

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA

BACHILLERATO

2025/2026

ASPECTOS GENERALES

1. Contextualización y relación con el Plan de centro
2. Marco legal
3. Organización del Departamento de coordinación didáctica:
4. Objetivos de la etapa
5. Principios Pedagógicos
6. Evaluación
7. Seguimiento de la Programación Didáctica

CONCRECIÓN ANUAL

1º de Bachillerato (Ciencias y Tecnología) Educación Física

1º de Bachillerato (Humanidades y Ciencias Sociales) Educación Física

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EDUCACIÓN FÍSICA BACHILLERATO 2025/2026

ASPECTOS GENERALES

1. Contextualización y relación con el Plan de centro (Planes y programas, tipo de alumnado y centro):

Esta programación pertenece al Proyecto Educativo del Departamento de Educación Física del Centro IES Julio Verne de Sevilla. El centro educativo será nuestro punto de referencia, por tanto, hemos tenido en cuenta sus características, número de alumnos y profesores, instalaciones y material disponibles, sus costumbres y tradiciones en el desarrollo de nuestra materia de Educación Física, que serán factores esenciales en la configuración de nuestra planificación. Cuando hablamos del centro educativo también nos referimos al entorno local del mismo, ya que su ubicación condiciona mucho el posible tratamiento que le podamos dar a la Educación Física. Hemos considerado la utilización de parques próximos que son de fácil acceso.

PLANES Y PROGRAMAS

- Plan de igualdad de género.
- Riesgos laborales.
- Plan de autoprotección.
- Plan de organización y funcionamiento de bibliotecas escolares.
- Aula de Emprendimiento.
- Unidades de Acompañamiento.
- Comunica.
- Aldea.
- Hábitos de vida saludable.
- Plan de Convivencia Escolar.
- PROA+.
- MÁS EQUIDAD.
- Programa de Acompañamiento escolar (PROA).
- Transformación Digital Educativa. Plan de Actuación digital - Código Escuela 4.0
- Programa Escuela Espacio de Paz.
- Bienestar emocional.
- AulaDJaque.
- Prácticum Master secundaria.
- STEAM.
- Programa de atención socioeducativa ZTS.
- Programa Escuela Espacio de Paz.
- Erasmus.

No obstante, si a lo largo del curso se ofertarán más planes programas, concursos, cursos, ¿esto podrían ser tenidos en cuenta y añadidos a la programación ya que una de las características que definen la presente programación es su flexibilidad para adaptarse a las necesidades, y cambios que puedan ser relevantes para conseguir el objetivo final de todo proceso educativo, el desarrollo integral del alumnado al máximo de sus capacidades.

CARACTERÍSTICAS DE LOS ALUMNOS/AS.

A) Niveles de desarrollo motor y maduración: existe una heterogeneidad en cuando al desarrollo de los alumnos/ as, encontrando alumnos/ as/ con una talla, peso y altura considerables y otros/as que poseen dichos parámetros de etapas anteriores. Por ende, la generalidad de los alumnos/as que poseen unos índices antropométricos mayores, presentan: carencias en la coordinación general, esquema corporal, disociación segmentaria, agilidad, habilidad, etc., una resistencia y flexibilidad deficientes, un aumento significativo en el nivel de fuerza, y a causa de este incremento un aumento en la velocidad de desplazamiento. Por el contrario, los alumnos/ as de parámetros antropométricos menores presentan: buena coordinación general, esquema corporal, disociación segmentaria, agilidad y habilidad, etc., una resistencia y flexibilidad aceptable, un nivel de fuerza medio, y una considerable velocidad de reacción. Además, los alumnos/ as deberán rellenar a principio de curso un cuestionario en el que se detallarán: edad, peso, altura, patologías cardíacas, endocrinas, respiratorias, etc., así como otra serie de datos importantes para el desarrollo de actividad física (resultados test de CF).

B) Conocimientos y experiencias previas: teniendo como punto de partida la procedencia de los alumnos/as y gracias a la información proveniente del departamento de E.F., conocemos las capacidades, intereses y necesidades de la mayor parte de los alumnos/as. Podemos enumerar los contenidos tratados en el año anterior:

1. Vida activa y saludable. hábitos de higiene y salud posturales y alimenticios; actitud crítica ante productos nocivos (alcohol, drogas, tabaco, etc.); calentamiento general, etc.
2. Organización y gestión de la actividad física: planificación de las actividades físicas y deportivas.
3. Resolución de problemas en situaciones motrices: juegos predeportivos de deportes colectivos, individuales y de adversario. Voleibol y fútbol como deportes colectivos y bádminton y tenis como deporte de adversario, etc. Fuerza, flexibilidad y resistencia aeróbica (mediante juegos y Carrera continua); principios básicos de entrenamiento, toma de FC, etc.
4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: habilidades sociales, desempeño de roles diferentes, igualdad, juego limpio,...
- 5 Manifestaciones de la cultura motriz: bailes de salón; utilización de la postura y el gesto como elemento de comunicación (mimodramas); actividades de relajación, etc.
6. Interacción eficiente y sostenible con el entorno: cicloturismo y senderismo. Actividades de rastreo e iniciación a los recorridos de Orientación, etc.

Sin embargo, a principio de curso pasaremos un cuestionario para que nos transmitan que conocen o han realizado otros años y que desearían tratar en éste.

C) Experiencia en la metodología empleada. En este instituto la Educación Física tiene tradición por su buen tratamiento y los alumnos están acostumbrados a trabajar de formas muy variadas, desde estilos de enseñanzas más tradicionales como la asignación de tareas, como estilos más innovadores y cognoscitivos como los creativos. (Delgado Noguera, MA. 1991).

D) Procedencia: casi el 80% de los alumnos/ as de este curso proceden del mismo barrio y han cursado sus estudios previos en el mismo centro.

CARACTERÍSTICAS DEL CENTRO

- Ubicación: Sevilla.
- Número de unidades: 28 unidades.
- Número de alumnos: 750-800 alumnos/as.
- Claustro: 65-70 profesores/as.
- Edificio: 30 años de antigüedad, en buenas condiciones.
- Instalaciones deportivas: Gimnasio Cubierto, 2 Pistas polideportivas cementadas, un espacio libre de albero bastante grande en medio de ambas pistas y un porche techado.
- Espacios naturales cercanos: Parque pequeño a 100m y Parque de Miraflores (muy grande) a 500m.

Analizada la situación del entorno y su repercusión sobre los alumnos y su conducta, observamos:

- El entorno presenta un nivel socio-económico medio-bajo, se trata de un barrio obrero principalmente.
- Ambiente deportivo centrado sobre todo en el fútbol (muchos niños terminan en la cantera del Sevilla y Betis F.C.), y también, hay una minoría que practican rugby y algunas niñas voleibol.
- Problemas de salud (sedentarismo, obesidad, asma, alergias,)

2. Marco legal:

- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.
- Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.
- Decreto 103/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Orden de 30 de mayo de 2023, 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 a las diferencias individuales y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.
- Instrucciones de 21 de junio de 2023, de la Viceconsejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, sobre el tratamiento de la lectura para el despliegue de la competencia en comunicación lingüística en Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria.
- Instrucciones de la Viceconsejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, sobre las medidas para el fomento del Razonamiento Matemático a través del planteamiento y la resolución de retos y problemas en Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria.

