

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

DEPORTE Y SALUD 2º BACHILLERATO

I.E.S. VALLE DEL SOL

CURSO 2024/25

ÁLORA





ÍNDICE

- 1. PRESENTACIÓN DE LA MATERIA**
- 2. CONCRECIÓN CURRICULAR**
 - a. OBJETIVOS**
 - b. CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS CC**
 - c. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SABERES BÁSICOS**
- 3. DISTRIBUCIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL APRENDIZAJE**
 - a. SITUACIONES DE APRENDIZAJE DEL PRIMER TRIMESTRE**
 - b. SITUACIONES DE APRENDIZAJE DEL SEGUNDO TRIMESTRE**
 - c. SITUACIONES DE APRENDIZAJE DEL TERCER TRIMESTRE**
- 4. MÉTODOS PEDAGÓGICOS**
- 5. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Y A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES**
- 6. EVALUACIÓN**

1. PRESENTACIÓN DE LA MATERIA.

Esta asignatura tiene como finalidad principal el desarrollo de la competencia motriz, entendida como la integración de conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones vinculados a la conducta motora. Esta competencia viene descrita en la normativa andaluza como elemento transversal a trabajar por todas las materias. Para el desarrollo de la competencia motriz no es suficiente con la mera práctica, sino que es necesario el análisis crítico que afiance actitudes, valores referenciados al cuerpo, al movimiento y a la relación con el entorno. De este modo el alumnado logrará controlar y dar sentido a las propias acciones motrices, comprender los aspectos perceptivos, emotivos y cognitivos relacionados con dichas acciones y gestionar las emociones vinculadas a las mismas, además de integrar conocimientos y habilidades transversales como el trabajo en equipo, el juego limpio, el respeto a las normas, y la seguridad entre otras. Todo ello con el objetivo final de hacer que nuestra ciudadanía sea competente motrizmente y que los hábitos adquiridos sirvan para poder tener autonomía en la práctica de actividades físico-deportivas, una vida activa a lo largo de los años y una mejor calidad de vida en todos los aspectos.

En este aspecto, esta materia pretende ofrecer al alumnado de 2º de Bachillerato la posibilidad de seguir desarrollando su competencia dentro del ámbito escolar, con un tiempo programado y bajo la supervisión de profesionales, de especial importancia en un curso escolar que, debido a la alta exigencia académica, impide a muchos de nuestros alumnos y alumnas seguir con una práctica físico-deportiva regular en otros momentos del día. Igualmente supone la adquisición de conocimientos, experiencias y aprendizajes básicos para los estudiantes de ciclos formativos de grado superior o grados universitarios relacionados con la actividad física y la salud.

Se trabajará un amplio repertorio de acciones motrices. Actividades individuales en entornos estables como el atletismo, la natación y la gimnasia entre otros. Actividades de oposición como los juegos uno contra uno, los juegos de lucha y los deportes de raqueta. Actividades de colaboración con y sin oponentes como los juegos tradicionales, los relevos, y deportes como balonmano, fútbol sala, voleibol, baloncesto y deportes alternativos. Actividades en entornos inestables como el senderismo, la orientación deportiva, deportes acuáticos y de nieve. Actividades de índole artística o de expresión como los juegos dramáticos, el mimo, las danzas y las composiciones coreográficas entre otras.

Por otra parte, esta materia tratará de presentar distintas alternativas que sirvan para que el alumnado pueda 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 el de las enseñanzas deportivas, así como las profesiones en las que las capacidades físicas y motrices se convierten en un aspecto imprescindible para su desarrollo.



Sobre todos los campos a trabajar se fomentará en el alumnado la capacidad para ser autónomos en su propio aprendizaje. Serán los propios alumnos en gran parte los responsables de su propia formación, guiados en todo momento por el profesorado que imparta dicha materia.

2. CONCRECIÓN CURRICULAR.

a. OBJETIVOS.

