

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA

BACHILLERATO

2021/2022

ASPECTOS GENERALES

- A. Contextualización
- B. Organización del departamento de coordinación didáctica
- C. Justificación legal
- D. Objetivos generales de la etapa
- E. Presentación de la materia
- F. Elementos transversales
- G. Contribución a la adquisición de las competencias claves
- H. Recomendaciones de metodología didáctica y estrategias metodológicas
- I. Procedimientos, técnicas e instrumentos de evaluación y criterios de calificación
- J. Medidas de atención a la diversidad
- K. Actividades complementarias y extraescolares
- L. Indicadores de logro e información para la memoria de autoevaluación
- M. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN EF TRAS LA APARICIÓN DEL COV-19

ELEMENTOS Y DESARROLLOS CURRICULARES

EDUCACIÓN FÍSICA - 1º DE BACHILLERATO (CIENCIAS)
EDUCACIÓN FÍSICA - 1º DE BACHILLERATO (HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES (LOMCE))

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EDUCACIÓN FÍSICA BACHILLERATO 2021/2022

ASPECTOS GENERALES

A. Contextualización

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 8.2 del Decreto 110/2016 por el que se establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, «los centros docentes establecerán en su proyecto educativo los criterios generales para la elaboración de las programaciones didácticas de cada una de las materias que componen la etapa, los criterios para organizar y distribuir el tiempo escolar, así como los objetivos y programas de intervención en el tiempo extraescolar, los criterios y procedimientos de evaluación y promoción del alumnado, y las medidas de atención a la diversidad, o las medidas de carácter comunitario y de relación con el entorno, para mejorar el rendimiento académico del alumnado».

Asimismo y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 5 Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado, «a tales efectos, y en el marco de las funciones asignadas a los distintos órganos existentes en los centros en la normativa reguladora de la organización y el funcionamiento de los mismos, y de conformidad con lo establecido en el artículo 7.2 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, los centros docentes desarrollarán y complementarán, en su caso, el currículo en su proyecto educativo y lo adaptarán a las necesidades de su alumnado y a las características específicas del entorno social y cultural en el que se encuentra, configurando así su oferta formativa».

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 2.5 de la Orden de 15 de enero, «el profesorado integrante de los distintos departamentos de coordinación didáctica elaborará las programaciones de las materias para cada curso que tengan asignadas, a partir de lo establecido en los Anexos II, III y IV, mediante la concreción de los objetivos, la adecuación de la secuenciación de los contenidos, los criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación y calificación, y su vinculación con el resto de elementos del currículo, así como el establecimiento de la metodología didáctica».

Características del centro que condicionan esta programación:

El entorno social y físico del centro es un aspecto importante a considerar dentro de la información general del mismo para profundizar en el conocimiento de las características del alumnado y abordar el proceso de enseñanza aprendizaje de forma más realista y adecuada. Además de conocer y analizar las instalaciones y material disponible para desarrollar nuestro currículum esta información se utilizará para tomar decisiones a la hora de diseñar la Programación y con ello las distintas Unidades Didácticas, con el fin de llevar a cabo un ajuste real a las necesidades y posibilidades de nuestros alumnos/as.

El entorno del centro es eminentemente rural, tanto por su ubicación (a las afueras del pueblo), como por el alumnado que asiste, mayoritariamente vinculada al campo en gran proporción procedente de las pedanías del pueblo. Además, destacar que el centro se encuentra entre dos barriadas de las llamadas ¿viviendas sociales¿, por lo que se encuentra acogido dentro del programa de compensatoria.

El nivel socio-económico del centro es medio-bajo y la creciente población inmigrante, hace que empecemos a recibir alumnos/as de otras nacionalidades con diferente nivel de integración social y lingüística.

En general, los alumnos/as a los que va dirigida esta programación muestran un buen nivel con respecto a los intereses del área. Destacamos una buena actitud y buena participación en las actividades de la programación. Por tanto, en principio las expectativas que se generan en torno a la E.F. son positivas. Instalaciones y recursos del centro en relación a nuestra área.

Las instalaciones deportivas pertenecientes al IES Valle del Sol son amplias y variadas, donde encontramos una pista de fútbol sala, pista de voleibol, pista para jugar a baloncesto 3x3 y campo de fútbol sala de reducidas dimensiones. Sin embargo las condiciones actuales no son las más favorables para poder llevar a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje, pues presentan numerosos resaltos que pueden ocasionar caídas del

alumnado, un suelo con materiales poco elástico, e incluso abrasivos, que no ayuda a amortiguar dichas caídas, e incluso un deficiente sistema de drenaje para los días de lluvia que provoca la acumulación de agua sobre una de las pistas, que junto con el barro acumulado, la convierte en una auténtica pista de patinaje. Además, los edificios donde el resto de cursos trabajan a diario se encuentran muy próximos a las pistas polideportivas. Este hecho conlleva que en algún momento determinado nuestras actividades provoquen demasiado ruido en las aulas más próximas, ocasionando la consiguiente distracción de los alumnos que están sentados más próximos a las ventanas que dan hacia las pistas exteriores.

También se dispone de un gimnasio, pero este no cumple con los requisitos básicos para poder desarrollar eficientemente una sesión de EF, pues el techo presenta una escasa altura y tiene un sistema de ventilación e iluminación natural insuficiente.

Debido a las circunstancias comentadas, la Concejalía de deportes del Ayuntamiento de Álora nos cede su pabellón de deportes, el cual se encuentra a escasos segundos a pie del nuestro centro. Tenemos total disponibilidad sobre este, excepto los viernes a partir de 2ª hora, pues debido a labores de mantenimiento y limpieza queda cerrado a los centros escolares.

En dichas instalaciones disponemos de una pista de fútbol sala, cruzada por dos pistas de baloncesto. Su amplitud, características del pavimento, altura del techo, iluminación, ventilación, vestuarios, etc presentan unas condiciones inmejorables para poder llevar a cabo nuestra labor.

No podemos olvidar la posibilidad de usar en algunas de nuestras clases la piscina cubierta municipal, la cual siempre dispone de servicios de socorrista. Por tanto podremos hacer uso de esta en UD de natación, waterpolo, salvamento acuático en la UD de primeros auxilios, etc gracias a un convenio que tiene el ayuntamiento con los centros educativos, donde cada alumno únicamente tendría que pagar 1? por actividad propuesta.

Además, el centro se encuentra enclavado en una zona con unas características concretas y definidas, las cuales nos ofrecen unos recursos muy interesantes que nos dan la posibilidad de salir al entorno cercano y poder practicar actividades de carácter físico deportivo en el medio natural. Así se destaca la utilización de los carriles y pistas cercanas en las unidades de condición física, realizando diferentes medios para la mejora de la resistencia como pueden ser la carrera continua, fartlek, paseo cross, o entrenamiento total, e incluso para desarrollar las unidades didácticas de orientación o practicar actividades y juegos recreativos y/o tradicionales.

Otra instalación interesante que nos ofrece los exteriores del centro es el polideportivo municipal Juan Vázquez, también conocido como El Hacho, ubicado a unos 10 minutos a pie desde el centro, el cual dispone de una pista de pádel, 2 pistas de tenis, una pista de atletismo y un campo de fútbol de césped artificial.

Durante este curso, como motivo de la presencia del covid-19, se incrementará el número de sesiones que se desarrollarán en el entorno natural próximo al centro, pues al trabajar al aire libre se podrá garantizar la distancia mínima de seguridad entre alumnos/as, reduciendo así el riesgo de contagio en nuestras clases.

El material que dispone el departamento de Educación Física es escaso, aunque la labor realizada en estos últimos dos cursos, a través de actividades de la reparación de materiales que estaban en desuso, actividades de conservación y mantenimiento continuo para conseguir alargar la vida de los materiales disponibles y reposición de otros materiales que no disponíamos anteriormente, está consiguiendo mejorar la cantidad y calidad del material a usar en nuestras clases.

Por otra parte, es imprescindible mencionar el festival de Expresión Corporal que el centro organiza y desarrolla durante la semana cultural del curso y que cuenta con un gran arraigo en el pueblo y en zonas próximas a este. En este día, se invita a otros centros del entorno para que cada uno de los grupos asistentes expongan sus dotes artísticas al resto de asistentes a través de bailes grupales, cantos, actuaciones teatrales, etc, con claros fines artístico-culturales, e incluso solidarios (se recogen fondos económicos para realizar posteriormente diferentes ayudas humanitarias). Desde la materia de EF se desarrollará durante todo el curso la planificación de diferentes unidades didácticas para que los alumnos puedan organizar y ensayar sus propios montajes de expresión corporal, y así puedan participar activamente en la realización de este festival.

B. Organización del departamento de coordinación didáctica

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 92.1 del Decreto 327/2010, de 13 de julio por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, «cada departamento de coordinación didáctica estará integrado por todo el profesorado que imparte las enseñanzas que se encomienden al mismo. El profesorado que imparta enseñanzas asignadas a más de un departamento pertenecerá a aquel en el que tenga mayor carga lectiva, garantizándose, no obstante, la coordinación de este profesorado con los otros departamentos con los que esté relacionado, en razón de las enseñanzas que imparte».

Organización del departamento de expresión artística:

La asignatura de EF del I.E.S. Valle del Sol, de Álora, queda ubicada dentro del departamento de expresión artística, siendo compartido con las asignaturas de música y dibujo.

Educación Física: Javier Valero Guzmán (Jefe de departamento)

Dibujo: Cristina Carmona Rosanes

Música: Jaime Manzano Jiménez.

Las reuniones de Departamento tienen lugar los jueves, de 9:15 a 10:15 de la mañana, en la sala de profesores. El plan de trabajo de este departamento incluye una serie de cuestiones fijas, necesarias para el funcionamiento correcto de éste, y otras variables, y dependientes de las instrucciones que se planteen en las correspondientes reuniones del ETCP o claustro.

Se procurará la realización de cursos y actividades de formación que nos permitan perfeccionar nuestra tarea docente, sobre todo en lo que respecta a las competencias básicas y a las nuevas Tecnologías ya que es un recurso a utilizar en la práctica docente y del que podemos disponer durante el presente curso al tener cañón de proyección en el taller y la posibilidad de contar con los ordenadores portátiles.

Trataremos desde nuestro Departamento de promover y realizar todas aquellas actividades colectivas que contribuyan a mejorar y fortalecer la convivencia en el Centro y la reflexión sobre algunos temas y problemas de interés general y que forman parte importante de nuestra sociedad actual así como colaborar en las actividades que se nos requiera.

Desde el Departamento de Expresión Artística proponemos la realización de actividades grupales que se dirijan a la dinamización de la vida en el Centro por diferentes motivos a lo largo del curso (celebración de distintas efemérides como puede ser el Día Mundial de la Alimentación o el Día Mundial del Medio Ambiente, etc.).

Nuestro Departamento se ha planteado actualizar y mejorar las programaciones conforme a la nueva normativa, a la inclusión de las Competencias Clave y evaluación por criterios de evaluación. Se hará todo lo posible para que haya coordinación y comunicación fluida en todo lo que concierne al Departamento, como viene sucediendo hasta ahora. Se revisarán los resultados académicos por cursos y grupos con objeto de valorar la idoneidad de las unidades didácticas, la secuenciación de las mismas y de los contenidos, así como del nivel exigido y la contribución de todo ello a la adquisición de los contenidos.

Organización de la asignatura de Educación Física:

La asignatura de Educación Física en los dos grupos de bachillerato (1º bachillerato y 2º bachillerato) es impartida por el profesor especialista en la materia, D. Javier Valero Guzmán.

Cada grupo de bachillerato recibirá un total de 2 horas semanales de clases de EF, lo que supone un total de 4 horas en el horario de dicho profesor.

C. Justificación legal

- Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre para la mejora de la calidad educativa.
- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.

- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.
- Decreto 110/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.
- Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.
- Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los institutos de educación secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.

D. Objetivos generales de la etapa

Conforme a lo dispuesto en el artículo 3 del Decreto 110/2016, de 14 de junio el Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
 - b) Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.
 - c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición o circunstancia personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad.
 - d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
 - e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana.
 - f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
 - g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
 - h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
 - i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
 - j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
 - k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
 - l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
 - m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.
 - n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.
- Además el Bachillerato en Andalucía contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que le permitan:
- a) Profundizar en el conocimiento y el aprecio de las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades.
 - b) Profundizar en el conocimiento y el aprecio de los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, así como su medio físico y natural y otros hechos diferenciadores de nuestra Comunidad para que sea valorada y respetada como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.

