Pruebas objetivas	De evocación (respuestas breves), de cumplimentar textos, de verdadero o falso, de elección múltiple (varias respuestas a elegir), de correspondencia (flechas), de identificación (un dibujo en el que hay que identificar el tipo de ejercicio, etc)
	Examen escrito y Examen oral	Pruebas de desarrollo: preguntas largas, preguntas cortas, con material, sin material, etc.
	Entrevistas y técnicas sociométricas	Elección de equipos (valoración del nivel de los compañeros), confección de grupos (nivel de dominio o nivel de relación), rechazo de alumnos, etc.

En las siguientes tablas se pueden ver los instrumentos de evaluación utilizados en cada una de las evaluaciones y estableciendo una relación directa con los criterios de evaluación y las competencias específicas.

COMP. ESPEC.	%	CRIT. EVA	1º BACHILLERATO			INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
			1ª eva	2ªeva	3ªeva	
1	35%	1.1	x		X	PRUEBAS DE EJECUCIÓN Y TRABAJO
		1.2	x	x	X	REGISTRO ANECDÓTICO
		1.3		x		TRABAJO
		1.4	x			LISTA DE CONTROL
		1.5	x			LISTA DE CONTROL
2	25%	2.1			X	PRUEBAS DE EJECCUCIÓN Y ESCALAS DE CALIFICACIÓN
		2.2			x	
		2.3	x		X	
3	15%	3.1	x	x	X	OBSERVACIÓN DIRECTA
		3.2	x	x	X	
		3.3	x	x	X	
4	15%	4.1		x		TRABAJO
		4.2	x	x		PRUEBAS DE EJECUCIÓN Y REGISTRO ANECDÓTICO
5	10%	5.1		x	X	LISTA DE CONTROL
		5.2		x	x	TRABAJO Y ESCALAS DE CALIFICACIÓN

Los instrumentos que aquí se reflejan pueden variar cuando algún alumno tenga que recuperar alguna evaluación, ya que es imposible evaluar algunos saberes básicos cuando el resto de alumnos del grupo no está presente, principalmente aquellos que tienen que ver con la resolución de situaciones motrices en grupo.

14.4.3 Criterios de calificación.

Existen otros factores a tener en cuenta en la calificación del alumno, los cuales afectarán al resultado final, antes de aplicar los porcentajes ponderados

Faltas de asistencia:

Las faltas de asistencia del alumno pueden perjudicar en su calificación, ya que el 90% de nuestros criterios de evaluación recogen la palabra **"practicar".** Así pues, el profesor/a irá evaluando a lo largo de todo el curso con diferentes instrumentos, es decir, no habrá una prueba final que decida la nota del alumno. Además en nuestra materia es de vital importancia analizar cómo el alumno o alumna trabaja en clase, su esfuerzo diario, su gestión emocional en situaciones motrices, sus habilidades sociales en situaciones motrices colectivas… que no podrán ser evaluadas si el alumno o alumna no asiste a clase con regularidad.

Exención de la práctica total o parcial:

Debe estar justificada mediantecertificado médico en el que se especifique que tipo de actividades no pueden realizar y durante cuánto tiempo, así como los ejercicios correctores indicados.

Lesión: Cuando por lesión (siempre que haya presentado justificante médico) un alumno no pueda realizar la parte práctica de la asignatura se calificará ese apartado mediante trabajos escritos que desarrollen la práctica realizada y/o a través de pruebas escritas que reflejen lo aprendido a través de esos trabajos con lo que la valoración teórica tendrá máxima importancia.

Estos alumno/as podrán tener diferentes adaptaciones y realizar actividadesalternativas o correctoras de su lesión, así como otras de colaboración en el funcionamiento de la clase, pero en ningún caso estarán exentos de la asistencia y de la parte teórica.

Los exámenes, trabajos u otras actividades que tuvieran que realizarse por escrito, deberán presentarse sin faltas ortográficas, limpias y correctamente redactadas, valorando la presentación.

La no presentación a exámenes, trabajos, actividades o ejercicios prácticos, o de las adaptaciones propuestas por el profesor/a, como alternativa a alguna lesión oexención justificada por el médico, dará lugar a una evaluación negativa en los correspondientes criterios de evaluación.

14.4.4 Recuperaciones

Aquellos alumnos y alumnas que obtengan una calificación negativa durante alguna evaluación tendrán que recuperar los criterios de evaluación suspensos. Dependiendo de los criterios suspenos, el alumno tendrá que recuperar

-Teoría: mediante examen y/o trabajo teórico de los saberes básicos que necesite recuperar al inicio del siguiente trimestre.

- Práctica: repetición de aquella pruebas físicas (saberes básicos suspensos) al final de cada trimestre o del curso.

- Actitudes: se realizará mediante evaluación continua, de modo que el alumno deberá cambiar su actitud y alcanzar los saberes básicos del grupo D en la siguiente evaluación, para poder así adquirir la competencia específica 3 de la materia.

El departamento pondrá en marcha todos aquellos procesos de **refuerzo y ampliación** que sean necesarios para que los alumnos consigan promocionar con éxito, garantizando que el proceso de enseñanza aprendizaje culmine con el mejor resultado posible. En nuestra materia contamos con un alto porcentaje de aprobados en la evaluación ordinaria, por eso en el periodo que existe entre la ordinaria y la extraordinaria enfocaremos nuestras sesiones a hacer actividades de ampliación con alto componente motor y siempre buscando los intereses y motivaciones de los alumnos, puesto que serán sus últimas sesiones de Educación Física en su etapa escolar.