- Conocer los medios, métodos y técnicas de la actividad física y utilizarlos para mejorar los rendimientos personales teniendo en cuenta las propias características individuales.
- Conocer instrumentos y procedimientos de observación, búsqueda y análisis de datos relacionados con la actividad física para mejorar la salud, el bienestar y el equilibrio.
- Conocer los elementos básicos de los principales deportes colectivos (los trabajados en anteriores etapas educativas) y cómo trabajar su mejora. · Conocer los elementos básicos del tenis y cómo trabajar su mejora. · Desarrollar las habilidades básicas motrices y específicas para su uso en el medio acuático.
- Desarrollar hábitos de participación y organización en actividades físicas y deportivas de forma individual o colectiva.
- Conocer las principales pruebas de valoración funcional médica que se utilizan en el ámbito deportivo.
- Posibilitar a los alumnos, conseguir superar las pruebas de acceso a los estudios universitarios de educación física, ejército, policía, etc.

b. CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS CC.

La materia de Educación Física contribuye al desarrollo de todas las competencias clave. Esta ayuda al desarrollo de la competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT) ofreciendo situaciones en las que el alumnado debe aplicar el razonamiento matemático para resolver situaciones asociadas a la cantidad, el espacio y la forma, el cambio y las relaciones, y la incertidumbre y los datos (resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte de orientación, relación entre ingesta y gasto calórico, la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deportes de cooperación oposición, etc.) y competencias clave en ciencia y tecnología facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos (aspectos relacionados con la conservación de la naturaleza, el funcionamiento del cuerpo



humano, la alimentación, el uso de instrumentos utilizados frecuentemente en el ámbito de la actividad física y deportiva, etc.).

La Educación Física también contribuye de manera esencial al desarrollo de las competencias sociales y cívicas (CSC) fomentando el respeto, la igualdad, la cooperación y el trabajo en equipo. Las reglas que se establecen en los juegos y los deportes, las normas de seguridad vial, la prevención de lesiones, los primeros auxilios, etc, son elementos de la Educación Física que, por su propia naturaleza, desarrollan esta competencia y preparan al alumnado para la vida en sociedad.

La Educación Física contribuye al desarrollo de la competencia aprender a aprender (CAA) potenciando las capacidades de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumnado diseñar así, su propio plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorece la motivación y la confianza que son factores cruciales para la adquisición de esta competencia.

El sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP) será fomentado desde la materia otorgando al alumnado funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles de liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal.

Asimismo, se trabajará la competencia en comunicaciones lingüísticas (CCL) a través de la amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva. 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.

Finalmente, la Educación Física facilita el desarrollo de la competencia digital en el alumnado (CD) con la realización de tareas de acceso y gestión de la información en Internet en el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, entre otras.

c. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SABERES BÁSICOS.

1. Utilizar la frecuencia cardiaca y respiratoria como indicador de la intensidad o la adaptación del organismo al esfuerzo físico, con el fin de regular la propia actividad (manejo de pulsómetros).
2. Realizar de forma autónoma actividades de calentamiento para practicar actividades específicas, previo análisis de las mismas.



3. Analizar el grado de implicación de las distintas capacidades físicas que se están poniendo en juego, ya sea en actividades realizadas por sí mismos o por los demás.
4. Utilizar en la planificación y desarrollo de la condición física los principios básicos del entrenamiento de las capacidades físicas básicas.
5. Ajustar progresivamente la propia ejecución, previo análisis del resultado obtenido para resolver los problemas planteados en las tareas motrices deportivas, evaluando la adecuación de la ejecución al objetivo previsto.
6. Aplicar los conocimientos adquiridos para la propia planificación de actividades.
7. Participar de forma constructiva en la organización y realización de actividades físico-deportivas.

3. DISTRIBUCIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL APRENDIZAJE.

a. SITUACIONES DE APRENDIZAJE DEL PRIMER TRIMESTRE.

- Trabajo de la condición física a través del desarrollo de las diferentes CFB.
- Sport Education Model de baloncesto.

b. SITUACIONES DE APRENDIZAJE DEL SEGUNDO TRIMESTRE.