3. Organización del Departamento de coordinación didáctica:

El Departamento de Educación Física del IES Julio Verne está constituido este año por los profesores:

- D. Carlos De la Torre Gutiérrez funcionario de carrera del Cuerpo de Profesores de Enseñanza Secundaria con destino definitivo en el Centro, ocupará el puesto de Profesor de EF.
- D. Jose Rodríguez Orozco funcionario de carrera del Cuerpo de Profesores de Enseñanza Secundaria con destino provisional en el Centro, ocupará el puesto de Profesor de EF.
- D. Jorge Vázquez Pacheco, funcionario de carrera del Cuerpo de Profesores de Enseñanza Secundaria con destino definitivo en el Centro, que ocupará el cargo de Jefe de Departamento de EF.

Al Departamento de Educación Física le corresponden 3 horas de reducción para el cargo de Jefe del Departamento. Hay un profesor mayor de 55 años, por lo que hay que sumar 2 horas de reducción. En este curso académico hay 40 horas de EF entre todos los cursos, por lo que ha sido nombrado un tercer profesor. Al sobrar muchas horas, al departamento le han asignado la materia de Atención Educativa (5 horas) y también dos tutorías de 4º ESO.

A partir de los criterios pedagógicos del PCC y del Departamento, se procede a la elección de grupos. Se designan los grupos por profes@r quedando de la siguiente manera:

- D. Carlos De la Torre Gutiérrez. Tutor de 4ºESOB-D. Cursos de EF: 1º ESO A y B. 4º ESO B. 1º BCH A, B y C.
- D. Jose Rodríguez Orozco. Tutor de 4ºESOC-D. Cursos de EF: 2º ESO A, B, C y D. 4º ESO A y C. Atención Educativa en 1ºESO, 2ºESO y 4ºESO (4 horas).
- D. Jorge Vázquez Pacheco. Jefe de Departamento. Cursos de EF: 1º ESO C y D. 3º ESO A, B, C y D. Atención Educativa en 3ºESO (1 hora).

Este Departamento se propone los siguientes objetivos a conseguir en los alumnos/as para el presente curso:

- Crear la necesidad de practicar algún deporte o actividad física, dentro y fuera del Centro, y conseguir la creación y desarrollo de unos hábitos deportivos mínimos.
- Conseguir que realicen la actividad física correctamente, respetando unas normas mínimas de higiene, realizando un calentamiento adecuado como preparación para esfuerzos más intensos, respetar los principios del entrenamiento (continuidad, progresión, multilateralidad, especificidad,...).
- Seguir inculcando en nuestros alumnos/as la necesidad de cambiarse de ropa una vez realizada la actividad, para prevenir malos olores, evitar posibles resfriados y ayudar en la conservación de la salud.
- Demostrar un mínimo de compañerismo y respeto hacia sus compañeros y compañeras, sin que el afán competitivo prime sobre la deportividad y la tolerancia.
- Seguir insistiendo en el respeto y cuidado del material y de las instalaciones, haciéndoles partícipes de su conservación y mejora.
- Emplear los tipos de metodología didáctica necesarias con el fin de conseguir un mínimo de autonomía y responsabilidad del alumno/a en el ámbito de la asignatura.
- Ampliar los materiales y recursos didácticos necesarios para el correcto funcionamiento de las clases.
- Realizar cursos de formación del profesorado: aplicación de nuevas tendencias deportivas dentro del aula; aplicación de los temas transversales dentro del aula, la dinámica de grupos; nuevas tecnologías,...

Las reuniones del Departamento se realizarán semanalmente de manera telemática en horario de tarde, además del contacto diario que creemos imprescindible para la buena coordinación de instalaciones, materiales y asuntos urgentes que tengamos que tratar. El Jefe del Departamento redactará un acta de cada reunión donde se expongan los temas tratados y los acuerdos conseguidos.

Después de anunciar el orden del día, se comentarán los temas a tratar y se dialogará en el caso de toma de decisiones, intentando siempre llegar a un consenso.

En dichas reuniones, el Jefe del Departamento informará de los acuerdos y novedades expuestos en la última reunión del ETCP y reunión de Área celebrada, además de los puntos del día que considere necesarios para el buen funcionamiento del Departamento, entre ellos, la revisión del desarrollo de la Programación.

Al final de curso se evaluará el trabajo realizado por el Departamento, analizando el grado de consecución de los objetivos planteados a principio de curso y valorando cada profesor el trabajo realizado por él mismo y los resultados académicos obtenidos por los alumnos/as, reflejándolo en la Memoria final del Departamento.

4. Objetivos de la etapa:

Conforme a lo dispuesto en el artículo 5 del Decreto 103/2023, de 9 de mayo, 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, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.
- c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en la historia e impulsar la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.
- d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana, profundizando en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura, conociendo y apreciando la peculiaridad lingüística andaluza en todas sus variedades.
- 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, valorando y reconociendo los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, tales como el flamenco 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.
- 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, conociendo y apreciando el medio físico y natural de Andalucía.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
- l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social.
- n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.
- ñ) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.

5. Principios Pedagógicos:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 6 del Decreto 103/2023, de 9 de mayo las recomendaciones de metodología didáctica para el Bachillerato son las siguientes:

Sin perjuicio de lo establecido en el artículo 6 del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, el currículo de la etapa de Bachillerato responderá a los siguientes principios:

- a) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten al alumnado una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de segundo curso de la etapa.
- b) Desde las distintas materias de la etapa se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.
- c) Se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión que sobre el mismo tienen las actividades humanas, el agotamiento de los recursos naturales, la superpoblación, la contaminación o el calentamiento de la Tierra, todo ello con objeto de fomentar la contribución activa en la defensa, conservación y mejora de nuestro entorno

medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida, y como elemento central e integrado en el aprendizaje de las distintas disciplinas.

d) Las programaciones didácticas de todas las materias incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística, incluyendo actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, la prácticas de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público.

e) En la organización de los estudios de la etapa se prestará especial atención al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo. A estos efectos se establecerán las alternativas organizativas y metodológicas de este alumnado. Para ello, se potenciará el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA) para garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado, presente o no necesidades específicas de apoyo educativo.

f) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folklore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas como el flamenco, la música, la literatura o la pintura, entre ellas; tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de sus mujeres y hombres a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte, del desarrollo del currículo.

g) Atendiendo a lo recogido en el Capítulo I del Título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres.

h) Con objeto de fomentar la integración de las competencias, se promoverá el aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, en los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, la capacidad para aprender por sí mismo, para trabajar en equipo, la capacidad para aplicar los métodos de investigación apropiados y la responsabilidad, así como el emprendimiento. i) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información y para aplicar procesos de análisis, observación y experimentación, adecuados a las distintas materias, fomentando el enfoque interdisciplinar del aprendizaje por competencias con la realización por parte del alumnado de trabajos de investigación y de actividades integradas.

6. Evaluación:

6.1 Evaluación y calificación del alumnado:

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 12 de la Orden de 30 de mayo de 2023, en cuanto al carácter y los referentes de la evaluación, la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua, competencial, formativa, integradora, 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. Tomará como referentes los criterios de evaluación de las diferentes materias, a través de los cuales se medirá el grado de consecución de las competencias específicas.