E. Presentación de la materia

La materia pretende ayudar al alumnado, a profundizar en el conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida, en relación con la consolidación de hábitos regulares de práctica de actividad física saludable en la vida cotidiana y, también, ocupación activa del ocio y tiempo libre. Todo esto brindará al alumnado las oportunidades necesarias para

adquirir aptitudes características de ciudadanos y ciudadanas con confianza en sí mismos y socialmente responsables, promocionando una vida activa a lo largo de los años y una mejor calidad de vida en todos los aspectos.

La competencia motriz constituye un elemento transversal del currículo y la materia Educación Física tiene una relevancia fundamental en su desarrollo. En este sentido, esta materia se orientará a profundizar en los conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones vinculados al propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como fin en sí mismas y como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida.

Educación Física en Bachillerato se continúa con la progresión de los aprendizajes adquiridos en la etapa anterior. La materia se orienta a afianzar en el alumnado el desarrollo de las competencias, potenciando el desarrollo de actitudes para planificar, organizar y dirigir sus propias actividades físicas, orientadas a satisfacer sus propias necesidades motrices, y a la mejora de la salud como responsabilidad individual y como construcción social. En este sentido, el alumnado participará no solo en la práctica de actividades físicas sino que, colaborará con el profesorado, en su organización y planificación, mejorando de este modo las capacidades de autogestión y de autonomía necesarias en estilos de vida activos y saludables a lo largo de la vida.

La práctica regular de actividades físicas adaptadas a los intereses y posibilidades del alumnado facilita la consolidación de actitudes de interés, disfrute, respeto, esfuerzo y cooperación.

Por otra parte, dado el carácter propedéutico de Bachillerato y el aumento del número de profesiones y de oferta de estudios superiores relacionados con la actividad física y la salud individual y colectiva, y con el uso adecuado del tiempo libre, esta materia ayudará al alumnado a adoptar criterios de valoración de estas profesiones y posibilidades de estudio, ya sea en el ámbito universitario, en el de la formación profesional o en las enseñanzas deportivas, así como las profesiones en las que las capacidades físicas se convierten en un aspecto imprescindible para su desarrollo.

F. Elementos transversales

Educación Física contribuye al desarrollo de los elementos transversales del currículo mediante de enfoques metodológicos y actividades que ayudan al desarrollo de las habilidades sociales, de convivencia y de respeto a las relaciones interpersonales a través de la práctica de actividades físicas y el respeto a las normas, a las diferencias de cada individuo, y a la igualdad real y efectiva entre mujeres y hombres.

La Comunidad Autónoma de Andalucía cuenta con un enorme patrimonio, tanto cultural como paisajístico, que constituye un óptimo recurso para la consecución de sus objetivos de esta materia. Es por ello que se incluyen en el desarrollo de este currículo como contenidos las tradiciones andaluzas, como por ejemplo los juegos populares y tradicionales y los bailes propios de Andalucía; el reconocimiento de las grandes figuras andaluzas a nivel deportivo y artístico-expresivo, y la riqueza y diversidad natural del entorno de Andalucía: sierras, montañas, ríos, entornos costeros, parques, etc., entre otros. En este sentido, es esencial que el alumnado pueda conocer, disfrutar y aprender a respetar y conservar nuestros entornos, tanto urbanos como naturales, tomando un protagonismo especial las actividades complementarias y extraescolares en este aspecto.

Cultura Andaluza:

En este apartado es necesario nombrar el artículo 40 de la Ley17/2007, de 10 de diciembre, que dice: ¿El currículo deberá contemplar la presencia de contenidos de actividades relacionadas con el medio natural, la historia, la cultura y otros hechos diferenciadores de Andalucía, para que sean conocidos, valorados y respetados como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal¿.

Siguiendo las propuestas de este artículo se va a trabajar los siguientes contenidos:

* Se tratarán distintos aspectos culturales andaluces, como podría ser la importancia y valoración de un baile típico de Andalucía como son los bailes típicos de nuestra comunidad (Sevillanas, flamenco, verdiales, etc).

* Se darán a conocer los distintos parajes naturales que hay en nuestra comunidad a través de las actividades complementarias y extraescolares que ofreceremos desde la asignatura, por ejemplo en las UD de orientación se conocerán parajes naturales en las localidades de Antequera, Málaga capital y/o Coín; En la salida de ¿juegos de playa¿ los alumnos tomarán contacto con las playas de Benalmádena, en uno de los entornos característicos de la Costa del Sol; También se ofrecerán actividades deportivas en zonas características próximas al pantano del chorro, uno de los entornos más peculiares de la zona; Además se propondrán salidas extraescolares para tomar

contacto con el esquí y el snow en Sierra Nevada, así como actividades deportivas acuáticas en el conocido entorno de las playas de burriana y maro, en Nerja.

* A lo largo del curso se propondrán distintos juegos populares, autóctonos y tradicional propios de nuestra comunidad, especialmente como parte del calentamiento, como puede ser carrera de sacos, el pañuelito, pilla-pillas, etc.

Contribución de EF a planes y proyectos del centro:

La materia de Educación Física, por las peculiaridades que esta presenta, se encuentra muy relacionada con los distintos planes y proyectos que se llevan a cabo en el centro durante este curso 2021-2022.

A continuación se desarrolla distintas propuestas que se tendrán en cuenta en la asignatura para colaborar y participar en cada uno de estos:

Plan Lector:

Somos conscientes de la importancia de la lectura en el actual sistema educativo, y la necesidad de establecer un hábito de lectura diario. Desde todas las áreas se aúnan esfuerzos por marcar una tendencia que permita a los alumnos y alumnas adquirir una mayor autonomía en la elección de sus lecturas. Para ello se hace imprescindible la elección previa de las lecturas de manera que sean estas las que llamen la atención del lector.

Desde el área de educación física, el fomento de la lectura se centra además de las lecturas diarias a través del cuaderno del alumno, donde se atiende a los temas que se están trabajando en ese momento, en los textos que se les mandan a los alumnos y alumnas tanto como actividades para casa, así como para poder compensar la falta de participación práctica por estar exentos temporalmente. Así los temas a tratar suelen ser artículos de periódicos deportivos, o de prensa diaria relacionados con los valores en el deporte, historias y anécdotas relacionadas con la actividad física y el cuidado de nuestro cuerpo y la salud, y curiosidades de la historia del deporte. Estos textos van acompañados de una serie de preguntas de comprensión- reflexión referidas al texto. Pensamos que suelen ser temas muy atractivos para la mayoría del alumnado de la educación secundaria obligatoria.

Otras actividades que se trabajan en la asignatura y que ayudarán a la promoción y fomento de la lectura son:

- Elaborar pruebas teóricas, exámenes, resúmenes...
- Lectura de textos relacionados con la asignatura y respuesta a las preguntas del mismo al alumnado que por cuestiones temporales no realice la práctica de la asignatura.
- Resolución dialogada de conflictos que puedan surgir en la práctica de la ¿competición¿.
- Preparar y dirigir (de manera individual o por grupos reducidos) por turnos ¿actividades o tareas para el resto de la clase¿.
- Por grupos o a nivel individual preparar y realizar exposiciones orales ante la clase sobre temas de clase y/o otros propuestos por el alumnado o el profesorado.

Plan de Igualdad:

Los objetivos de este plan deben estar presentes en el aula de forma permanente, pues son problemas y preocupaciones fundamentales de la sociedad. Por este plan es obligatorio en todos los centros de la Junta de Andalucía y abarca a todo el profesorado.

Desde la Educación Física se trabajará con la siguiente propuesta:

- Proponer contenidos carentes de sesgo sexista, como puede ser orientación, juegos alternativos, juegos populares¿
- Dar a conocer y proponer modelos deportivos a seguir como ejemplo, tanto masculinos (Pau Gasol, Rafael Nadal, Andrés Iniesta), como femenino (Carolina Marín, Lidia Valentín, Mireia Belmonte, Ruth Beitia¿).
- Agrupar a los alumnos en grupos mixtos al realizar cualquier tipo de juego o deporte colectivo.
- Crear las condiciones idóneas donde chicos y chicas participen por igual y donde se fomente una mayor participación e implicación por parte del sector femenino.
- Evitar en todo momento el uso de un lenguaje sexista, donde ambos sexos se sientan respetados y perfectamente integrados en el grupo clase.

Proyecto Escuela Solidaria:

Uno de los ejes fundamentales en la política del centro, desde hace ya varios años, y teniendo una gran difusión

entre los centros educativos de la localidad, e incluso en los pueblos más cercanos, encontramos el ¿Festival de Expresión Corporal¿, donde la recaudación económica obtenida es donada a niños de Etiopía u otras zonas con problemas económicos.

La labor del Departamento de Educación en dicha actividad es primordial para su correcto desarrollo. De hecho, la mayor parte de sesiones del segundo trimestre son planificadas con el fin de preparar a los distintos grupos para que elaboren su propio montaje de expresión corporal, con distintos contenidos en función al nivel en el que nos encontremos, y poder así amenizar la jornada con las diferentes actuaciones programadas.

Además, en este curso 2021-2022 se añade el Día Mundial de la alimentación (16 de Octubre), organizado por el departamento de EF, donde además de tratar aspectos relacionados con hábitos alimenticios saludables (relación con proyecto Forma Joven) y la importancia de un consumo responsable a través de productos locales que garanticen un trato saludable hacia la cosecha del alimento (relación con proyecto Ecoescuela), se pretenderá realizar una recolecta de fondos económicos para garantizar que los más desfavorecidos también tengan acceso a esa alimentación saludable (relación con proyecto de solidaridad).

Proyecto Escuela Espacio de Paz:

Las actividades y juegos propuestos en las clases de EF, caracterizados por el uso de un variado y motivante material, ejecutados en grandes espacios, donde existe infinidad de interrelaciones sociales por las características del juego, con diferentes objetivos y metas a conseguir¿ hacen necesario crear un clima de aula positivo, donde el respeto entre todos los compañeros/as de clase, fomentando valores como la tolerancia y el diálogo como medio de resolución de conflictos, deben ser pilares fundamentales en el proceso de enseñanza y aprendizaje de la asignatura.

Proyecto Ecoescuela:

El IES Valle del Sol está profundamente comprometido con el medioambiente e intenta, en un entorno no siempre sencillo, inculcar en sus alumnos/as el respeto al medio ambiente. EF no va a ser menos, y a través de los distintos contenidos de la asignatura, especialmente en relación al bloque de contenidos ¿actividad física en el medio natural¿ vamos a dar a conocer diferentes aspectos relacionados con la temática. Así por ejemplo vamos a tratar medidas que debemos de tener en cuenta a la hora de practicar distintos deportes en entornos naturales para cuidarlos y respetarlos, dar a conocer los recursos que nos proporciona el medio y su uso correcto para garantizar un desarrollo sostenible, profundizar en aspectos relacionados con el reciclaje de materiales deportivos (cómo podemos dar distintos usos a materiales que están deteriorados, cómo podemos autoconstruir nuevos materiales deportivos a partir de materiales reciclados, etc), e incluso incentivar el uso de medios de transporte no contaminantes como bicicleta o monopatines para desplazarse hasta el centro.

Proyecto Forma Joven:

Una de las líneas de actuación de este proyecto se denomina vida saludable. Uno de los objetivos fundamentales que se propone cualquier profesor de Educación Física es precisamente crear hábitos regulares de práctica física para mejorar la salud y calidad de vida en sus alumnos/as, por tanto, la vinculación entre este proyecto y la asignatura de Educación Física están más que justificadas.

Así, y entre los contenidos que desarrollaremos a lo largo del curso, encontramos: beneficios sobre el organismo al trabajar las distintas capacidades físicas básicas, importancia en la adopción de hábitos posturales saludables, pirámide y plato de Harvard, así como pautas alimenticias correctas, importancia de la relajación y respiración, dando a conocer y llevando a la práctica distintos métodos para su desarrollo, investigación sobre los problemas que ocasiona en el cuerpo humano el consumo de alcohol, tabaco u otras drogas, etc.

G. Contribución a la adquisición de las competencias claves

El artículo 5 de Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, establece que:

3. Todas las áreas o materias del currículo deben participar, desde su ámbito correspondiente, en el desarrollo de las distintas competencias del alumnado.
4. La selección de los contenidos y las metodologías debe asegurar el desarrollo de las competencias clave a lo largo de la vida académica.
5. Los criterios de evaluación deben servir de referencia para valorar lo que el alumnado sabe y sabe hacer en

cada área o materia. Estos criterios de evaluación se desglosan en estándares de aprendizaje evaluables. Para valorar el desarrollo competencial del alumnado, serán estos estándares de aprendizaje evaluables, como elementos de mayor concreción, observables y medibles, los que, al ponerse en relación con las competencias clave, permitirán graduar el rendimiento o desempeño alcanzado en cada una de ellas.