- Importancia de los hábitos saludables.
- Práctica deportiva de diferentes deportes convencionales.
- Expresión corporal y danzas.

c. SITUACIONES DE APRENDIZAJE DEL TERCER TRIMESTRE.

- Orientación.
- Actividades deportivas.

4. MÉTODOS PEDAGÓGICOS.

De acuerdo con la legislación actual en EF la metodología didáctica tratará de cumplir los siguientes principios:

- El proceso de enseñanza-aprendizaje competencial debe caracterizarse por su transversalidad, su dinamismo y su carácter integral, abordándose desde todas las materias y ámbitos de conocimiento.



- El profesor debe actuar como un guía, ajustándose al nivel competencial inicial del alumnado y teniendo en cuenta la atención a la diversidad.
- Se deberá implicar al alumnado en su propio aprendizaje.
- Se incluirán actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, la práctica de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público.
- Se fomentará la reflexión y el pensamiento crítico en el alumnado.
- Las tecnologías de la información y de la comunicación se utilizan a menudo como herramientas integradas para el desarrollo del currículo.

En este sentido, el alumnado se encuentra en el periodo de las operaciones formales, por lo que deberemos potenciar su pensamiento al máximo, lo que justifica el empleo de Estilos Cognoscitivos y Creativos. Además, es una importante etapa social (Estilos Socializadores), debemos hacerles responsables (Estilos Participativos), y debemos atender a sus diferencias personales (Estilos Individualizadores).

Por otro lado, se incluirán nuevas metodologías como puede ser el Sport Education Model, Flipped Classroom y el Aprendizaje Basado en Proyectos.

Y por último, hacer especial mención en que en bachillerato el alumnado deberá tomar especial importancia en el manejo autónomo, dirigiendo sesiones y aprendiendo a ser capaz de trabajar en un grupo, asumiendo el rol que le corresponda.

5. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Y A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES.

Dentro de las posibilidades que tenemos de atención a la diversidad podemos distinguir:

a) Organización de los recursos personales y materiales dirigidos a los alumnos con necesidades educativas especiales.

- Modificación de espacios, normas, agrupamientos del alumnado. · Cambios en la metodología.
- Diversificación de actividades. Proponer actividades diferenciadas. Las tareas que dispongamos deben permitir una graduación, de forma que, esto es importante, tanto para los alumnos con dificultades en el aprendizaje como para los que tengan un nivel avanzado, ya que les permite no «descolgarse» de la clase. La dificultad de la tarea puede venir condicionada por distintas variables: velocidad de ejecución, número de repeticiones, número de variables que controlar, Hemos

introducido distintas variables de dificultad (distancia, obstáculos, trayectorias, acciones previas, materiales didácticos). Las posibles combinaciones son múltiples. Dentro de este aspecto debemos considerar la posibilidad de proponer actividades de refuerzo para aquellos alumnos con más dificultades. Lo ideal sería que pudiesen realizarlas con el profesor/a fuera de clase. En el caso de no poder hacerse, se pueden realizar programas específicos de mejora fuera del aula, cuya ejecución fuese parte de los contenidos previstos para dicho grupo de alumno/as.

- El grado de complejidad de la tarea viene también definido por los materiales que empleemos. Utilizar distintas cargas en trabajos de condición física, distintos tamaños de balón en los deportes colectivos (en función de las características antropométricas de los alumnos) son algunos ejemplos sencillos de realizar. Muchas veces buscamos aumentar la dificultad de la tarea proponiendo ejercicios nuevos que quizás un cambio brusco por la variación de circunstancias que el alumno/a puede no controlar y que son ajenas al objeto de la enseñanza. Esto podemos evitarlo manteniendo las características generales de la actividad y alterando los materiales didácticos. La visualización de vídeos es también un elemento de gran ayuda para reforzar el aprendizaje.
- Priorización de contenidos. Es este uno de los aspectos de mayor importancia dentro de la adaptación. Para la consecución de un mismo objetivo deben existir distintos caminos, distintos contenidos. La selección de los mismos tiene que plantearse en función de las posibilidades de cada centro. Para posibilitar la consecución de los objetivos por parte de alumnos/as con distintos niveles debemos priorizar contenidos, de forma que haya unos mínimos y, a partir de ellos, otros de mayor grado de complejidad. Los contenidos están establecidos de forma gradual, siendo los primeros prioritarios sobre los últimos. El criterio de dificultad por el que prioricemos unos contenidos sobre otros no debe centrarse exclusivamente en el nivel de ejecución. El nivel de exigencia puede venir también dado por la dificultad de comprensión, de percepción, de toma de decisiones o de asimilación de cada contenido.