Igualmente, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 13 de la Orden de 30 de mayo de 2023, el profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje, en relación con los criterios de evaluación y el grado de desarrollo de las competencias específicas de cada materia. 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, coherentes con los criterios de evaluación y con las características específicas del alumnado garantizando así que la evaluación responde al principio de atención a la diversidad y a las diferencias individuales. Se fomentarán los procesos de coevaluación, evaluación entre iguales, así como la autoevaluación del alumnado, potenciando la capacidad del mismo para juzgar sus logros respecto a una tarea determinada.

La calificación de la materia se calculará haciendo la media de las calificaciones de las Competencias Específicas, las cuales a su vez se obtienen haciendo la media de las calificaciones de los Criterios de Evaluación de cada Competencia Específica.

6.2 Evaluación de la práctica docente:

Resultados de la evaluación de la materia.

Métodos didácticos y Pedagógicos.

Adecuación de los materiales y recursos didácticos.

Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.

Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

7. Seguimiento de la Programación Didáctica

Según el artículo 92.2 en su apartado d, del Decreto 327/2010, de 13 de julio, es competencia de los departamentos de coordinación didáctica, realizar el seguimiento del grado de cumplimiento de la programación didáctica y proponer las medidas de mejora que se deriven del mismo.

CONCRECIÓN ANUAL

1º de Bachillerato (Ciencias y Tecnología) Educación Física

1. Evaluación inicial:

Se recabarán datos médicos de interés para la práctica de las actividades físicas, se realizarán medidas antropométricas y fisiológicas para conocer el estado de salud y físico de los alumnos a comienzo de curso. La realización de juegos y circuitos nos dará una primera apreciación de su motricidad, así como de aspectos sociales y actitudinales.

Se realizan test del proceso y tiene como finalidad conocer el punto de partida de los alumnos y alumnas. Por medio de la evaluación Inicial, podemos:

- Emitir un diagnóstico de los alumnos/as.
- Emitir un pronóstico de las alumnas/os y aventurar hipótesis de trabajo.
- Establecer requisitos previos para nuevos aprendizajes.

Los instrumentos útiles para esta evaluación serían:

- Pruebas Funcionales.
- Valoración de la Condición Física.
- Tests motores y conceptuales.

Los datos que ofrezca la evaluación inicial deben ser el referente individual de cada alumno/a por parte del profesor/a.

Debido a tener sólo dos clases a la semana, optamos por pruebas de valoración sencillas y breves, que pudieran abarcar parámetros fundamentales de información sobre el alumnado.

- Optamos por una prueba antropométrica (peso y talla) con la cual determinar el IMC (índice de Masa Corporal) que nos da información sobre el grado de sobrepeso y obesidad de la población (fundamental a la hora de la práctica de actividad física).
- Por una prueba de adaptación cardiovascular, el Índice de Ruffier-Dickson, que nos informa de la respuesta de adaptación ante el esfuerzo.
- Un circuito combinado de agilidad y coordinación que nos dé una idea del grado de desarrollo de destrezas básicas. Después de revisar diversos circuitos de destrezas, decidimos la elaboración de uno propio con las siguientes características: fácil y breve en su ejecución, adaptado a nuestro entorno y global en cuanto a las destrezas a medir.
- Un breve cuestionario, tipo test, de conocimientos generales

2. Principios Pedagógicos:

Para lograr una educación integral que promueva la formación, madurez intelectual y humana, conocimientos, destrezas y competencias necesarias para el desarrollo personal, social, formativo y laboral del alumnado, es fundamental que los principios pedagógicos que rijan esta materia estén cuidadosamente diseñados y aplicados. A continuación, se detallan los principios pedagógicos que deben guiar la asignatura de Educación Física en el bachillerato:

- Interdisciplinariedad: la Educación Física debe estar integrada con otras disciplinas académicas para fomentar una comprensión holística del desarrollo personal. Los conceptos de biología, psicología y sociología, entre otros, pueden aplicarse para comprender mejor la importancia del ejercicio y la actividad física en la salud y el bienestar.
- Promoción de la actividad física: la asignatura debe fomentar la participación activa en actividades físicas y deportivas. Los estudiantes deben tener la oportunidad de explorar una variedad de deportes y actividades, desde deportes tradicionales hasta actividades al aire libre, para que puedan descubrir sus preferencias y desarrollar habilidades físicas.
- Enfoque en la salud y el bienestar: la Educación Física en el bachillerato debe poner un énfasis significativo en la promoción de la salud y el bienestar. Los estudiantes deben comprender los beneficios a largo plazo de mantener un estilo de vida activo y saludable, y cómo esto se relaciona con su desarrollo personal y social.
- Desarrollo de habilidades motoras: la asignatura debe centrarse en el desarrollo de habilidades motoras esenciales, como la coordinación, la resistencia, la fuerza y la flexibilidad. Estas habilidades no solo son importantes para el rendimiento deportivo, sino también para la vida cotidiana.

- Inclusividad y diversidad: debe promoverse la inclusión de todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades físicas o discapacidades. Se deben adaptar las actividades para garantizar que todos los estudiantes tengan la oportunidad de participar y mejorar sus habilidades físicas.
- Evaluación formativa y sumativa: la evaluación en la asignatura debe ser tanto formativa como sumativa. La evaluación formativa permite a los estudiantes recibir retroalimentación continua para mejorar sus habilidades y comprensión. La evaluación sumativa evalúa el nivel de logro de objetivos y competencias.
- Desarrollo de competencias transversales: la Educación Física debe contribuir al desarrollo de competencias transversales, como el trabajo en equipo, la toma de decisiones, la comunicación efectiva y la resolución de problemas. Estas competencias son esenciales para el éxito educativo y laboral a lo largo de la vida.
- Promoción de valores: los valores como el respeto, la ética deportiva, la cooperación y la igualdad deben ser promovidos a lo largo de la asignatura. Estos valores son fundamentales para el desarrollo personal y social de los estudiantes.
- Adaptación al contexto y a las necesidades individuales: los programas de Educación Física deben adaptarse al contexto específico de la institución educativa y a las necesidades individuales de los estudiantes. Esto implica considerar factores como los recursos disponibles, las instalaciones y las preferencias de los estudiantes.

En resumen, la asignatura de Educación Física en el bachillerato debe ser una parte integral de la formación educativa que promueva el desarrollo personal y social, la adquisición de competencias esenciales y el fomento de un estilo de vida saludable. La aplicación de estos principios pedagógicos contribuirá al éxito educativo y a la búsqueda de la excelencia, capacitando a los estudiantes para desarrollar todo su potencial.

Estos principios permiten la **CONTRIBUCIÓN A LAS COMPETENCIAS CLAVE**.

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible. La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos. La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social. La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.

Competencia personal, social y de aprender a aprender.

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo.

Competencia en comunicación lingüística.

La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa. La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado

a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la escritura o la signación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.

Competencia plurilingüística.

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

Competencia digital.

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas. Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

Competencia ciudadana.

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

Competencia emprendedora.

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

Competencias en conciencia y expresiones culturales.

La competencia en conciencia y expresiones culturales supone comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.

Por todo ello, las competencias conforman el elemento esencial en el proceso de enseñanza y aprendizaje al ser entendidas como aquellas destrezas que debe haber desarrollado un alumno/a al finalizar la enseñanza obligatoria para poder lograr su realización personal, ejercer la ciudadanía activa, incorporarse a la vida adulta de manera satisfactoria y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

Las competencias, por tanto, deben ser abordadas desde un punto de vista integrador del currículo escolar evitando la descontextualización. De ellas podemos sintetizar las siguientes características:

- Cada área o materia contribuye al desarrollo de diversas competencias.
- Cada una de las Competencias Claves se alcanzará como consecuencia del trabajo en varias áreas o materias, hecho que favorece la interdisciplinariedad.