Según la Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo se desarrollarán las competencias clave como se expone a continuación:

Educación Física contribuirá de manera esencial al desarrollo de las competencias matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT) facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos (aspectos relacionados con la biomecánica, la conservación de la naturaleza, etc.), los sistemas biológicos (aspectos relacionados con el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, la higiene, etc.), los sistemas de la tierra y del espacio (aspectos relacionados con las actividades físicas en el medio natural) y los sistemas tecnológicos (uso de instrumentos utilizados en el ámbito de la actividad física y deportiva: GPS, pulsómetros, aplicaciones para dispositivos móviles, etc.), ofreciendo situaciones en las que el alumnado se familiarice con la investigación científica y la comunicación de la ciencia.

Asimismo, contribuye de manera esencial al desarrollo de las competencias sociales y cívicas (CSC). La Educación Física fomenta el desarrollo de la autonomía, competencia y relación social. Las normas y reglas generales que se establecen para las clases y en concreto en los juegos y deportes, contribuyen a preparar al alumnado para la vida autónoma en sociedad.

Esta materia también contribuye al desarrollo de la competencia conciencia y expresiones culturales (CEC) a través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

Las competencias sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP), y aprender a aprender (CAA) se desarrollan desde esta materia otorgando funciones y responsabilidades al alumnado, de liderazgo, de trabajo en equipo e iniciativa personal en la regulación, planificación, organización y ejecución de la actividad física.

Asimismo, la asignatura ofrece situaciones especialmente favorables para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística (CCL), ofreciendo una amplia variedad de intercambios comunicativos verbales y de vocabulario específico, además de desarrollar otras dimensiones de la comunicación a través del lenguaje corporal, las expresiones artísticas y las interacciones que se producen.

Finalmente, esta materia contribuye a la mejora de la competencia digital (CD) abordando aspectos como el acceso y la gestión de la información relacionados con la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, especialmente importantes en esta etapa.

H. Recomendaciones de metodología didáctica y estrategias metodológicas

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 7 del Decreto 110/2016 de 14 de Junio y el artículo 4 de la Orden de 15 de enero de 2021, las recomendaciones de metodología didáctica para el Bachillerato son las siguientes:

1. Las recomendaciones de metodología didáctica para Bachillerato son las establecidas en el artículo 7 del Decreto 110/2016, de 14 de junio.

2. Las programaciones didácticas de las distintas materias de Bachillerato incluirán actividades que estimulen la motivación por la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación, el uso de las matemáticas, las ciencias y la tecnología, el pensamiento computacional, la práctica de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público y debatir tanto en lengua castellana como en lenguas extranjeras, incluyendo elementos propios de la cultura andaluza, todo ello con el objetivo principal de fomentar el pensamiento crítico del alumnado.

3. Se fomentará el trabajo en equipo del profesorado con objeto de proporcionar un enfoque multidisciplinar del proceso educativo, garantizando la coordinación de todos los miembros del equipo docente de cada grupo.

4. Se potenciará el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA) para garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado que presente necesidades específicas de apoyo educativo. Para ello, en la práctica docente se desarrollarán dinámicas de trabajo que ayuden a descubrir el talento y el potencial de cada alumno y alumna y se integrarán diferentes formas de presentación del currículo, metodologías variadas y recursos que respondan a los distintos estilos y ritmos de aprendizaje del alumnado, siempre teniendo en cuenta que habrá de respetarse el currículo fijado en los Anexos II, III y IV.

5. Se fomentará el uso de herramientas de inteligencia emocional para el acercamiento del alumnado a las estrategias de gestión de emociones, desarrollando principios de empatía y resolución de conflictos que le permitan convivir en la sociedad plural en la que vivimos.

Educación Física en Bachillerato debe profundizar y avanzar en el logro de los objetivos con especial énfasis en el fomento de la autonomía, la responsabilidad, la eficiencia, la confianza y mejora de las habilidades en las relaciones sociales y la competencia del alumnado.

Se utilizarán preferentemente técnicas de enseñanza-aprendizaje orientadas hacia la indagación y la búsqueda, en las que el papel del profesorado podrá ser el de guía y orientador. Se fomentará que el alumnado se implique responsablemente y tome decisiones en su propio proceso de aprendizaje, en la programación personal de la actividad física y el uso de grupos autogestionados, promoviendo una práctica de actividad física recreativa, integradora, saludable, no sexista, colaborativa e inclusiva.

Los estilos de enseñanza-aprendizaje cognitivos, tecnológicos, colaborativos y creativos facilitan el aprendizaje activo y significativo.

Desde Educación Física se establecerán procesos de reflexión que desarrollen en el alumnado una conciencia crítica que le permita discernir los aspectos positivos y negativos de la práctica y el consumo asociados a la actividad física.

La materia debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución de una igualdad real y efectiva de oportunidades. El género como construcción social todavía conserva estereotipos que determinan que algunas actividades y prácticas físicas sean consideradas más apropiadas para las chicas que para los chicos, o viceversa. Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado. Asimismo, se fomentará la actividad física inclusiva, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado.

Además, propiciará ambientes positivos de aprendizaje, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc. Un alto grado de compromiso motor repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz. Además, se potenciará la comprensión de los procesos asociados a la práctica física.

Asimismo, se desarrollarán capacidades y se facilitarán conocimientos y recursos organizativos para ocupar el tiempo de ocio de una manera constructiva y transferible a la vida cotidiana.

La práctica de actividad física contribuye a la estabilidad emocional de los alumnos y alumnas. Esta materia proporcionará al alumnado métodos y técnicas de concentración y relajación que le permita afrontar con equilibrio y salud, los retos propios del periodo madurativo en el que se encuentran y de la sociedad en la que se desenvuelve.

Es aconsejable ofrecer tareas comunes y otras diversificadas atendiendo a los diferentes niveles, intereses y motivación del alumnado. Los contenidos de esta materia se concretarán con la flexibilidad oportuna, teniendo en cuenta estos factores y otros como por ejemplo, la diversidad del entorno en Andalucía, en lo referente a condiciones climáticas, ambientales, sociales y culturales.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se deben minimizar los posibles riesgos e implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad se deberán tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la salvaguarda de la privacidad del alumnado, por lo que se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo y deportivo.

Para el desarrollo de los contenidos relacionados con esta materia tiene un papel importante la realización de actividades complementarias y/o extraescolares, pudiéndose establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno así como la colaboración con las familias del alumnado. La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los entornos naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida.

Finalmente, destacar que para el logro de una Educación Física de calidad y, por ende, la mejora de la Educación en general, es necesaria la evaluación de todos los elementos y factores implicados en el proceso de enseñanza-aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

Metodología en el área de Educación Física.

A partir de estas orientaciones metodológicas, durante este curso, nos propondremos:

1. Establecer una adecuada progresión en las actividades propuestas.
2. El tiempo de actuación deberá adecuarse a la tarea intercalando periodos de descanso.
3. Incluir calentamientos y vuelta a la calma en la estructura de sesión.
4. Favorecer hábitos como el aseo corporal, cambio de vestuario, alimentación.
5. Fomentar actividades con diferentes niveles de solución y de adaptaciones.
6. Potenciar trabajo individualizado (equidad).
7. Plantear problemas próximos a la realidad social de la adolescencia.
8. Fomentar los mecanismos de cooperación buscando relaciones dinámicas interactivas.
9. Favorecer los procesos de retroalimentación.
10. Utilizar diversidad de materiales
11. .Adoptar medidas de seguridad pertinentes y no correr riesgos innecesarios.
12. .Inculcar el uso correcto del material y el cuidado del mismo.
13. .Utilizar criterios de evaluación integrales.
14. .Promover transferencias positivas entre aprendizajes
15. .Las propuestas educativas deben suponer esfuerzos respecto a las situaciones anteriores.
16. .Eliminar estereotipos y potenciar la igualdad de roles y la coeducación.
17. .No hemos de olvidar que nuestra metodología debe ser flexible, activa, participativa, integradora e inductiva.

Así, la intervención didáctica del profesor de EF se fundamentará en:

Estilos de enseñanza

Es la manera de cómo se desarrolla la interacción profesor y alumnado. No existen Estilos de Enseñanza puros ni perfectos desde cualquier criterio que adoptemos, siempre encontraremos combinaciones o modificaciones particulares de estos. Tampoco son generalizables a cualquier situación con la seguridad de que alcancen los mejores resultados. El estilo de enseñanza, se ha de adaptar a la personalidad del profesor/a, a los alumnos/as, al área/materia que se enseña, a los objetivos que se pretenden alcanzar, al contexto de la clase, etc.

Por todo esto, la calidad y el progreso de la enseñanza consisten en el dominio creciente de una variedad de estilos de enseñanza, y en la capacidad de utilizarlos con eficacia. El profesorado debe dominarlos y aplicarlos según un análisis previo de la situación. Deberá saber combinarlos adecuadamente según los objetivos planteados y transformarlos creando unos nuevos.

A continuación quedan reflejados los estilos de enseñanza que con más asiduidad se van a utilizar para el desarrollo de los contenidos expuestos, basado en la clasificación que Miguel Ángel Delgado Noguera realizó en 1991:

* Estilos de Enseñanza Tradicionales: Se basan en la enseñanza tradicional, siendo fundamentalmente transmisores. Tienen como objetivo fundamental la repetición de ejercicios físicos a realizar bajo el mando del profesor/a, que en todo momento dirigirá los ejercicios a realizar. Los estilos más adecuados serán la *

* Modificación del Mando Directo (en sesiones donde se requieran un gran control del alumnado como en las sesiones de test de condición física o habilidades gimnásticas) y la Asignación de Tareas (organización para recogida de material).

* Estilos de Enseñanza Individualizadores: Adecuan la labor docente a la actitud y aptitudes personales,

permitiendo avanzar a ritmos y tiempos personales, y alcanzar sucesiva o repentinamente las diversas metas propuestas. Pretende desarrollar primordialmente un gran nivel de autodecisión y de trabajo independiente, haciendo recaer en el alumnado muchas de las decisiones interactivas. Los estilos de enseñanza que utilizaremos serán: ¿Trabajo en grupos de nivel¿ (condición física), ¿Trabajo en grupos de interés¿ (juegos recreativos), ¿Enseñanza modular¿, ¿Programas individualizados¿ (alumnos/as con necesidades educativas especiales) y la ¿Enseñanza programada¿.

- Estilos de Enseñanza Participativos: Conjunto de E.E. que se caracterizan por fomentar la participación del alumnado en el proceso de enseñanza-aprendizaje, el cual realiza funciones docentes como informar, corregir, evaluar, etc. Con ellos se pretende implicar más a los alumnos/as, conceder mayor libertad al alumnado, impartir un mayor número de feedbacks, y en definitiva, procurar un aprendizaje más eficaz. Los estilos de enseñanza más utilizados son la - Enseñanza Recíproca¿ ¿Grupos reducidos y Microenseñanza. Los utilizaremos principalmente en las unidades de juegos y deportes, expresión corporal y actividad física en el medio natural.- Estilos de Enseñanza Socializadores: Con la intención de conseguir formar individuos socialmente eficaces, superar la autonomía individuo-sociedad, estimular el espíritu de servicio, la cooperación y la solidaridad, enseñar a trabajar en equipo responsabilidad, se basan en el concepto de socialización, entendida esta como el proceso por el cual, el individuo adquiere las capacidades que le permitan participar como miembro efectivo del grupo y de la sociedad. Son estilos de enseñanza que van a estar presentes en casi todas las unidades didácticas.

- Estilos de Enseñanza cognoscitivos o Cognitivos: Plantean situaciones de enseñanza-aprendizaje que obligan al alumnado a aprender mediante la búsqueda. Algunos de sus objetivos más importantes son implicar cognitivamente al alumnado, desarrollar la toma de decisiones, aprender a aprender o fomentar las ACTITUDES de curiosidad. Los estilos de enseñanza más apropiados son el ¿Descubrimiento guiado¿ y la Resolución de problemas de tareas como de situaciones motrices¿. Son estilos de enseñanza que van a estar presentes en casi todas las unidades didácticas.

- Estilos de Enseñanza Creativos: Con un carácter incompleto y abierto de las experiencias de aprendizaje, otorgan al alumnado un papel activo y espontáneo en la búsqueda de nuevas respuestas al problema motor planteado. Impulsan la creación de nuevos movimientos y la libertad de expresión de los/as alumnos a través del desarrollo del pensamiento divergente. Utilizados para las unidades de juegos recreativos y de expresión corporal.