b) Adaptación curricular. El modelo abierto y flexible de elaboración del currículo permite realizar adaptaciones que, a través de modificaciones en el currículo de cada área, flexibilicen las condiciones del proceso de enseñanza para posibilitar el aprendizaje de cada alumno. En el área de Educación Física, las adaptaciones se llevarán a cabo a través de:

- Adaptación de objetivos. Siempre que sea posible, evitaremos la modificación de objetivos, puesto que trataremos de llegar a éstos cambiando otras variables, principalmente la metodología. En ocasiones es necesario diseñar actividades de refuerzo y ampliación, algunas de las cuales se realizan en horario extraescolar.
- Graduación de criterios de evaluación. Cuando requiera una adaptación curricular significativa.



ALUMNOS/AS CON DISCAPACIDAD FÍSICA TRANSITORIA O PERMANENTE.

Esta es una situación específica de nuestra materia. Distinguiremos aquellos alumnos/as que están limitados para realizar unas determinadas actividades de aquellos que no pueden practicar actividad física. Hemos de recordar que no existen los alumnos/as exentos totales, ya que la Educación Física es una materia obligatoria, pero sí los exentos de unos determinados contenidos. Consideramos de gran importancia evitar que estos alumnos/as se desvinculen de la marcha normal de la materia, lo que traerá consecuencias negativas para ellos (falta de motivación hacia el área, dificultades para integrarse con sus compañeros/as o para realizar nuevos aprendizajes) y para el profesor/a (falta de criterios para determinar la evolución de los alumnos/as, necesidad de proponer soluciones momentáneas y poco válidas para poder evaluarlos).

a) Alumnos con discapacidad física grave y permanente son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Como ejemplos, podemos tener alumnos con escoliosis de gran curvatura que precisan del uso de un corsé, tetrapléjicos, espina bífida, casos de patologías cardíacas serias,... Éstas son algunas de las posibilidades. Sus afecciones les permiten desarrollar una actividad normal en el resto de las materias, pero les impiden realizar las actividades específicas de la nuestra. El establecimiento de los programas específicos para estos alumnos/as se centrarán tanto en los contenidos adaptados (especialmente orientados hacia los conceptos y actitudes) como en los recursos didácticos que se van a emplear para integrar a los alumnos/as en la marcha de la clase. Proponemos a continuación la atención de esos alumnos/as:

- Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están trabajando para exponer a sus compañeros.
- Elaboración de resúmenes para sus compañeros.
- Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.
- Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación.

6. EVALUACIÓN.

La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua, formativa, integradora y diferenciada según las distintas materias del currículo.



Los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y el logro de los objetivos de la etapa en las evaluaciones continua y final de las distintas materias son los criterios de evaluación. Además para la evaluación del alumnado se tendrán en consideración los criterios y procedimientos de evaluación y promoción incluidos en el proyecto educativo del centro, así como los criterios de calificación incluidos en la presente programación didáctica.

Para la evaluación del alumnado se utilizarán diferentes instrumentos tales como cuestionarios, formularios, presentaciones, exposiciones orales, edición de documentos, pruebas, escalas de observación, rúbricas o portafolios, entre otros, ajustados a los criterios de evaluación y a las características específicas del alumnado y del centro. De esta forma, con el objetivo de medir de la manera más fidedigna los diferentes criterios de evaluación se van a establecer unos indicadores claros que permitan conocer el grado de desempeño de cada criterio. Para ello, se graduaron diferentes rúbricas de acuerdo a los siguientes estándares de calificación:

- Insuficiente (del 1 al 4).
- Suficiente (del 5 al 6).
- Bien (entre el 6 y el 7).
- Notable (entre el 7 y el 8).
- Sobresaliente (entre el 9 y el 10).