- La adquisición de las mismas trasciende el ámbito curricular para incluir todas aquellas acciones educativas que desarrolla el centro, entre otras, las actividades complementarias y extraescolares.
- Las distintas competencias clave están interrelacionadas.
- Constituyen un referente que ha de ser contemplado en los criterios de evaluación.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA MATERIA

Desde la materia de Educación Física se contribuye al logro de las mencionadas competencias clave y a su vez, a las competencias específicas propios de la materia. Las competencias específicas son definidas como desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia o ámbito.

En la materia de Educación Física incidiremos en el desarrollo de la competencia motriz en situaciones de aprendizaje que se realice en un contexto determinado, por la presencia o no de otras personas y la incertidumbre o certidumbre que genera el medio. Con finalidades y objetivos variados: lúdicos, recreativos, agonísticos, higiénicos, funcionales, sociales, expresivos, catárticos, de interacción con el medio natural, y bajo unas reglas, implicando la movilización de manera integral y global de lo cognitivo, lo motor y lo afectivo-emocional, así como las relaciones interpersonales e intrapersonales.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS EN MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.
2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.
3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.
4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.
5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

El logro de estas competencias específicas permite desde la materia de Educación Física 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/as con confianza en sí mismas y socialmente responsables, promoviendo una vida activa a lo largo de los años y una mejor calidad de vida en todos los aspectos.

CONTENIDOS DE CARÁCTER TRANSVERSAL

Todas las materias deben de trabajar los siguientes elementos:

- Comprensión lectora, la expresión oral y escrita.
- Comunicación audiovisual, la comprensión digital.
- El emprendimientos social y empresarial.
- Fomento del espíritu crítico y científico.

- La educación emocional y sus valores.
- Igualdad de género.
- Creatividad.
- Educación para la salud (incluida la afectiva y social).
- Respeto mutuo y la cooperación entre iguales.

Desde la Educación Física se trabajan los distintos elementos transversales del currículo, especialmente aquellos relacionados con las habilidades sociales, la convivencia, la tolerancia y la igualdad.

La educación para la convivencia y el respeto se desarrolla especialmente esta materia, pues se interacciona constantemente y se fomentan habilidades básicas de comunicación interpersonal, escucha, respeto, resolución pacífica de conflictos, el establecimiento y respeto de normas, etc.

La igualdad real y efectiva se fomentará a través del análisis crítico y superación de estereotipos socio-culturales implantados en nuestra sociedad y más en concreto en el ámbito de la actividad física-deportiva.

El carácter integrador del currículo requiere una cooperación efectiva de la Educación Física con otras materias, destacando por ejemplo su relación con la Biología y Geología, Lengua Castellana y Literatura, Geografía e Historia, Música, Tecnología, etc. Esta cooperación se puede realizar potenciando los aprendizajes basados en proyectos donde, desde diferentes materias de forma interdisciplinar, se trabajen núcleos temáticos de interés para el alumnado permitiendo un aprendizaje integral.

En este sentido las actividades complementarias y extraescolares tienen un protagonismo especial. La riqueza y diversidad del entorno natural de Andalucía, sierras, montañas, ríos, entornos costeros, parques, etc. ofrecen el escenario ideal para su desarrollo de esta materia. Además, es esencial que el alumnado pueda conocer, disfrutar y aprender a conservar nuestros entornos, tanto urbanos como naturales. La Educación Física debe valorar y aprovechar, a su vez, la riqueza cultural de Andalucía, como las tradiciones andaluzas, los juegos populares y los bailes propios de Andalucía, así como reconocer las grandes figuras andaluzas a nivel deportivo y artístico-expresivo.

3. Aspectos metodológicos para la construcción de situaciones de aprendizaje:

La construcción de situaciones de aprendizaje efectivas en la asignatura de Educación Física en Bachillerato debe estar en línea con los principios pedagógicos mencionados anteriormente. Estos aspectos a considerar son:

Contextualización: relaciona las actividades con situaciones y problemas del mundo real que sean relevantes para los estudiantes. Por ejemplo, puedes abordar temas de salud física, deportes o actividades recreativas que tengan relevancia en su vida cotidiana.

Diversidad de actividades: varía las actividades para atender a la diversidad de intereses y habilidades de los estudiantes. Incluye deportes, juegos, actividades al aire libre, danzas, yoga, entre otros, para que los estudiantes puedan explorar diferentes aspectos de la actividad física.

Trabajo colaborativo: fomenta la colaboración y el trabajo en equipo a través de actividades grupales. Esto ayudará a promover la convivencia y el respeto mutuo, al tiempo que mejora las habilidades de comunicación y cooperación de los estudiantes.

Adaptación a la diversidad: ajusta las actividades para satisfacer las necesidades de todos los estudiantes, incluyendo aquellos con discapacidades o habilidades diferentes. Puedes ofrecer modificaciones o alternativas para que todos los estudiantes puedan participar activamente.

Aprendizaje basado en proyectos: diseña proyectos que permitan a los estudiantes investigar y abordar problemas relacionados con la actividad física y la salud. Esto fomenta la autonomía, la investigación y la resolución de problemas.

Uso de la tecnología: integra la tecnología de manera apropiada, utilizando aplicaciones, dispositivos y recursos en línea para mejorar la enseñanza y el aprendizaje. Esto puede incluir el uso de aplicaciones de seguimiento de actividad física, videos educativos y recursos interactivos.

Evaluación formativa: proporciona retroalimentación constante a los estudiantes durante las actividades. La

evaluación debe centrarse en la mejora continua, destacando el progreso y los aspectos que necesitan desarrollo. Reflexión y metacognición: Anima a los estudiantes a reflexionar sobre sus propios procesos de aprendizaje y a establecer metas personales. Esto les ayuda a desarrollar habilidades metacognitivas y a ser más conscientes de su desarrollo físico y emocional.

Interdisciplinariedad: busca oportunidades para relacionar la Educación Física con otras materias, como biología, matemáticas, historia o ética, para mostrar la interconexión de diferentes aspectos de la educación.

Fomento de la autonomía: promueve la toma de decisiones y la responsabilidad de los estudiantes en la elección de actividades y la planificación de su propio desarrollo físico.

Inclusión de la cultura y el entorno local: integra elementos culturales y deportes locales en las actividades para que los estudiantes valoren y comprendan su contexto cultural y deportivo.

En esta programación se plantea otros aspectos metodológicos que contribuyen a la realización de situaciones de aprendizaje que son más destacados y relacionados con la materia de Educación Física como:

Estilos de enseñanza-aprendizaje y estrategias metodológicas generadoras de climas de aprendizaje, ya mencionado anteriormente, que contribuyan óptimamente al desarrollo integral y competencial del alumnado y a la mejora de su calidad de vida. Es esencial que el profesorado de Educación Física desarrolle y aplique una gama suficiente de estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje, que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave adaptándose al grupo, a cada alumno y alumna y a los contenidos a trabajar.

Se utilizarán tanto técnicas de reproducción de modelos como de indagación, siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, autonomía, confianza, creatividad y participación del alumnado.

Se buscará desarrollar distintas habilidades y estilos cognitivos. Educación Física 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.