Técnica de enseñanza:

Son esquemas de intervención en el proceso de enseñanza aprendizaje. En la Técnica de Enseñanza entendida como ¿a forma en que el profesor transmite lo que quiere enseñar¿ (Delgado, 1991), se pueden distinguir dos fases: la primera es la información inicial, mientras que la segunda es el conocimiento de los resultados. Según las características de estas fases podemos distinguir dos tipos de Técnicas de enseñanza:

- Instrucción Directa e Indagación y búsqueda.

- Instrucción Directa se basa en dos puntos bien definidos: existe una solución de probado rendimiento y el profesor informa de ésta. Es usada en aprendizajes de movimientos complejos

- Indagación y búsqueda por el contrario, es una enseñanza no instructiva pues no hay un modelo a reproducir, se basa en la proposición de problemas al alumno para que por si sólo busque la solución o soluciones. En términos generales y siempre que sea posible se utilizará la Indagación, ya que va a favorecer la capacidad de decisión del alumno/a.

Estrategia en la práctica:

La Estrategia en la práctica ¿es la forma en que el profesor organiza la progresión de la materia a enseñar¿. Podemos estructurar las estrategias en la práctica en dos tipos: Analítica y Global.

Analítica: Consiste en la descomposición de la tarea a realizar en partes componentes o elementos. Se distinguen dentro de ella tres tipos.

- Analítica Pura: ejecución aislada de los elementos más importantes de las tareas, síntesis final de éstos. (ejemplo: Triple salto).

- Analítica Secuencial: ejecución aislada de los elementos de la tarea según su secuencia temporal de ejecución y síntesis final de éstos.

- Analítica Progresiva: ejecución de un solo elemento de la tarea, y aprendizaje progresivo del resto, una vez dominado el anterior, hasta la ejecución completa del gesto.

Global: Consiste en la ejecución de la actividad o del gesto completo sin necesidad de descomponerlo en sus partes constituyentes. Puede ser:

- Global Pura: ejecución de la tarea motriz propuesta en su totalidad.
 - Global Polarizando la atención: ídem a la anterior, solicitando la atención especial en algún aspecto concreto de la ejecución de la tarea (ejemplo: juego de los 10 pases).
 - Global Modificando la situación real: ejecución global de la tarea, modificando las condiciones de realización de la misma (mayor o menor dificultad).
- Atendiendo a las finalidades del sistema educativo para la E.S.O., la estrategia en la práctica dominante en nuestras sesiones será la global (aprendizajes tácticos, expresión corporal, ritmo...), utilizando la analítica (aprendizajes técnicos, bailes...) en ocasiones puntuales (ejercicios con gran dificultad y/o riesgo).

Puesto que se pretende un aprendizaje significativo del alumno que le sirva para su vida real, dentro de las tres modalidades de Estrategia global, la que más se utilizará será la global con modificación de la situación real. Con ello se obtendrá un amplio abanico de posibilidades para practicar actividad recreativa en su tiempo libre.

También será frecuente el uso de una Estrategia Mixta, donde se combina la utilización de estrategia en la práctica global y analítica para explicar la realización de una determinada habilidad.

Selección de espacios:

Los espacios que vamos a utilizar en Educación Física a lo largo del curso serán los siguientes:

- Gimnasio del centro.
- Pistas polideportivas exteriores.
- Aula con pizarra digital.
- Pabellón de deportes del Ayuntamiento de Álora.
- Piscina Cubierta.
- Polideportivo ¿Juan Vázquez¿
- Entornos naturales próximos al centro.

Materiales y recursos

Los materiales y recursos propios de Educación Física quedan recogidos en el inventario que se realiza al finalizar cada curso escolar. Durante el curso se hará uso de todos aquellos materiales que sean necesarios.

Acuerdos o medidas en caso de enseñanza telemática.

a) Enseñanza Telemática para todo el alumnado

En caso de imponerse la modalidad de enseñanza telemática para todo el profesorado, los departamentos didácticos del centro, así como la totalidad del profesorado del IES VALLE DEL SOL, aplicará las medidas siguientes:

1. El profesorado usará solo y únicamente la plataforma Moodle centros como medio de comunicación con el alumnado (independientemente del uso personal del correo electrónico o redes sociales, que de manera voluntaria e individual quiera usar cada profesor/a).
2. El profesorado del centro publicará los apuntes correspondientes a su asignatura de manera quincenal en la plataforma Moodle, debiendo publicarse esa información el primer lunes de cada quincena antes de las 12:00 horas.
3. El profesorado del centro publicará las tareas destinadas al alumnado de manera quincenal en la plataforma Moodle, debiendo publicarse esa información el primer lunes de cada quincena antes de las 12:00 horas.
4. Los exámenes o pruebas que se realicen en período de enseñanza telemática se avisarán al alumnado con al menos una semana de antelación, no pudiendo superarse los 2 exámenes telemáticos diarios por tutoría. A tal efecto, el/la tutor/a establecerá un cuadrante quincenal de exámenes para información del profesorado y del alumnado, pudiendo en todo momento anular o posponer un examen en caso de incumplimiento de la norma establecida.
5. El profesorado del centro dispondrá de al menos una hora de clase telemática por curso según un calendario y horario establecido por el equipo directivo y el jefe de TDE. El uso de esa hora de clase telemática será obligatorio para todo el profesorado.
6. El profesorado del centro seguirá teniendo la obligación de pasar lista y registrar las ausencias del alumnado durante esas horas de clase telemática.
7. El profesorado del centro seguirá teniendo la obligación de registrar en su cuaderno de Séneca las notas correspondientes a los criterios de evaluación (o a los resultados de aprendizaje en el caso de Formación

Profesional).

8. Desde Jefatura de estudios, se establecerán los mecanismos oportunos para realizar un seguimiento del trabajo realizado por el alumnado en período de enseñanza telemática, aplicando las medidas consiguientes en caso de no asistencia a las clases telemáticas o no entrega de los trabajos exigidos.

9. Para las clases telemáticas de EF, al ser una asignatura fundamentalmente práctica, será obligatorio por parte del alumnado usar la cámara de vídeo para que así el profesor pueda comprobar y evaluar el trabajo diario de cada alumno al realizar los ejercicios propuestos.

b) Enseñanza telemática puntual

En el caso de alumnos/as que deben soportar ausencias de larga duración debidamente justificados (cuarentenas u otras circunstancias), el profesorado del IES VALLE DEL SOL, aplicará las medidas siguientes:

1. El profesorado usará solo y únicamente la plataforma Moodle centros como medio de comunicación con el alumnado (independientemente del uso personal del correo electrónico o redes sociales, que de manera voluntaria e individual quiera usar cada profesor/a).

2. El profesorado del centro publicará los apuntes correspondientes a su asignatura de manera semanal en la plataforma Moodle, debiendo publicarse esa información el lunes de cada semana antes de las 12:00 horas.

3. El profesorado del centro publicará las tareas destinadas al alumnado de manera semanal en la plataforma Moodle, debiendo publicarse esa información el lunes de cada semana antes de las 12:00 horas.

4. El alumnado que, por motivos de cuarentena, se ausente del centro durante quince días, podrá de manera excepcional realizar los exámenes no realizados a su regreso y reincorporación a clase. No obstante, el profesorado tendrá libertad para realizar esos exámenes de manera telemática si así lo decidiera.

5. Desde Jefatura de estudios, se establecerán los mecanismos oportunos para realizar un seguimiento del trabajo realizado por dicho alumnado, procediéndose a la actuación del profesorado rastreador del centro en caso de incumplimiento de las tareas por parte del alumnado. El profesorado rastreador también realizará un seguimiento de dicho alumnado durante 2 semanas después de su reincorporación a clase.

6. En el caso del alumnado vulnerable que no asista a clase durante largos períodos o incluso todo el curso, se someterán las a normas indicadas en el apartado A. En el caso de la realización de las pruebas o exámenes se podrán realizar dichos exámenes de manera presencial en el centro en situación de aislamiento informando a los alumnos afectados y al equipo directivo con una semana de antelación.

I. Procedimientos, técnicas e instrumentos de evaluación y criterios de calificación

Según el artículo 30 de la Orden 15 de Enero de 2021 para bachillerato la evaluación de la Educación Secundaria Obligatoria tiene el siguiente carácter:

1. La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua, formativa, diferenciada y objetiva según las distintas materias del currículo y será un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje.

2. La evaluación será continua por estar inmersa en el proceso de enseñanza y aprendizaje y por tener en cuenta el progreso del alumnado, con el fin de detectar las dificultades en el momento en que se produzcan, averiguar sus causas y, en consecuencia, de acuerdo con lo dispuesto en el Capítulo VI del Decreto 110/2016, de 14 de junio, adoptar las medidas necesarias dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias, que le permita continuar adecuadamente su proceso de aprendizaje.

3. El carácter formativo de la evaluación propiciará la mejora constante del proceso de enseñanza y aprendizaje. La evaluación formativa proporcionará la información que permita mejorar tanto los procesos como los resultados de la intervención educativa.

4. La evaluación será integradora por tener en consideración la totalidad de los elementos que constituyen el currículo y la aportación de cada una de las materias a la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y al desarrollo de las competencias clave.

5. El carácter integrador de la evaluación no impedirá al profesorado realizar la evaluación de cada materia de manera diferenciada, en función de los criterios de evaluación y su concreción en estándares de aprendizaje evaluables, como orientadores de evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje.

6. El alumnado tiene derecho a ser evaluado conforme a criterios de plena objetividad, a que su dedicación, esfuerzo y rendimiento sean valorados y reconocidos de manera objetiva, y a conocer los resultados de sus aprendizajes para que la información que se obtenga a través de la evaluación tenga valor formativo y lo comprometa en la mejora de su educación.

7. Asimismo, en la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado se considerarán sus características

propias y el contexto sociocultural del centro.

Además, es importante destacar que en este curso, siguiendo el artículo 31 de la Orden 21 de Enero de 2021 para bachillerato, ¿la evaluación será criterial por tomar como referentes los criterios de evaluación de las diferentes materias curriculares, así como su desarrollo a través de los estándares de aprendizaje evaluables, como orientadores de evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje.

Criterios de evaluación y estándares y resultados de aprendizaje evaluable.

Según el artículo 2 del Real Decreto 1105/2014, se define criterios de evaluación como referente específico para evaluar el aprendizaje del alumnado. Describen aquello que se quiere valorar y que el alumnado debe lograr, tanto en conocimientos como en competencias; responde a lo que se pretende conseguir en cada asignatura.

Los criterios de evaluación quedan enmarcados en el Anexo II, III y IV de la Orden 21 de Enero de 2021 para bachillerato, así como para bachillerato. Dentro de cada etapa, cada uno de estos criterios de evaluación se repartirán a lo largo de todas las unidades didácticas, de tal forma que al finalizar el curso escolar se habrán evaluado al menos en una ocasión cada uno de los criterios reflejados.

Criterios de calificación:

La nota media de cada trimestre se obtendrá a partir la nota media obtenida en cada uno de los criterios de evaluación desarrollados en dicho trimestre, siempre y cuando la nota media en cada uno de los criterios de evaluación trabajados durante ese trimestre obtenga una nota superior por encima de 3,5 puntos (si la puntuación de alguno de los criterios del trimestre está por debajo de dicha puntuación, la nota media del alumno/a en ese trimestre será insuficiente).

La ponderación de cada uno de estos no tiene que ser equitativa, de tal modo que algunos criterios de evaluación pueden y deben tener más valor que otros, al ser estos los que en esencia caracterizan y justifican el planteamiento cada una de las UD desarrolladas.

¿Cómo evaluar? Rúbricas e instrumentos de evaluación

Rúbricas:

La rúbrica es una excelente herramienta de evaluación, pues reduce la subjetividad y favorece la autoevaluación y coevaluación (Fonseca y Aguaded, 2007). Esta herramienta es muy útil para evaluar cada uno de los estándares de aprendizaje que componen la unidad didáctica, estableciendo distintos gradientes de consecución para comprobar el nivel de aprendizaje adquirido por el alumno con respecto a dicho estándar una vez finalizada la UD, permitiéndonos así reflexionar sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Normalmente, usaremos 4 niveles o gradientes para evaluar cada criterio de evaluación. Para conocer el gradiente o nivel de desempeño de cada estándar podremos usar los datos obtenidos en los instrumentos de evaluación utilizados durante el desarrollo de cada UD.

Los gradientes o niveles de desempeño de los criterios de evaluación serán:

- Gradiente 1: pocas veces consigue superar dicho criterio de evaluación. Se le asigna una puntuación de 2,5 puntos.
- Gradiente 2: alguna vez lo supera. Se considera el gradiente que establece la superación del criterio de evaluación en el mínimo aceptable para aprobar. Se le asigna un valor de 5 puntos.
- Gradiente 3: frecuentemente lo supera. Se corresponde con el 7,5.
- Gradiente 4: siempre lo supera. Sería el 10.