En esta materia, los instrumentos más habituales para la evaluación serán:

- La observación diaria.
- Las pruebas orales y escritas.
- Las tareas encomendadas.
- Proyectos realizados.

La totalidad de los criterios de evaluación contribuyen en la misma medida al grado de desarrollo de la competencia específica, por lo que tendrán el mismo valor a la hora de determinar el grado de desarrollo de la misma.

En cada situación de aprendizaje (SdA) los criterios de calificación pueden variar, dependiendo de cómo haya planteado el profesor la unidad, la evaluación de diferentes registros etc. Por eso, cada SdA podrá tener diferentes criterios, así como la ponderación de instrumentos de evaluación, que variarán en función de los que se utilicen en cada SdA.

Para tener calificación positiva en una SdA, es necesario alcanzar todos los objetivos planificados en la misma, esto quiere decir que la media de la calificación de los criterios de evaluación asociados a las actividades evaluables de cada SdA sea superior a 5. Se implementarán mecanismos de recuperación de objetivos y criterios no alcanzados durante cada evaluación antes de la sesión de evaluación correspondiente, debiendo recuperar la totalidad de criterios de evaluación no superados de cada evaluación trimestral.



Por otro lado, en el caso de que un alumno sea descubierto copiando en una prueba escrita o copiando o plagiando cualquier trabajo o tarea, esa prueba se considerará suspensa automáticamente y la tendrá que recuperar al final de cada trimestre.

Por último, el alumnado que no obtenga al menos la calificación positiva de 5 en la evaluación ordinaria, deberá presentarse a la evaluación extraordinaria, si la hubiere.

Programa de refuerzo del aprendizaje para la recuperación de materias no superadas:

En el supuesto de que un alumno promocione de curso con la asignatura de Educación Física pendiente, la superación de los objetivos correspondientes a esta área corresponderá al propio departamento de Educación Física. Analizada la programación del curso anterior y el expediente del propio alumno, se concretarán de forma individual o general las actividades y/o pruebas a realizar para superar dicha asignatura. A fin de facilitar la recuperación al alumnado, se le facilitará actividades y pruebas escalonadas previamente secuenciadas en el curso escolar, en las cuales el alumno sepa en todo momento qué debe hacer y cómo lo debe hacer.

De esta forma, se le hará entrega a este alumnado al inicio de curso de un Programa de Refuerzo de Aprendizajes para la Recuperación de Materias Pendientes, consistente en la realización secuenciada de una serie de actividades de recuperación, así como pruebas escritas para evaluarlos. La tarea encomendada será de obligada entrega y no se tendrá en cuenta para la nota final. Constará de actividades de tipología variada, con el fin de ayudar a consolidar las competencias clave y objetivos no alcanzados de cursos anteriores.

Programa de refuerzo del aprendizaje para el alumnado que no promociona de curso:

Para el alumnado repetidor cuya permanencia en el curso se haya debido, entre otras, a no haber superado la materia de Educación Física el curso anterior, se tomarán medidas metodológicas y/o organizativas durante este curso, como son actividades evaluables de los criterios de evaluación básicos (tras la primera evaluación se valorará individualmente la idoneidad de la aplicación de esta medida), adaptación de los instrumentos de evaluación, trabajo por proyectos, uso de las TIC para motivarlos, actividades de refuerzo, ubicación cerca del profesor, seguimiento y apoyo durante las tareas, ofrecer responsabilidades especiales, ayuda de un compañero, uso de la agenda o establecer un compromiso pedagógico. Todas estas medidas tendrán un seguimiento periódico y se mantendrán o cambiarán al siguiente trimestre en función del resultado de la evaluación de su efectividad.