Educación Física 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.

En relación a la realización de las tareas se buscará implicar responsablemente al alumnado en su proceso de aprendizaje, promoviendo el establecimiento de sus propias metas y orientándolo hacia la autonomía en la organización y realización del trabajo.

Se diseñarán actividades variadas, de interés para el alumnado y que requieran de su implicación, ofreciéndole posibilidades de elección desarrollando así, en mayor grado, la capacidad de responsabilidad y de elección. El alumnado podrá participar en la toma de decisiones sobre las normas de clase, la elección de actividades y la evaluación, entre otros aspectos, además de asumir diferentes roles en la realización de las tareas. En relación a la evaluación, se fomentará la evaluación compartida, promoviendo también la autoevaluación del alumnado.

La materia de Educación Física proporcionará al alumnado técnicas de concentración, relajación, toma de conciencia, gestión y autorregulación emocional, aplicables a la vida cotidiana. Se reconocerá y apoyará el progreso del alumnado, partiendo y respetando sus características individuales. Se debe tener en cuenta la importancia del conocimiento de resultados para la motivación del alumnado en su progreso y evolución, por lo que se utilizarán diferentes tipos de feedback adaptados a cada persona y a cada situación. La equidad del profesorado va a favorecer una visión positiva del alumnado hacia la práctica física y su aprendizaje, eliminando estereotipos sobre la misma.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se deben

minimizar los posibles riesgos y se deberán implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad deberán tenerse en cuenta los riesgos asociados al uso de las tecnologías de la información y la salvaguarda de la privacidad del alumnado. Para ello se fomentará un uso adecuado de internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo de esta etapa.

Como ya se ha expresado, para el desarrollo de los contenidos de esta materia cobra especial importancia la realización de actividades complementarias 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 espacios naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia en cuanto a la adquisición de hábitos de vida saludable y mejora de la 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 y aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

A todo lo mencionado, desde la programación se añaden las metodologías activas y participativas:

- Actividades que estimulen la motivación e integración de tecnologías de la información y la comunicación, el uso de las matemáticas, las ciencias y la tecnología, la robótica y el pensamiento computacional, hábitos deportivos y de vida saludable, el interés y el hábito de la lectura, la práctica de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público y debatir tanto en lengua castellana como en lenguas extranjeras.
- Trabajo en equipo con un enfoque multidisciplinar.
- Lectura, en todas las materias para la competencia en comunicación lingüística.
- Estrategias de metodología didáctica como el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA).
- Herramientas de inteligencia emocional.

USO DEL DISPOSITIVO MÓVIL EN EL AULA

Hoy en día, el uso de las nuevas tecnologías está en pleno auge en nuestra sociedad. El desarrollo tanto de internet como de los teléfonos móviles nos han facilitado muchos beneficios en nuestra vida diaria. Sin embargo, el problema surge cuando el uso se convierte en un abuso, donde el consumo excesivo puede acarrear problemas para nuestra salud, tanto física y mental, como social y personal. Todo esto lo podemos ver en nuestro día a día, sobre todo en nuestro alumnado, donde el uso del teléfono móvil ya no es algo puntual, sino necesario para la gran mayoría. Todo ello puede generar consumismo, supone falta de disciplina en clase, provoca una falta de concentración en el aula, se convierte en un símbolo de estatus, induce al sedentarismo y a otros problemas de salud, incita al ciberbullying,...

Por todo ello, en la materia de Educación física, no utilizaremos el móvil en clase de forma obligatoria en ninguna situación de aprendizaje propuesta, en algunos momentos puntuales se podrá utilizar para poner música o usar cronómetro por ejemplo, siempre que el profesor/a autorice previamente su uso.

4. Materiales y recursos:

ESPACIOS E INSTALACIONES.

- Pista polideportiva para la práctica del fútbol-sala, balonmano, voleibol, etc.
- Pista de albero de fútbol-sala.
- Cancha de baloncesto con dos canastas.
- Gimnasio o pabellón con vestuarios y almacenes.

MATERIALES

A) CONVENCIONALES: libros de EF, artículos relacionados con la salud y actividad física y deportiva, plataforma del instituto para colgar apuntes y temas de interés.

B) DEPORTIVOS:

- Instalado: dos porterías fijas, espalderas y dos canastas de baloncesto.
- Material móvil poco manejable: soportes multiusos para voleibol y bádminton, colchonetas de diferentes tamaños, bancos suecos, vallas.
- Pequeño material de uso: cuerdas, picas, setas, conos, discos voladores, aros, pelotas, balones de balonmano, fútbol-sala, baloncesto, voleibol, raquetas de bádminton, palas, balones de espuma y medicinales.
- Alternativo: podemos dividir entre materiales de desecho (periódicos, bolsas de basura, globos, chapas, etc.). Materiales alternativos propios de Educación Física (stick de Hockey, indiacas, bolos de goma, etc.). Materiales del entorno (árboles, escaleras, postes de iluminación, bancos fijos, etc.).

5. Evaluación: criterios de calificación y herramientas:

Podemos entender la evaluación como: un proceso continuo, sistemático y flexible que se orienta a seguir la evolución de los procesos de desarrollo de los alumnos y a la toma de decisiones necesarias para adecuar el diseño y desarrollo de la acción educadora a las necesidades y logros destacados en los alumnos en sus procesos de aprendizajes. La evaluación es un proceso que nos permite conocer, cambiar y mejorar la enseñanza aprendizaje de nuestro alumnado.

CARACTERÍSTICAS DE LA EVALUACIÓN.

1. Por Orden de la Consejería competente en materia de educación se establecerá la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado, que será continua, formativa, integradora y diferenciada según las distintas materias. Asimismo, se establecerán los oportunos procedimientos para garantizar el derecho de los alumnos y alumnas a una evaluación objetiva y a que su dedicación, esfuerzo y rendimiento sean valorados y reconocidos con objetividad.
2. 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 serán los criterios de evaluación.
3. En aplicación del carácter formativo de la evaluación y desde su consideración como instrumento para la mejora, el profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente.
4. La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado deberá ser integradora, debiendo tenerse en cuenta desde todas y cada una de las asignaturas la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y el desarrollo de las competencias correspondientes. El carácter integrador de la evaluación no impedirá que el profesorado realice de manera diferenciada la evaluación de cada asignatura teniendo en cuenta los criterios de evaluación.
5. El equipo docente, constituido en cada caso por los profesores y profesoras del estudiante, coordinado por el tutor o tutora, actuará de manera colegiada a lo largo del proceso de evaluación y en la adopción de las decisiones resultantes del mismo.
6. En el proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo.
7. Se establecerán las medidas más adecuadas para que las condiciones de realización de las evaluaciones, incluida la evaluación final de la etapa, se adapten a las necesidades específicas de apoyo educativo del alumnado. Estas adaptaciones en ningún caso se tendrán en cuenta para minorar las calificaciones obtenidas.

La evaluación se concretará de la siguiente manera:

- Evaluación inicial, para descubrir las necesidades de cada alumno/a y adaptar en la medida de lo posible las actividades que se llevarán a la práctica. Se realizará entre la primera y segunda semana de Curso para establecer el punto de partida. No obstante, durante las primeras sesiones de cada unidad didáctica se llevarán a cabo observaciones iniciales sobre los alumnos/as.
- Evaluación formativa durante el proceso, para adaptar y readaptar el programa a los avances del grupo. Se trata de una evaluación continua basada en la observación sistemática del alumno de manera individual y colectiva, mediante la resolución de las situaciones propuestas.
- Evaluación sumativa al final, para comprobar el desarrollo de las capacidades desde el punto de vista inicial de cada alumno.