Procedimientos e instrumentos de evaluación:

Según Garrote (2001) serían los medios concretos que se van a utilizar durante la evaluación, es decir, se refiere al material utilizado para realizar la evaluación, tanto en la ejecución del alumno como en la anotación del profesor. A través de los datos recogidos en estos, conoceremos que gradiente ha adquirido el alumno en cada estándar de aprendizaje evaluado. Es interesante destacar que un mismo instrumento puede evaluar varios estándares de aprendizaje, y que un mismo estándar puede ser evaluado a partir del uso de diferentes instrumentos de evaluación.

El artículo 32 de la Orden 21 de Enero de 2021, indica respecto a los procedimientos e instrumentos de evaluación que ¿el profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna en relación con los objetivos de Bachillerato y las competencias clave.

En esta programación didáctica entre los instrumentos de evaluación más destacados que vamos a utilizar, y no siendo los únicos, destacamos los siguientes:

a) Fichas de clase: en algunas unidades didácticas se van a dar unas fichas de carácter teórico-práctico a cerca de los conocimientos más importantes relacionados a la Unidad Didáctica. Al final de cada ficha aparecen distintas preguntas que el alumno deberá contestar.

b) Trabajos: Cada trimestre se propondrá un trabajo de investigación y profundización acorde a los contenidos trabajados en clase como elemento de apoyo las Tecnologías de Información y Comunicación., los cuales ayudarán al alumnado a reflexionar sobre la importancia de la adquisición de hábitos saludables en su día a día.

c) Prueba escrita: Cuestionarios o exámenes: Para finalizar el trimestre, los alumnos realizarán un examen teórico, de preguntas cortas y/o de tipo test, donde los deberán demostrar sus conocimientos adquiridos a lo largo de las distintas unidades didácticas.

d) Hoja de registro:

- Lista de control: son frases que expresan conductas, secuencias de acciones, ante las cuales el educador señalará su ausencia o presencia, exigen solamente un sencillo juicio: sí, no, a veces. Normalmente lo utilizará el docente en un proceso de heteroevaluación mediante mecanismos de observación. Será necesario al menos anotar 2 registros por cada alumno, donde uno será a lo largo de la unidad didáctica y el otro en la sesión culminativa de la unidad didáctica. También se podrán usar para evaluar conceptos y actitudes, aunque en menor medida que en el caso de procedimientos.

- Escalas de observación y valoración: existen escalas ordinales (0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10) y descriptivas (siempre, casi siempre, a veces, pocas veces, casi nunca, nunca). En algunas unidades didácticas el docente utilizará una escala de valoración para evaluar las actitudes. Además, será habitual, utilizar este instrumento de evaluación mediante un proceso de coevaluación o de autoevaluación, para que los alumnos reflexionen acerca de los comportamientos y las conductas manifestadas y las valoren positivamente o negativamente. Se trata de generar actitudes a partir de la reflexión del alumnado.

e) Ejercicios prácticos y situaciones de aplicación: en los que el alumno o la alumna debe realizar una tarea aplicando una serie de normas, criterios, principios, por ejemplo: realizar un calentamiento de forma autónoma, arbitrar un encuentro, realizar un recorrido de orientación, realizar un montaje de expresión corporal, etc.

f) Test motores: a lo largo del curso se tomarán varios registros para ver la evolución de los alumnos y comprobar si ha habido o no una mejora en los resultados. Además, estos resultados nos servirán para compararlos con los resultados de cursos anteriores (si es que disponemos de esos datos).

g) Cuaderno del profesor: Las faltas de asistencia y las normas de clase y de comportamiento, como pueden ser respeto al material, comida en clase, ropa de deporte, retraso... se anotarán directamente en este cuaderno.

Momentos para evaluar:

a) Evaluación inicial o diagnóstica: durante las sesiones de la primera Unidad Didáctica se llevará a cabo esta evaluación, donde en la primera sesión del curso se pasará un test a los alumnos para conocer los conocimientos teóricos previos acerca de los contenidos que vamos a impartir a lo largo del curso. Además, en el resto de sesiones evaluaremos estos contenidos desde un punto de vista práctico, aplicando diferentes test motores que nos ayuden a conocer el punto de partida de nuestros alumnos en cuanto a su nivel de condición física.

b) Evaluación procesual: serán los datos que recojamos a lo largo del desarrollo de las sesiones sobre cada alumno. Es importante destacar que cuantos más datos obtengamos de cada instrumento de evaluación por cada alumno, más fiable será la nota final de esta Unidad Didáctica, por lo que el/la docente deberá de esforzarse en recoger la mayor cantidad de información posible durante las sesiones.

c) Evaluación sumativa: son aquellos datos que obtenemos durante la sesión culminativa de la Unidad Didáctica. Esta sesión le sirve al alumno/a para dar significatividad y funcionalidad a los aprendizajes, afianzando así los

conocimientos adquiridos a lo largo de la unidad didáctica. Sería consecuencia de la evaluación continua y suelen registrarse en la tarea competencial de la unidad didáctica.

Evaluación de las competencias claves:

En la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato se especifica lo siguiente:

Artículo 7. La evaluación de las competencias clave.

1. Tanto en la evaluación continua en los diferentes cursos como en las evaluaciones finales en las diferentes etapas educativas, deberá tenerse en cuenta el grado de dominio de las competencias correspondientes a la Educación Primaria, la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, a través de procedimientos de evaluación e instrumentos de obtención de datos que ofrezcan validez y fiabilidad en la identificación de los aprendizajes adquiridos. Por ello, para poder evaluar las competencias es necesario elegir, siempre que sea posible, estrategias e instrumentos para evaluar al alumnado de acuerdo con sus desempeños en la resolución de problemas que simulen contextos reales, movilizando sus conocimientos, destrezas, valores y actitudes.

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

3. La evaluación del grado de adquisición de las competencias debe estar integrada con la evaluación de los contenidos, en la medida en que ser competente supone movilizar los conocimientos, destrezas, actitudes y valores para dar respuesta a las situaciones planteadas, dotar de funcionalidad a los aprendizajes y aplicar lo que se aprende desde un planteamiento integrador.

4. Los niveles de desempeño de las competencias se podrán medir a través de indicadores de logro, tales como rúbricas o escalas de evaluación. Estos indicadores de logro deben incluir rangos dirigidos a la evaluación de desempeños, que tengan en cuenta el principio de atención a la diversidad.

5. El profesorado establecerá las medidas que sean necesarias para garantizar que la evaluación del grado de dominio de las competencias del alumnado con discapacidad se realice de acuerdo con los principios de no discriminación y accesibilidad y diseño universal.

6. El profesorado debe utilizar procedimientos de evaluación variados para facilitar la evaluación del alumnado como parte integral del proceso de enseñanza y aprendizaje, y como una herramienta esencial para mejorar la calidad de la educación. Asimismo, es necesario incorporar estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros, como la autoevaluación, la evaluación entre iguales o la coevaluación. Estos modelos de evaluación favorecen el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros en las actividades de tipo colaborativo y desde la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje. En todo caso, los distintos procedimientos de evaluación utilizables, como la observación sistemática del trabajo de los alumnos, las pruebas orales y escritas, el portfolio, los protocolos de registro, o los trabajos de clase, permitirán la integración de todas las competencias en un marco de evaluación coherente.

J. Medidas de atención a la diversidad

El artículo 13 de la Orden 21 de Enero de 2021 para bachillerato define atención a la diversidad al conjunto de actuaciones y medidas educativas que garantizan la mejor respuesta a las necesidades y diferencias de todos y cada uno de los alumnos y alumnas en un entorno inclusivo, ofreciendo oportunidades reales de aprendizaje en contextos educativos ordinarios.

Mientras que el artículo 14 de esta misma orden establece los siguientes principios generales de actuación para la atención a la diversidad:

1. Con objeto de hacer efectivos los principios de educación inclusiva y accesibilidad universal sobre los que se organiza el currículo de Bachillerato, los centros docentes desarrollarán las medidas de atención a la diversidad, tanto organizativas como curriculares que les permitan, en el ejercicio de su autonomía, una organización flexible de las enseñanzas y una atención personalizada del alumnado.

2. Los principios generales de actuación para la atención a la diversidad son los siguientes:

a) La consideración y el respeto a la diferencia, así como la aceptación de todas las personas como parte de la diversidad y la condición humana.

b) La personalización e individualización de la enseñanza con un enfoque inclusivo, dando respuesta a las

necesidades educativas del alumnado, ya sean de tipo personal, intelectual, social, emocional o de cualquier otra índole, que permitan el máximo desarrollo personal y académico del mismo.

c) Las medidas de atención a la diversidad en esta etapa deberán ponerse en práctica tan pronto como se detecten las necesidades, estarán destinadas a responder a las situaciones educativas concretas del alumnado y al desarrollo de las competencias clave y de los objetivos de Bachillerato y no podrán suponer una discriminación que impida al alumnado alcanzar dichos elementos curriculares.

d) La igualdad de oportunidades en el acceso, la permanencia, la promoción y titulación en la etapa.

e) La equidad y excelencia como garantes de la calidad educativa e igualdad de oportunidades, ya que esta solo se consigue en la medida en que todo el alumnado aprende el máximo posible y desarrolla todas sus potencialidades.

3. El alumnado, así como los padres, madres o personas que ejerzan su tutela legal, según lo recogido en el proyecto educativo del centro, recibirán la información y asesoramiento necesarios respecto a las características y necesidades del mismo, así como de las medidas a adoptar para su adecuada atención.

4. Según lo dispuesto en el artículo 29.2.g) del Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, las programaciones didácticas en la etapa de Bachillerato incluirán las medidas de atención a la diversidad.

5. Los centros docentes dispondrán de autonomía para organizar los recursos humanos y materiales que se les asignen de acuerdo con la planificación educativa con objeto de posibilitar la atención a la diversidad de su alumnado en el marco de lo establecido en la presente orden, y en el resto de la normativa que resulte de aplicación. La forma de atención a la diversidad que adopte cada centro formará parte de su proyecto educativo, según lo dispuesto en el artículo 23.3.f) del citado Decreto 327/2010, de 13 de julio.

En esta misma Orden del 21 de Enero de 2021 se observa como las medidas a tomar de atención a la diversidad pueden ser de carácter general y de carácter específico:

MEDIDAS GENERALES DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD:

El artículo 15 de la Orden 21 de Enero de 2021 para bachillerato indica que se consideran medidas generales de atención a la diversidad las diferentes actuaciones de carácter ordinario que, definidas por el centro en su proyecto educativo, se orientan a la promoción del aprendizaje y del éxito escolar de todo el alumnado.

Entre los programas de atención a la diversidad, tal y como indica el artículo 18 de la Orden 21 de Enero de 2021, aparecen los programas de refuerzo de aprendizaje entre otros, los cuales tendrán como objetivo asegurar los aprendizajes de las materias. Estos programas están dirigidos al alumnado que no haya promocionado de curso (plan específico personalizado para el alumnado que no promociona de curso) o al alumnado que, aún promocionando de curso, no supera alguna de las materias del curso anterior (plan de recuperación de pendientes).

Plan específico personalizado para el alumno que no promociona de curso:

En este curso 2021-2022 no disponemos ningún alumno que cumpla estos requisitos, pues el curso anterior todos los alumnos de bachillerato superaron la materia de EF.

Plan de recuperación de pendientes en Bachillerato:

En este curso 2021-2022 no disponemos ningún alumno que cumpla estos requisitos, pues el curso anterior todos los alumnos de bachillerato superaron la materia de EF.

MEDIDAS ESPECÍFICAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD:

El artículo 22 de la Orden 15 Julio 2021 para bachillerato considera que las medidas específicas de atención a la diversidad son aquellas propuestas y modificaciones en los elementos organizativos y curriculares, así como aquellas actuaciones dirigidas a dar respuesta a las necesidades educativas del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo que no haya obtenido una respuesta eficaz a través de las medidas generales de carácter ordinario. La propuesta de adopción de las medidas específicas será recogida en el informe de evaluación psicopedagógica.

Entre alguna de estas medidas encontramos: adaptación curricular de acceso, adaptación curricular para el alumnado con altas capacidades intelectuales, fraccionamiento del currículo y exención de materias.

Programa de profundización para alumnos con altas capacidades intelectuales:

El artículo 125 de la Orden 21 de Enero de 2021 para bachillerato indica que estas adaptaciones curriculares estarán destinadas a promover el desarrollo pleno y equilibrado del alumnado con altas capacidades intelectuales, contemplando propuestas curriculares de ampliación, y en su caso, de flexibilización del período de escolarización.