Las técnicas de evaluación que podemos usar serán de observación, tanto directa (registro anecdótico) como indirecta (listas de control, escalas de clasificación, rúbricas,...) y de experimentación (pruebas objetivas, examen escrito, test, pruebas de ejecución,...).

Los instrumentos de evaluación serán: para calificar a los alumnos/as, se tendrán en cuenta los aprendizajes que éstos hayan realizado y que se hayan desarrollado a lo largo del curso.

Pasamos a describir los procedimientos más representativos:

En relación con los procedimientos de observación se utilizarán los siguientes instrumentos:

- Registro anecdótico.
- Listas de control.
- Escalas de clasificación.
- Rúbricas.

En relación con los procedimientos de experimentación se utilizarán los siguientes instrumentos:

- Examen escrito.
- Pruebas de ejecución.
- Test de condición física.

Se valorarán los conocimientos teóricos referentes a la parte práctica que se está desarrollando y otros temas relacionados con la materia. Se harán exámenes de tipo teórico- prácticos, así como se observará las intervenciones del alumnado en las sesiones. Se usará también la plataforma Classroom para facilitar la evaluación.

Se valorará la calidad de los trabajos entregados, el esfuerzo de comprensión del tema, la utilización de un lenguaje propio y la forma de expresión e insistiremos que no es suficiente la simple copia o resumen de textos.

También se valorarán las exposiciones orales de los distintos temas, unidades de los alumnos/as, reflejando los contenidos teóricos y realizaciones prácticas más importantes desarrolladas o no en clase. Asimismo, se valorará la comprensión y adaptación a un lenguaje cercano de los distintos contenidos.

Las pruebas físicas se realizarán para utilizarlas como elemento motivador, nunca asignando notas en función de la media de los resultados de los chicos/as de la misma edad. En general, la mayoría de las pruebas se utilizan para que los alumnos/as conozcan sus propios límites y sus progresos, no para calificarlos. Sólo se tendrá en cuenta la prueba de resistencia aeróbica como mero indicador de la condición física-salud mínima de los alumnos/as:

La valoración del trabajo de los alumnos/as en clase se realizará mediante la progresión personal que se haya producido a lo largo de cada situación de aprendizaje a partir de una evaluación inicial o de los resultados que se obtuvieron en el curso anterior, así como todas las anotaciones que disponga el profesor sobre el nivel de partida de los alumnos/as, con objeto de valorar y calificar dicha progresión individual.

Aparte de la observación sistemática de la tarea realizada por los alumnos/as en las sesiones ordinarias, se podrán proponer ejercicios prácticos a modo de evaluación para calificar la progresión individual de cada alumno/a.

Se valorarán aspectos relacionados con la forma de participar de los alumnos/as en la clase, como los siguientes: Entusiasmo y persistencia del alumno/a para alcanzar un mejor desarrollo físico y de salud, aceptación de responsabilidades, adaptación al grupo y comportamiento personal, cooperación, iniciativa. Siendo éste un criterio difícil de cuantificar trataremos de llevar un registro sistemático de la conducta, interés, colaboración, de los alumnos/as a lo largo de las sesiones.

Se valorará el trabajo en clase, ejecución práctica, participación, compañerismo, normas de higiene, respeto al material, tolerancia, esfuerzo por superarse,...).

De forma concreta serán:

- Superar las pruebas prácticas.
- Superar las pruebas teóricas.
- Entregar trabajos propuestos por el profesor.
- Se valorará la actitud y comportamiento.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Exámenes o pruebas teóricas.
- Exámenes o pruebas prácticas.
- Trabajos.
- Exposiciones orales.
- Actividades en grupos.
- Hoja de observación, rúbricas, etc.

Se llevará un seguimiento de estos instrumentos en las diferentes evaluaciones. Además, se evaluarán aspectos actitudinales a través de una hoja de observación o cuaderno del profesor.

Estos aspectos a evaluar son:

- Puntualidad.
- Indumentaria.
- Higiene, cambio de camiseta.
- Comportamiento.
- Participación, interés y esfuerzo.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

A la hora de calificar cada trimestre, tenemos que tener en cuenta las diferentes situaciones de aprendizajes

temporalizadas. Estas situaciones de aprendizaje, trabajarán los diferentes saberes básicos de la materia.

Las situaciones de aprendizajes temporalizadas requerirán de una actuación en el aula que serán evaluadas a través de los diferentes instrumentos de evaluación. Dichos instrumentos de evaluación nos darán una serie de notas numéricas del 1 al 10 que están relacionados con los criterios de evaluación. Una nota obtenida de un instrumento de evaluación puede estar vinculada a diferentes criterios.

Para obtener la calificación de cada criterio de evaluación, se realizará la nota media aritmética de cada actuación obtenida a través de los instrumentos de evaluación relacionada con este criterio.

Una vez obtenida la calificación de todos los criterios de evaluación, se calculará la nota de las competencias específicas de la materia. Para ello se hará la media aritmética de los criterios de evaluación asociados a cada competencia específica. De esta manera obtenemos la calificación de cada competencia específica.

Para obtener la calificación de la materia, haremos la media aritmética de todas las competencias específicas evaluadas. Como resultado tendremos la nota de la materia.

Si el alumno/a falta a alguna prueba que sea puntuable, deberá justificar debidamente su no asistencia para poder repetir la prueba.

Se considerará abandono de la materia según establecido en el plan de Centro.

INFORMACIÓN AL ALUMNADO Y A LAS FAMILIAS SOBRE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN UTILIZADOS

Para que el alumnado y la familia sepa en todo momento, cuales son los criterios asociados a los diferentes instrumentos de evaluación, el Departamento colocará en la parte superior de los mismos un esquema con la simbología criterial asociada a la legislación vigente.

- Exámenes o pruebas teóricas: se colocará los criterios que se evaluarán en la parte superior, antes de las preguntas del mismo.
- Exámenes o pruebas prácticas: el alumno/a dispondrá de una plantilla con el ejercicio que debe de hacer y los criterios asociados.
- Trabajos: el alumno/a dispondrá de un esquema con el índice del trabajo solicitado y en la parte superior aparecerá los criterios que se evaluarán
- Exposiciones orales: el alumno/a dispondrá de un guion para la exposición y en la parte superior aparecerá los criterios que se evaluarán.
- Actividades en grupos: el grupo de alumnos/as dispondrá de una plantilla con el ejercicio que debe de hacer y los criterios asociados.
- Hoja de observación y rúbricas: las utilizarán el profesor para la evaluación donde aparecerá los criterios de evaluación. Dichas hojas o rúbricas serán facilitadas el día que se utilicen a los alumnos/as, en ella se reflejan los criterios utilizados.

Toda la información sobre los criterios de evaluación utilizados estará a disposición los días que se hagan las pruebas y se utilicen los instrumentos, además dichas plantillas con la información sobre los criterios de evaluación estarán disponibles en el tablón del Classroom del grupo, por lo que serán visibles tanto por el alumnado como por los tutores legales de los mismos.

MEDIDAS DE RECUPERACIÓN SEPTIEMBRE

Si el alumno/a no consigue alcanzar los objetivos propuestos a lo largo de todo el curso escolar, tendrá que presentarse en septiembre para su recuperación. Para la evaluación, se plantearán exámenes teóricos y/o exámenes prácticos y/o trabajos teóricos-prácticos, relacionados con el trabajo de todas las situaciones de aprendizajes desarrolladas durante el curso escolar.

6. Temporalización:

6.1 Unidades de programación:

Las situaciones de aprendizaje para este nivel son:

- El calentamiento autónomo.
- La condición física saludable: dieta, nutrición y gasto calórico.

- La condición física saludable: el doping, el alcohol, el tabaco, etc.
- La condición física saludable: programa de mejora personal.
- Test, circuitos y pruebas de condición física.
- Técnicas de relajación y respiración.
- Deporte de raqueta: Bádminton.
- Deportes alternativos I: béisbol y sus variantes, Hockey.
- Deportes alternativos II: datchball, pinfuvote, ultimate, colpbol,...
- Deportes colectivos: voleibol y baloncesto.
- Deportes colectivos: balonmano, fútbol adaptado,...
- Expresión corporal: actividades con soporte musical.
- Actividades en el medio natural: escalada, carrera de orientación.

6.2 Situaciones de aprendizaje:

7. Actividades complementarias y extraescolares:

No hay actividades programadas para este curso.

8. Atención a la diversidad y a las diferencias individuales:

8.1. Medidas generales:

- Agrupamientos flexibles.
- Aprendizaje por proyectos.
- Tutoría entre iguales.

8.2. Medidas específicas:

- Adaptaciones curriculares dirigidas al alumnado con altas capacidades intelectuales.
- Adaptaciones de acceso al currículo para el alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.
- Exención parcial/Total.
- Programas de refuerzo del aprendizaje.

8.3. Observaciones:

La atención a la diversidad como principio, intenta hacer efectivo los principios de calidad y equidad en la educación. La finalidad de la educación consiste en proporcionar una educación para todos, atendiendo a la diversidad de intereses y necesidades de nuestros alumnos, para conseguir el desarrollo integral de los mismos.

Para ello, partimos del reconocimiento de las diferencias individuales que presentan los alumnos en el proceso de aprendizaje, aspecto fundamental para el logro de una escuela integradora e inclusiva. Estas diferencias se pueden deber a:

Factores personales:

- Interés: que evolucionan a medida que los alumnos se desarrollan y avanzan en su proceso de aprendizaje.
- Motivaciones: en relación con valoración social, recompensas externas (premios, oportunidades profesionales, etc.), metas,...
- Capacidades: sensoriales, motrices, cognitivas, comunicativa-lingüística, de equilibrio personal, y de relación.
- Estilos cognitivos: dependencia/independencia, reflexividad/impulsividad, flexibilidad/rigidez.

Factores sociales: no debemos olvidar la incidencia en el aprendizaje de los alumnos de factores de índole ambiental como los recursos socioculturales, materiales y técnicos, contexto familiar, interacción con los adultos, etc. La labor de la educación ha de ser la identificación de los posibles obstáculos que puedan estar interfiriendo en el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado y la eliminación de los mismos.

Emplearemos, por tanto, la evaluación inicial del alumno, la observación sistemática en clase, así como la información obtenida en las distintas sesiones de evaluación.

Valoración inicial de los alumnos/as. Conocer el mayor número de datos de cada alumno/a, académicos, familiares, personales... Para ello, los primeros días del curso, se ha de mantener entrevistas con los alumnos/as y con sus padres, analizar el expediente escolar y los informes individualizados, recabar información de profesores de estos alumnos/as en años anteriores y del orientador/a del centro.

Identificación de alumnos/as con necesidades ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO. La información recopilada permitirá realizar un análisis global del grupo y particular de cada alumno/a que permitirá abordar la diversidad con mayores garantías de éxito.

La atención a la diversidad, independientemente de las razones que la provoquen, debe atender a dos aspectos fundamentales:

Los requerimientos cuantitativos de una tarea no deben impedir, si se puede introducir alguna modificación, en las reglas, en el material, que algunos alumnos/as queden al margen de los aprendizajes.

La exigencia en los requerimientos cuantitativos no debe suponer el que se cometan errores, por forzar movimientos, que posteriormente serán muy difíciles de corregir.

El profesor deberá ajustar la ayuda pedagógica a las diferentes necesidades del alumno/a y facilitar recursos y estrategias variadas que permitan dar respuestas a las diversas motivaciones, intereses y capacidades que presentan los alumnos/as de estas edades.

Esta atención a las necesidades educativas de todos los alumnos/as es posible abordarla a través de diferentes elementos del currículo: adaptación de los objetivos, priorización de contenidos, metodología apropiada y una gradación de los criterios de evaluación.

La forma de enseñar, de organizar y adaptar el espacio y los recursos didácticos, la agrupación de los alumnos/as, la elección del nivel de ayuda necesario para cada alumno/a en su proceso de construcción del aprendizaje,... son elementos de la acción docente que deben ser orientados a situar los nuevos aprendizajes al alcance de cada alumno/a.

Medidas generales de atención a la diversidad:

- Se propondrán actividades con diferentes niveles de solución y posibilidad de adaptación, que permitan desarrollar sus capacidades.
- Se diversificará aquellas actividades que presenten dificultades al alumnado según sus capacidades y limitaciones.
- Potenciar grupos de enseñanza, mediante la creación de equipos formados por alumnado de diferentes niveles y donde unos enseñan a otros.
- Se diversificarán las organizaciones (agrupamiento individual y en pequeño grupo) y estrategias para facilitar la consecución de los objetivos, a través de juegos cooperativos y juegos sensibilizadores.
- Se propondrán actividades individualizadas dejando tiempo suficiente para mejorar la competencia del alumno.
- Se facilita la evaluación individualizada en la que se fijan las metas que el alumno ha de alcanzar a partir de sus propias posibilidades.
- Colaboración del profesor de apoyo en el aula.
- Actividades secuenciadas que permitan distinto nivel de generalización, complejidad, abstracción.

PROGRAMAS DE REFUERZO DEL APRENDIZAJE

Alumnado que no haya promocionado de curso, se desarrollarán un conjunto de medidas orientadas a la superación de las dificultades que fueron detectadas en el curso anterior y que afectaban al alumnado que permanece durante un año más en el mismo curso. El diseño de dichas medidas dependerá de cada caso concreto. Entre las medidas que se pondrán utilizar podemos destacar:

- Ejercicios de refuerzo secuenciados por trimestres que el alumno deberá entregar al profesor en las fechas señaladas.
- Registro de tareas realizadas.
- Presentación trabajos individuales.
- Uso de recursos en la plataforma.

Alumnos/as que presentan dificultades de aprendizaje superiores a las del resto del grupo: disminuir la dificultad de adquisición de los aspectos conceptuales, valorando si afecta o no a los prácticos. En caso de que afecte, se

procede a disminuir la dificultad de la tarea, no debiendo disminuirse el grado de consecución de los aspectos actitudinales.

Alumnos/as con Altas Capacidades Intelectuales: Como medida de adaptación llevaremos a cabo actividades de ampliación de los contenidos a tratar.

Alumnos/as que muestran deficiencias de tipo motor, sensorial, intelectual y/o social, capaces de aprender los mismos contenidos que el resto de compañeros del grupo, aunque deben facilitárseles recursos materiales y adaptaciones curriculares de diferente índole: adaptación en los objetivos del área de Educación física, adecuación de los contenidos (priorización, secuenciación y/o temporalización), ajustes en la evaluación.