Estos programas en EF supondrán la modificación de la programación didáctica con la inclusión de criterios de evaluación de niveles educativos superiores, siendo posible efectuar propuestas, en función de las posibilidades de organización del centro, de cursar una o varias materias en el nivel inmediatamente superior.

K. Actividades complementarias y extraescolares

Las actividades programadas por el Departamento se sustentan en una serie de objetivos, entre los que destacan:

1. Complementar la formación académica del alumnado desde una perspectiva integral del mismo (física, psíquica y social).
2. Promover un amplio programa de actividades físico-deportivas a realizar en fechas señaladas durante el período lectivo (celebración del día de la Constitución, día de Andalucía, fin de curso...), así como en el período no lectivo (competiciones deportivas durante los recreos, por la tarde...).
3. Impulsar la participación de toda la comunidad educativa en las distintas actividades programadas por el Departamento en coordinación con el claustro de profesores.
4. Establecer canales de comunicación con diversos organismos y entidades públicas y privadas (Ayto., empresas, centros educativos...) a fin de colaborar en los proyectos del centro o de dichas instituciones.
5. Fomentar la presencia de contenidos interdisciplinares y transversales en los actos y actividades programadas.
6. Colaborar en la coordinación de actividades extraescolares de los diferentes Departamentos.
7. Contribuir a la difusión y promoción del centro educativo en su entorno próximo.

Actividades y temporalización.

Las actividades se muestran por orden de relevancia. Si bien, se presentará al Jefe del Departamento de Actividades Extraescolares, de manera puntual, cada actividad por trimestre.

1ª/ LIGAS INTERNAS de fútbol sala, mate, voleibol, bádminton, vóley y pin pon. Dichas ligas serán organizadas por el alumnado de 2º de Bachillerato que cursa Educación Física, que deberá organizar y gestionar los torneos durante los recreos a lo largo de todo el curso. El profesor de EF será el responsable de orientar y asesorar a estos alumnos para que su organización sea eficiente.

El objetivo fundamental de estas actividades es que todos los chicos y chicas de este centro puedan practicar el mayor número de actividades físicas y deportivas posibles tanto dentro del centro como fuera de este, motivando a través de estas ligas a su práctica en horario no lectivo. También ayudará a crear un clima de buena convivencia en el centro desde el deporte.

2ª/: FESTIVAL SOLIDARIO DE EXPRESIÓN CORPORAL DE ÁLORA.

Curso al que se destina: todos los cursos

Fecha probable de realización: Semana cultural

Actividades a realizar: exposición de montajes de expresión corporal por parte de los distintos grupos, así como disputa de las finales de las ligas de los distintos deportes llevados a cabo en los recreos.

Objetivos: Experiencia interdisciplinar, que tiene como nexo de unión la Educación Física y por encima del área LA EDUCACIÓN EN VALORES. Este curso volveremos a tratar de concienciar en la solidaridad y cuidar la educación en valores integrando a los diferentes estamentos educativos.

Es una actividad culminativa de la Semana Cultural y destaca por el trabajo en valores y favoreciendo a su vez la cordialidad y respeto entre la comunidad educativa del Centro y el pueblo de Álora.

Por otro lado, como premio al esfuerzo y a la colaboración solidaria se realiza una actividad final de curso en el PARQUE ACUÁTICO DE TORREMOLINOS O DÍA EN LA PLAYA como actividad culminativa del curso y recreativa, para todos los alumnos y alumnas que han participado y colaborado en las actividades de este FESTIVAL SOLIDARIO.

3ª/ ACTIVIDADES DE COLABORACIÓN CON EL ÁREA DE DEPORTES DEL AYUNTAMIENTO DE ÁLORA

Curso al que se destina: 1º y 2º ESO

Fecha probable de realización: una actividad por trimestre

Se realizan tradicionalmente desde hace más de 20 años tres actividades coordinadas por el Área de deportes del ayuntamiento:

3.1 Día de las Carreras en las Flores.

Fecha probable de realización: Noviembre

Actividades a realizar: son actividades que entroncan directamente en la programación del departamento, tienen cierto calado en el pueblo, por la tradición y solera con la que se viene desarrollando, además de relacionarse con actividades coeducativas por la igualdad real y efectiva de sexos.

3.2 Día del atletismo.

Fecha probable de realización: Marzo

Actividades a realizar: se realiza una competición deportiva donde los distintos centros de la localidad se enfrentan en distintas modalidades de atletismo, como carreras de velocidad, salto de longitud, lanzamiento de peso, etc.

Objetivos:

- + Conocer los aspectos reglamentarios básicos del atletismo.
- + Adquirir las bases técnicas de las carreras, el relevo, el salto de longitud y el lanzamiento de peso, identificando los principales criterios de calidad.
- + Desarrollar una actitud crítica ante comportamientos discriminatorios por razón de capacidad o sexo.
- + Participar en competiciones de atletismo, aceptando las posibilidades propias y anteponiendo la riqueza de la experiencia al resultado de las prueba.
- + Valorar el atletismo, sus modalidades, como medio para realizar actividad física saludable en el tiempo de ocio.

3.3 Día del Balón.

Fecha probable de realización: Mayo

Actividades a realizar: se realizarán distintas competiciones deportivas entre los distintos centros de la localidad.

Objetivos:

- + Relacionarnos entre nosotros y con gente de otros centros fuera del entorno del instituto favoreciendo al máximo un ambiente de tolerancia, participación, mutuo respeto y cooperación con todos/ as aquellos/ as que nos encontremos y con el entorno.
- + Mejorar la condición física y las habilidades motrices.
- + Disfrutar de un entorno distinto al habitual y sacarle el máximo partido posible.

4ª/ ORIENTACIÓN

Curso al que se destina: todos los cursos

Fecha probable de realización: Noviembre

Actividades a realizar: Carreras de orientación en un medio natural desconocido por los alumnos/as y organizadas por el Club de Orientación de Málaga. Se darán a conocer diferentes entornos naturales característicos de la provincia.

Objetivos:

- ¿ Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa.
- ¿ Reconocer las diferentes posibilidades que nos ofrece el medio natural, para realizar actividad física.
- ¿ Participar en unas jornadas de orientación con otros centros de la provincia.
- ¿ Mejorar en el manejo del mapa y la brújula.

5ª/ DÍA BLANCO EN SIERRA NEVADA.

Curso al que se destina: 3º ESO, 4º ESO y 1º Bachillerato

Fecha probable de realización: Finales de Enero-Febrero (salida de uno a tres días)

Actividades a realizar: esquí o snow.

Objetivos:

- ¿ Iniciarse en la técnica básica del esquí o snow, un nuevo deporte para la mayoría de los alumnos.
- ¿ Ser consciente del nivel de esquí o snow que tiene cada uno para disfrutar esquiando y evitar peligrosas

lesiones no esquiando en pistas para las que no estamos técnicamente preparados.

- ¿ Conocer el material y aprender a utilizarlo, a cuidarlo y a transportarlo.
- ¿ Mejorar la capacidad de equilibrio sobre un objeto en movimiento, así como desarrollar habilidades y destrezas necesarias para la práctica del esquí o snow.
- ¿ Conocer y experimentar otra forma amena y divertida de desplazarse en la naturaleza y en un medio poco habitual.
- ¿ Valorar lo importante que es cuidar y respetar a la naturaleza disfrutando de ella sin perjudicarla.
- ¿ Aprender las normas básicas de seguridad y comportamiento que debe tener un esquiador en las pistas.

6ª/: ACTIVIDADES DEPORTIVAS VARIADAS EN EL MEDIO NATURAL:

Curso al que se destina: 2 ESO y 3º ESO

Fecha probable de realización: Marzo-Mayo

Actividades a realizar: Nos desplazaremos al chorro a practicar distintas actividades deportivas propias del medio natural, como puede ser kayak, escalada, rápel, puente mono, etc o bien una ruta de senderismo en el Caminito del Rey.

Objetivos:

- ¿ Mejorar la condición física.
- ¿ Tomar contacto con distintas modalidades deportivas ¿de riesgo¿ que se pueden practicar en el medio natural.
- ¿ Favorecer el interés por el conocimiento del entorno natural.
- ¿ Apreciarse la belleza de los paisajes y fomentar su cuidado y conservación.
- ¿ Disfrutar de un día en contacto con la naturaleza.

7ª JORNADA ECUESTRE Y ACTIVIDADES VARIADAS

Curso al que se destina: 1º y 2º ESO

Fecha probable de realización: Febrero

Actividades a realizar: Nos desplazaremos hasta el cortijo El Moral, de Torremolinos, donde los alumnos realizarán actividades diversas, desde montar a caballo hasta montar en bici, juegos de playa, tiro con arco y escalada en rocódromo.

Objetivos:

- ¿ Mejorar la condición física.
- ¿ Conocer distintas actividades físicas que se pueden realizar en el medio natural.
- ¿ Favorecer el interés por el conocimiento del entorno natural.
- ¿ Disfrutar de un día en contacto con la naturaleza.

8ª ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN BICICLETA:

Curso al que se destina: Todos los cursos

Fecha probable de realización: Marzo

Actividades a realizar: Se realizará una ruta en bicicleta durante toda la mañana para conocer el entorno natural propio y característico de la localidad de Álora.

Objetivos:

- ¿ Mejorar la condición física.
- ¿ Incorporar el uso de la bicicleta como medio de transporte no contaminante para mejorar la salud y calidad de vida del alumnado.
- ¿ Favorecer el interés por el conocimiento del entorno natural.
- ¿ Apreciarse la belleza de los paisajes y fomentar su cuidado y conservación.
- ¿ Disfrutar de un día en contacto con la naturaleza.

9ª/ JUEGOS EN LA PLAYA.

Curso al que se destina: 1º Y 2º ESO

Fecha probable de realización: Tercer trimestre (Abril o Mayo)

Actividades a realizar: voley playa, palas, fútbol playa, béisbol, balonmano playa, pañuelito, orientación, slackline, sogatira¿

Objetivos:

- ¿ Conocer y practicar los deportes que se puede realizar en la playa.

- ¿ Importancia del medio natural como medio para realizar actividad física.
- ¿ Desarrollar y perfeccionar las capacidades físicas básicas, mediante carreras, saltos, trepas, lanzamientos...
- ¿ Perfeccionar los sistemas sensoriales por la amplia gama de estimulaciones.
- ¿ Favorecer el espíritu de superación y sacrificio.
- ¿ Desarrollar el compañerismo y afianzar las relaciones sociales.
- ¿ Mejorar el trabajo cooperativo (trabajo en equipo).
- ¿ Fomentar el cuidado de la naturaleza.

10ª SENDERISMO

Curso al que se destina: Todos los cursos

Fecha probable de realización: Otoño o primavera

Actividades a realizar: rutas senderistas por zonas próximas al centro, como por ejemplo el monte Hacho u otras zonas características de la provincia, por ejemplo el Torcal de Antequera.

Objetivos:

- ¿ Conocer y mejorar los conocimientos sobre la montaña, sobre flora y fauna, caminos, sendas, actividades económicas,..
- ¿ Conocer aspectos técnicos básicos sobre la práctica del senderismo (señalización de senderos, materiales necesarios, pertrecho de mochila¿)
- ¿ Tomar conciencia de la realidad actual medioambiental, de los problemas más acuciantes relacionados con este tema, buscando posibilidades de actuación tanto en el ámbito privado como en el entorno social.
- ¿ Valorar la importancia del bosque, los árboles, el ecosistema en la calidad de nuestra propia vida. Aprender a respetar.

11ª/ ACTIVIDADES MULTIDEPORTIVAS ACUÁTICAS

Curso al que se destina: 3º ESO, 4º ESO y 1º Bachillerato.

Fecha probable de realización: Finales de Junio

Actividades a realizar: Kayaks, paddle surf y snorkel en las playas de Nerja.

Objetivos:

- ¿ Conocer y practicar los deportes que se puede realizar en el medio acuático
- ¿ Importancia del medio natural como medio para realizar actividad física.
- ¿ Perfeccionar los sistemas sensoriales por la amplia gama de estimulaciones.
- ¿ Favorecer el espíritu de superación y sacrificio.
- ¿ Desarrollar el compañerismo y afianzar las relaciones sociales.
- ¿ Mejorar el trabajo cooperativo (trabajo en equipo).
- ¿ Fomentar el cuidado de la naturaleza cómo un bien muy valioso.

12ª/ ACTIVIDADES MULTIDEPORTIVAS OFRECIDAS POR DIFERENTES ESPECIALISTAS:

Curso al que se destina: Todos los cursos.

Fecha probable de realización: Durante todo el curso

Actividades a realizar: varias (rugby, body combat, defensa personal, senderismo, etc

Descripción: en momentos puntuales del curso nos podremos apoyar en distintos profesionales especializados de determinadas modalidades deportivas, que puedan ampliar las experiencias motrices de nuestro alumnado.

¿ Todas y cada una de las actividades complementarias y extraescolares anteriormente comentadas quedarán supeditadas al progreso y evolución del cov-19.

L. Indicadores de logro e información para la memoria de autoevaluación

La evaluación es un elemento esencial del proceso de enseñanza aprendizaje y debe aplicarse tanto al proceso de aprendizaje de los alumnos como a la revisión de la propia práctica docente, es decir, en la evaluación del proceso de enseñanza, cuya finalidad será mejorar nuestra labor como docentes.

Los mecanismos e instrumentos de evaluación que se usarán para la evaluación del proceso de enseñanza son los siguientes:

- Cuestionarios que contestarán los propios alumnos a final de curso. Se trata de sondear sus opiniones sobre la actuación del profesor.

Puntuación de 0 a 10 el nivel de aprendizaje adquirido en este trimestre:

- Evaluación de los aprendizajes de los alumnos y alumnas, preguntándonos si la evaluación del grupo en cada unidad formativa y a final de cada trimestre ha sido positiva o negativa. No podemos desligar la evaluación de los aprendizajes de los alumnos y alumnas de la evaluación del proceso de enseñanza.
- El diario del docente, a través de la autoevaluación, que nos permitirá reflexionar sobre la propia acción docente. Estos datos se recogerán a partir de indicadores de logro y están relacionados con las fases de planificación, realización y evaluación.

M. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN EF TRAS LA APARICIÓN DEL COV-19

ANTES DE LA CLASE DE EF:

- KIT HIGIÉNICO PERSONAL: Se solicitará al alumnado a asistir a clase de EF con un gel hidroalcohólico, una toalla y una botella de agua (recomendable en cantimplora o botella metálica).

- DESINFECCIÓN DE ZAPATILLAS DEPORTIVAS Y MANOS:

- ¿ Será obligatorio, antes y después de entrar al pabellón, la desinfección de las zapatillas deportivas y las manos.
- ¿ El procedimiento será el siguiente: al llegar el alumnado a la puerta del pabellón, se colocarán en fila, respetando la distancia mínima de seguridad. Una vez allí todos/as tendrán que lavar sus manos con su propio gel hidroalcohólico. Al mismo tiempo el profesor desinfectará la suela de las zapatillas deportivas de cada alumno/a con ayuda de un pulverizador.
- ¿ Las instalaciones dispondrán de dispensadores de gel colocados en zonas estratégicas del recinto para garantizar el lavado de manos de aquellos alumnos/as que hayan olvidado el suyo o se les haya agotado durante el transcurso de la clase.

- ACCESIBILIDAD:

- ¿ Los alumnos/as accederán a las pistas polideportivas en su recorrido habitual siguiendo las flechas indicadas en el suelo y respetando el sentido de la marcha.
- ¿ Cuando la clase se vaya a impartir en el pabellón municipal el grupo saldrá del centro por la puerta próxima a la biblioteca y entrará por la puerta de entrada principal del instituto. Esto evitará las aglomeraciones y contacto con el siguiente grupo que tenga clases de EF.

- ORGANIZACIÓN DE MOCHILAS: Al llegar al espacio deportivo, se asignará una zona amplia para que los alumnos puedan depositar sus mochilas y chaquetas, sin que estas entren en contacto.

DURANTE LA CLASE DE EF:

- MASCARILLAS:

- ¿ Cada alumno/a tiene que asistir a clase con su propia mascarilla.
- ¿ El uso de mascarillas será obligatorio en las clases de EF. Sin embargo, ante cierto tipo de actividades con unas características concretas, el profesor puede dar la opción de quitar la mascarilla a aquellos alumnos/as que lo deseen.
- ¿ En caso de rotura por la acción propia de la clase de EF por parte del alumno/a, el departamento de EF dispondrá de mascarillas de repuesto para garantizar la seguridad del alumno/a para el resto de la sesión.
- ¿ Para aquellos alumnos que padezcan cualquier tipo de enfermedad cardiovascular (asma, bronquitis, etc) y no puedan realizar actividad física con mascarilla será necesario presentar al profesor de EF un informe médico a inicios de curso, donde se indique claramente la imposibilidad de realizar EF con el uso de mascarilla por parte de ese alumno/a, incluso concretando si no puede participar en cualquier tipo de actividad o en un determinado contenido específico.

- ORGANIZACIÓN DEL ESPACIO:

¿ Con carácter general se promocionará actividades donde se pueda mantener el distanciamiento físico entre alumnos de al menos 1,5m.

¿ Si se trabaja en el pabellón se mantendrán abiertas las puertas de acceso, siempre y cuando la climatología lo permita, para tener lo más ventilado posible el recinto deportivo.

- MATERIAL:

¿ En cada sesión únicamente se usará el material estrictamente necesario.

¿ Se priorizará el uso de material individual (si se usa material individual será único y exclusivo para ese alumno durante esa sesión). Por contra, se limitará el uso de materiales colectivos, especialmente en aquellas fechas donde los contagios por cov-19 sean elevados.

¿ Se fomentará la realización de juegos y deportes donde el alumno tenga que autoconstruir sus propios materiales de EF (malabares, palas adaptadas, etc), para garantizar que ese material sea único y exclusivo de cada alumno/a.

¿ Quedará prohibido el uso de fuentes, por lo que es recomendable que los alumnos/as asistan a clase con su propia botella de agua.

- CONTENIDOS (los contenidos de la programación serán adaptados a la situación, siendo seleccionados aquellos que disminuyan el riesgo de contagio)

¿ Se potenciará actividades a realizar fuera del centro aprovechando el entorno natural próximo, realizando actividades como senderismo, cicloturismo, cross, orientación.

¿ Cuando se vaya a trabajar la parte teórica de la asignatura, si es durante la hora completa de clase, esta se llevará a cabo en el mismo aula donde este grupo suele trabajar. Si la parte teórica se lleva a cabo en el pabellón o pistas deportivas, garantizando la distancia mínima de seguridad entre el alumnado.

¿ Se revisará con especial atención que las adaptaciones en la propuesta de contenidos también tengan en cuenta al alumnado con necesidades educativas especiales.

¿ Durante las clases se realizarán varias paradas para la hidratación e higiene de manos si es necesario.

- VESTUARIOS

¿ Durante la clase el uso de los vestuarios/servicios estará prohibido como norma general.

¿ Se podrá entrar al inicio de la clase o al final bajo autorización del profesor/a que organizará la entrada y salida reduciendo el aforo a 2 personas como máximo por vestuario.

¿ En caso de uso, será obligatorio el lavado de manos a la entrada y a la salida.

DESPUÉS DE LA CLASE DE EF:

- DESINFECCIÓN DEL MATERIAL: Tras el uso de cualquier tipo de material durante la sesión, se procederá a su desinfección por parte del profesor y colaboración de algunos alumnos cuando sea necesario. Hasta que el material no esté perfectamente desinfectado no podrá ser usado por otros grupos.

ELEMENTOS Y RELACIONES CURRICULARES
EDUCACIÓN FÍSICA - 1º DE BACHILLERATO (CIENCIAS)

A. Elementos curriculares
1. Objetivos de materia

Código	Objetivos
1	Valorar la actividad física como medio fundamental para la mejora de la salud y de la calidad de vida y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo un medio para la autosuperación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas.
2	Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma y sistemática un programa personal de actividad física para la mejora de la condición física y motora, y las habilidades motrices desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo, considerando el propio nivel y orientado hacia las motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.
3	Aplicar, resolver y perfeccionar situaciones motrices en diferentes contextos de práctica física aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, dando prioridad a la toma de decisiones.
4	Planificar, interpretar y valorar composiciones corporales individuales y colectivas potenciando la originalidad, expresividad y la creatividad aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición, reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal, integrándolas como prácticas de ocio activo.
5	Buscar y utilizar soluciones creativas a situaciones de oposición y colaboración, con y sin oponentes, en contextos deportivos o recreativos, adaptándose a las condiciones cambiantes que se producen durante la práctica.
6	Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.
7	Utilizar de forma autónoma y regular, hábitos saludables de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
8	Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.
9	Respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva.
10	Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente la autoría de las informaciones y archivos compartidos.

2. Contenidos

Contenidos	
Bloque 1. Salud y calidad de vida	
Nº Ítem	Ítem
1	Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud.
2	Relación ingesta y gasto calórico.
3	Análisis de la dieta personal.
4	Dieta equilibrada.
5	Fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud
6	Práctica regular de diferentes técnicas de respiración y relajación.
7	Características de las actividades físicas saludables.
8	Las actividades físicas como recurso de ocio activo y saludable.
9	Formulación de objetivos en un programa de actividad física para la salud.
10	Elaboración de diseños de prácticas de actividad física en función de las características e intereses personales del alumnado.
11	La actividad física programada. Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.
12	Asociacionismo, práctica programada de actividad física, voluntariado, etc.
13	Entidades deportivas y asociaciones andaluzas.
14	Valoración de los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas las actividades físicas y sus posibilidades profesionales futuras.
15	Identificación de los aspectos organizativos de las actividades físicas y los materiales y recursos necesarios.
16	Las profesiones del deporte y oferta educativa en Andalucía.
17	Concienciación de los efectos negativos que tienen algunas prácticas de actividad física para la salud individual o colectiva y fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.
18	El doping, el alcohol, el tabaco, etc.
19	La responsabilidad y la gestión de riesgos asociados a las actividades físicas y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.
20	Identificación y uso de materiales y equipamientos para la actividad física y deportiva atendiendo a las especificaciones técnicas.
21	Conocimiento y aplicación de las normas de uso y seguridad de los mismos.
22	Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.
23	Actividades de sensibilización hacia distintos tipos de discapacidad.
24	Criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.
25	Fuentes de documentación fiable en el ámbito de la actividad física.
26	Tratamiento de información del ámbito de la actividad física con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.
27	Aplicaciones para dispositivos móviles.
28	Datos obtenidos de una ruta de BTT y/o senderismo (GPS, desnivel positivo, negativo, perfil, etc.), aplicaciones de control para el trabajo de las capacidades físicas y motrices, etc.
Bloque 2. Condición física y motriz	
Nº Ítem	Ítem
1	Los niveles de condición física dentro de los márgenes saludables.
2	La responsabilidad de la puesta en práctica de un programa de actividades físicas personalizado.

Contenidos	
Bloque 2. Condición física y motriz	
Nº Ítem	Ítem
3	Las capacidades físicas y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas en relación con la salud.
4	Planes y programas de entrenamiento de la condición física y motriz en relación con la salud.
5	El programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y recuperación.
6	Evaluación del nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física.
7	Reorientación de los objetivos y/o las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.
8	Técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.
9	La fatiga y el cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades físicas que requieren altos niveles de atención o esfuerzo.
10	Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas.
Bloque 3. Juegos y deportes	
Nº Ítem	Ítem
1	Habilidades específicas y/o especializadas de juegos y deportes individuales que respondan a los intereses del alumnado y al entorno del centro.
2	Habilidades específicas y/o especializadas apropiadas a los condicionantes generados por los compañeros y compañeras, y los adversarios y adversarias en las situaciones colectivas.
3	Situaciones motrices en un contexto competitivo.
4	Acciones que conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Deportes de raqueta y/o de lucha.
5	Actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición. Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
6	Los sistemas de juego.
7	Los sistemas de juego de los deportes de colaboración-oposición como sistemas inestables.
8	Oportunidad y riesgo de las acciones propias en las actividades físico-deportivas.
9	La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas.
10	Estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptadas a las características de las personas participantes.
Bloque 4. Expresión corporal	
Nº Ítem	Ítem
1	Realización de composiciones o montajes artísticos-expresivos individuales y colectivos, como por ejemplo: representaciones teatrales, musicales, actividades de circo, acrosport, etc.
2	Realización de composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustados a una intencionalidad estética o expresiva.
3	Acciones motrices orientadas al sentido del proyecto artístico-expresivo.
4	Reconocimiento del valor expresivo y comunicativo de las manifestaciones artístico-expresivas propias de Andalucía.
Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural	
Nº Ítem	Ítem
1	Programación y realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo ruta de BTT, raids de aventura, acampada, vela, kayaks, surf, etc.
2	Desarrollo de técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.

Contenidos	
Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural	
Nº Ítem	Ítem
3	Sensibilización y respeto hacia las normas de cuidado del entorno en el que se realizan las actividades físicas.
4	Sensibilización y respeto hacia las normas básicas de uso de los espacios para prácticas de actividades físicas en el medio natural.
5	Toma de conciencia y sensibilización del potencial de Andalucía como escenario para la práctica de actividades físicas en el medio natural.

B. Relaciones curriculares

Criterio de evaluación: 1.4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CAA: Aprender a aprender
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EF11. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.
 EF12. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.
 EF13. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.
 EF14. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.

Criterio de evaluación: 1.5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CD: Competencia digital
 CAA: Aprender a aprender
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EF11. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.
 EF12. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.
 EF13. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.
 EF14. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.
 EF15. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.
 EF16. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas

Criterio de evaluación: 1.6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CSYC: Competencias sociales y cívicas
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EF11. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.
 EF12. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.

Criterio de evaluación: 1.7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.

Competencias clave

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CAA: Aprender a aprender
 CSYC: Competencias sociales y cívicas

Estándares

EFI1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.
 EFI2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.
 EFI3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.

Criterio de evaluación: 2.1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CAA: Aprender a aprender
 CSYC: Competencias sociales y cívicas
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EFI1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.
 EFI2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
 EFI3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.
 EFI4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.

Criterio de evaluación: 3.3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CAA: Aprender a aprender
 CSYC: Competencias sociales y cívicas
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EFI1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.
 EFI2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno.
 EFI3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
 EFI4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.
 EFI5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.

Criterio de evaluación: 4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.

Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística
 CAA: Aprender a aprender
 CSYC: Competencias sociales y cívicas
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor
 CEC: Conciencia y expresiones culturales

Estándares

EFI1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.

Estándares

EFI2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.

EFI3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.

Criterio de evaluación: 4.4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EFI1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.

EFI2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.

EFI3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.

EFI4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.

Criterio de evaluación: 5.8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.

Competencias clave

CSYC: Competencias sociales y cívicas

SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EFI1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.

EFI2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.

Criterio de evaluación: 5.9. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.

Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística

CD: Competencia digital

CAA: Aprender a aprender

Estándares

EFI1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.

EFI2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.

C. Ponderaciones de los criterios

Nº Criterio	Denominación	Ponderación %
EFI.4	Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.	20
EFI.5	Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.	10
EFI.6	Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.	10
EFI.7	Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.	10
EFI.1	Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior.	13
EFI.3	Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	15
EFI.2	Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.	15
EFI.4	Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones.	1
EFI.8	Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.	5
EFI.9	Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.	1

D. Unidades didácticas: secuenciación y temporización

Unidades didácticas		
Número	Título	Temporización
1	ADQUIRIENDO HÁBITOS SALUDABLES	18 SESIONES (Septiembre a Diciembre)
Número	Título	Temporización
2	RECONOCIENDO EL NORTE (Orientación)	4 SESIONES (Finales Octubre a inicios de Noviembre)

Número	Título	Temporización
3	IMITA A PAU GASOL	5 SESIONES (Enero)
Número	Título	Temporización
4	SIGUE A CAROLINA MARÍN	5 SESIONES (Febrero)
Número	Título	Temporización
5	CREA TU ESTILO MUSICAL	10 SESIONES (Enero a Marzo)
Número	Título	Temporización
6	PROFUNDIZA EN EL ATLETISMO	6 SESIONES (Abril)
Número	Título	Temporización
7	JUEGOS ALTERNATIVOS	6 SESIONES (Mayo)
Número	Título	Temporización
8	COMO RAFA PASCUAL	4 SESIONES (Junio)

E. Precisiones sobre los niveles competenciales

Sin especificar

F. Metodología

(Este apartado está desarrollado en aspectos generales de la programación)

G. Materiales y recursos didácticos

(Este apartado está desarrollado en aspectos generales de la programación)

H. Precisiones sobre la evaluación

Sin especificar

ELEMENTOS Y RELACIONES CURRICULARES
EDUCACIÓN FÍSICA - 1º DE BACHILLERATO (HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES (LOMCE))
A. Elementos curriculares
1. Objetivos de materia

Código	Objetivos
1	Valorar la actividad física como medio fundamental para la mejora de la salud y de la calidad de vida y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo un medio para la autosuperación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas.
2	Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma y sistemática un programa personal de actividad física para la mejora de la condición física y motora, y las habilidades motrices desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo, considerando el propio nivel y orientado hacia las motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.
3	Aplicar, resolver y perfeccionar situaciones motrices en diferentes contextos de práctica física aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, dando prioridad a la toma de decisiones.
4	Planificar, interpretar y valorar composiciones corporales individuales y colectivas potenciando la originalidad, expresividad y la creatividad aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición, reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal, integrándolas como prácticas de ocio activo.
5	Buscar y utilizar soluciones creativas a situaciones de oposición y colaboración, con y sin oponentes, en contextos deportivos o recreativos, adaptándose a las condiciones cambiantes que se producen durante la práctica.
6	Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.
7	Utilizar de forma autónoma y regular, hábitos saludables de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
8	Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.
9	Respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva.
10	Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente la autoría de las informaciones y archivos compartidos.

2. Contenidos

Contenidos	
Bloque 1. Salud y calidad de vida	
Nº Ítem	Ítem
1	Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud.
2	Relación ingesta y gasto calórico.
3	Análisis de la dieta personal.
4	Dieta equilibrada.
5	Fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud
6	Práctica regular de diferentes técnicas de respiración y relajación.
7	Características de las actividades físicas saludables.
8	Las actividades físicas como recurso de ocio activo y saludable.
9	Formulación de objetivos en un programa de actividad física para la salud.
10	Elaboración de diseños de prácticas de actividad física en función de las características e intereses personales del alumnado.
11	La actividad física programada. Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.
12	Asociacionismo, práctica programada de actividad física, voluntariado, etc.
13	Entidades deportivas y asociaciones andaluzas.
14	Valoración de los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas las actividades físicas y sus posibilidades profesionales futuras.
15	Identificación de los aspectos organizativos de las actividades físicas y los materiales y recursos necesarios.
16	Las profesiones del deporte y oferta educativa en Andalucía.
17	Concienciación de los efectos negativos que tienen algunas prácticas de actividad física para la salud individual o colectiva y fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.
18	El doping, el alcohol, el tabaco, etc.
19	La responsabilidad y la gestión de riesgos asociados a las actividades físicas y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.
20	Identificación y uso de materiales y equipamientos para la actividad física y deportiva atendiendo a las especificaciones técnicas.
21	Conocimiento y aplicación de las normas de uso y seguridad de los mismos.
22	Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.
23	Actividades de sensibilización hacia distintos tipos de discapacidad.
24	Criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.
25	Fuentes de documentación fiable en el ámbito de la actividad física.
26	Tratamiento de información del ámbito de la actividad física con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.
27	Aplicaciones para dispositivos móviles.
28	Datos obtenidos de una ruta de BTT y/o senderismo (GPS, desnivel positivo, negativo, perfil, etc.), aplicaciones de control para el trabajo de las capacidades físicas y motrices, etc.
Bloque 2. Condición física y motriz	
Nº Ítem	Ítem
1	Los niveles de condición física dentro de los márgenes saludables.
2	La responsabilidad de la puesta en práctica de un programa de actividades físicas personalizado.

Contenidos	
Bloque 2. Condición física y motriz	
Nº Ítem	Ítem
3	Las capacidades físicas y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas en relación con la salud.
4	Planes y programas de entrenamiento de la condición física y motriz en relación con la salud.
5	El programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y recuperación.
6	Evaluación del nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física.
7	Reorientación de los objetivos y/o las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.
8	Técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.
9	La fatiga y el cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades físicas que requieren altos niveles de atención o esfuerzo.
10	Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas.
Bloque 3. Juegos y deportes	
Nº Ítem	Ítem
1	Habilidades específicas y/o especializadas de juegos y deportes individuales que respondan a los intereses del alumnado y al entorno del centro.
2	Habilidades específicas y/o especializadas apropiadas a los condicionantes generados por los compañeros y compañeras, y los adversarios y adversarias en las situaciones colectivas.
3	Situaciones motrices en un contexto competitivo.
4	Acciones que conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Deportes de raqueta y/o de lucha.
5	Actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición. Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
6	Los sistemas de juego.
7	Los sistemas de juego de los deportes de colaboración-oposición como sistemas inestables.
8	Oportunidad y riesgo de las acciones propias en las actividades físico-deportivas.
9	La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas.
10	Estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptadas a las características de las personas participantes.
Bloque 4. Expresión corporal	
Nº Ítem	Ítem
1	Realización de composiciones o montajes artísticos-expresivos individuales y colectivos, como por ejemplo: representaciones teatrales, musicales, actividades de circo, acrosport, etc.
2	Realización de composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustados a una intencionalidad estética o expresiva.
3	Acciones motrices orientadas al sentido del proyecto artístico-expresivo.
4	Reconocimiento del valor expresivo y comunicativo de las manifestaciones artístico-expresivas propias de Andalucía.
Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural	
Nº Ítem	Ítem
1	Programación y realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo ruta de BTT, raids de aventura, acampada, vela, kayaks, surf, etc.
2	Desarrollo de técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.

Contenidos	
Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural	
Nº Ítem	Ítem
3	Sensibilización y respeto hacia las normas de cuidado del entorno en el que se realizan las actividades físicas.
4	Sensibilización y respeto hacia las normas básicas de uso de los espacios para prácticas de actividades físicas en el medio natural.
5	Toma de conciencia y sensibilización del potencial de Andalucía como escenario para la práctica de actividades físicas en el medio natural.

B. Relaciones curriculares

Criterio de evaluación: 1.4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CAA: Aprender a aprender
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EF11. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.
 EF12. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.
 EF13. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.
 EF14. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.

Criterio de evaluación: 1.5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CD: Competencia digital
 CAA: Aprender a aprender
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EF11. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.
 EF12. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.
 EF13. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.
 EF14. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.
 EF15. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.
 EF16. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas

Criterio de evaluación: 1.6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CSYC: Competencias sociales y cívicas
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EF11. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.
 EF12. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.

Criterio de evaluación: 1.7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.

Competencias clave

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CAA: Aprender a aprender
 CSYC: Competencias sociales y cívicas

Estándares

EFI1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.
 EFI2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.
 EFI3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.

Criterio de evaluación: 2.1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CAA: Aprender a aprender
 CSYC: Competencias sociales y cívicas
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EFI1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.
 EFI2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
 EFI3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.
 EFI4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.

Criterio de evaluación: 3.3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CAA: Aprender a aprender
 CSYC: Competencias sociales y cívicas
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EFI1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.
 EFI2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno.
 EFI3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
 EFI4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.
 EFI5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.

Criterio de evaluación: 4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.

Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística
 CAA: Aprender a aprender
 CSYC: Competencias sociales y cívicas
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor
 CEC: Conciencia y expresiones culturales

Estándares

EFI1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.

Estándares

EFI2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.

EFI3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.

Criterio de evaluación: 4.4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EFI1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.

EFI2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.

EFI3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.

EFI4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.

Criterio de evaluación: 5.8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.

Competencias clave

CSYC: Competencias sociales y cívicas

SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EFI1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.

EFI2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.

Criterio de evaluación: 5.9. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.

Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística

CD: Competencia digital

CAA: Aprender a aprender

Estándares

EFI1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.

EFI2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.

C. Ponderaciones de los criterios

Nº Criterio	Denominación	Ponderación %
EFI.4	Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.	20
EFI.5	Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.	10
EFI.6	Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.	10
EFI.7	Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.	10
EFI.1	Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior.	13
EFI.3	Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	15
EFI.2	Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.	15
EFI.4	Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones.	1
EFI.8	Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.	5
EFI.9	Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.	1

D. Unidades didácticas: secuenciación y temporización

Unidades didácticas		
Número	Título	Temporización
1	ADQUIRIENDO HÁBITOS SALUDABLES	18 SESIONES (de Septiembre a Diciembre)
Número	Título	Temporización
2	RECONOCIENDO EL NORTE (Orientación)	4 SESIONES (Finales Octubre a principios de Noviembre)

Número	Título	Temporización
3	IMITANDO A PAU GASOL	5 SESIONES (Enero)
Número	Título	Temporización
4	SIGUE A CAROLINA MARÍN	5 SESIONES (Febrero)
Número	Título	Temporización
5	CREA TU ESTILO MUSICAL	10 SESIONES (Febrero a Marzo)
Número	Título	Temporización
6	PROFUNDIZA EN EL ATLETISMO	6 SESIONES (Abril)
Número	Título	Temporización
7	JUEGOS ALTERNATIVOS	6 SESIONES (MAYO)
Número	Título	Temporización
8	COMO RAFA PASCUAL	5 SESIONES (Junio)

E. Precisiones sobre los niveles competenciales

Sin especificar

F. Metodología

(Este apartado está desarrollado en aspectos generales de la programación)

G. Materiales y recursos didácticos

(Este apartado está desarrollado en aspectos generales de la programación)

H. Precisiones sobre la evaluación

Sin especificar