En cada UDI se resolverán dudas, se propondrán y sugerirán actividades que adelanten contenidos, apoyen a aquellos alumnos/as con dificultades individuales, refuercen lo aprendido y fomenten la 3ª sesión de Educación Física de la semana que complementa las dos oficiales. Se intentará que consigan el hábito de otro día de práctica en el parque próximo, polideportivo,...

Alumnos lesionados o que padecen enfermedades crónicas (asma, diabetes, etc.) que ocasionan una desventaja a nivel orgánico que no les permite una participación igualitaria con respecto a compañeros y que en ocasiones se aconseja la no participación motriz en dicha actividad, durante tiempos más o menos prolongados. A estos alumnos se le proponen adaptaciones generales y en los casos más complicados, extraordinarias significativas. Las circunstancias que causan esta imposibilidad son:

- Enfermedad común.
- Lesión ósea, tendinosa, muscular o ligamentosa.
- Diabéticos.
- Asmáticos.
- Alérgicos.

Pautas de actuación en función de la situación:

- Exentos totales. Aquellos casos excepcionales por prescripción médica debidamente justificados. Deberán presentar un certificado médico oficial, donde se indique que la exención es completa y que no puede realizar ningún tipo de actividad física. Estos alumnos/as alcanzarán los objetivos prácticos mediante otro tipo de ejercicios que no requieran la práctica física de los mismos. Se realizarán trabajos de forma teórica o pruebas escritas.
- Exentos parciales de la parte práctica. Presentación del certificado médico oficial donde se indique la exención parcial y los ejercicios que no debe realizar, realizando aquellos que no cubran la exención. Según el volumen de ejercicios de los que quede exento, se evaluará como en los exentos totales, o bien se evaluará también de la parte práctica, como los demás alumnos/as cambiándose algunas pruebas.
- Exento parcial por lesión, enfermedad u otro tipo de falta justificada. Deberán presentar un certificado médico oficial en caso de enfermedad o lesión indicando el tiempo que no debe realizar ejercicio físico. Si es otro tipo de falta de asistencia, un justificante firmado por padres o tutores. Si el alumno/a no asiste a más de un 25% de sesiones de una Unidad Didáctica deberá realizar un trabajo y/o prueba teórica-práctica y cuestionarios.

En los tres casos se valorará: pruebas, trabajos teóricos, participación activa (según posibilidades) y registro de datos, como por ejemplo la hoja diaria del alumno/a, donde recogerá de forma escrita lo realizado en la sesión práctica por el resto de compañeros / as que deberá entregarse en la clase siguiente a la tomada por escrito y al final de cada trimestre, o la actividad que se le haya indicado para el trabajo de esa clase) y examen teórico. Se valorará su disposición a participar en la medida de lo posible en la sesión, ayuda a compañeros, colocación y recogida de material, atención a las explicaciones, etc.

EL DISEÑO UNIVERSAL PARA EL APRENDIZAJE (DUA)

El diseño universal para el aprendizaje (DUA) es un enfoque de enseñanza y aprendizaje que ofrece a todos los niños la misma oportunidad de progreso.

Para entender bien qué es el diseño universal de aprendizaje también puede serte muy útil entender qué no es. Es posible que la palabra universal te despiste, pensando quizás que se trata de una única manera de enseñar a tus alumnos. Pero, se trata de un tipo de aprendizaje completamente opuesto a la idea de enseñar de una manera única.

El objetivo del diseño universal para el aprendizaje es emplear diferentes métodos de enseñanza para conseguir derribar cualquier obstáculo que impida el aprendizaje de cualquier alumno/a, sea cual sea su condición social. Un método de enseñanza completamente flexible para que pueda ser adaptado a las fortalezas y necesidades de cada niño o niña. Es por eso que utilizar un diseño universal del aprendizaje puede llegar a beneficiar a todos tu alumnado.

No se trata de una metodología pensada exclusivamente para los niños con dificultades del aprendizaje, pero sí es cierto que puede serles de gran ayuda, incluidos aquellos casos que no están todavía diagnosticados. No podemos olvidar que el concepto de atención a la diversidad abarca a todo el alumnado, aquellos que tienen necesidades permanentes y aquellos que tienen necesidades puntuales. En definitiva, debemos considerar a todo el grupo-clase como alumnos de diversidad.

El DUA cumple con dos aportaciones fundamentales para favorecer el aprendizaje y la inclusión:

- Se rompe la dicotomía entre el alumnado con discapacidad y sin discapacidad. Se ofrecen diferentes formas de acceso a la información independientemente de la discapacidad, por ejemplo, con diferentes gráficos, con las formas de interacción con el gráfico, diversas formas de explicación, la manipulación de los materiales, etc.
- La discapacidad no está en el alumnado, sino en la rigidez de los materiales y los medios. Por ejemplo, si incorporamos al grupo un alumno inmigrante que no domina el castellano, los materiales son los que se adaptan a él y no al revés.

Sin duda, el DUA en Educación Física significa un verdadero replanteamiento curricular que apuesta por la verdadera accesibilidad de todos aquellos alumnos y alumnas que forman parte de un mismo grupo educativo.

Fundamentación del diseño universal (DUA)

La investigación en la neurociencia ha tenido mucho que sumar al progreso e implantación de los DUA, junto con la investigación educativa y la tecnología, con el fin de romper las barreras del aprendizaje.

De los estudios se concluye que no existen dos cerebros iguales; por tanto, tampoco hay dos alumnos que aprendan de la misma manera.

Además, los estudios evidencian que el cerebro posee una estructura modular, es decir, se compone de diversas regiones o módulos, cada uno de los cuales está especializado en tratar distintos aspectos de la realidad. Por ejemplo, el color de un objeto se procesa en un módulo, mientras que la forma de este se procesa en otra región diferente. De la misma manera, en función de la tarea que se pretenda realizar, se activarán unos u otros módulos, lo que implica que el aprendizaje se distribuye en torno a diferentes regiones. Los módulos, además, trabajan en paralelo, activándose de forma simultánea para tratar todos los elementos de un mismo estímulo.

Gracias a estos estudios también se puede hablar con mayor firmeza de la diversidad neurológica existente entre las personas. Hay diferencias en la cantidad de espacio del cerebro que ocupa cada módulo, según las personas. Asimismo, se encuentran divergencias interpersonales en cuanto a los módulos implicados para la resolución de una misma tarea. Todas estas diferencias suponen una evidencia científica de la diversidad del alumnado en relación con el aprendizaje que por supuesto debe ser atendida.

Los tres principios fundamentales del diseño universal del aprendizaje

El diseño universal para el aprendizaje se desarrolla en base a 3 principios o pautas fundamentales:

1. Ofrecer múltiples formas de implicación: se trata de buscar las distintas maneras de motivar a tus alumnos de Educación Física y mantener su interés en cada una de las sesiones. ¿Cómo? Aquí van algunos ejemplos:
 - a) Permitir que sean ellos quienes tomen determinadas decisiones en cada sesión.
 - b) Asignar tareas o responsabilidades relevantes para ellos. Trabajar por roles y distribuir responsabilidades.
 - c) Hacer que el desarrollo de habilidades de E.F parezca un juego donde tengan que llevar a cabo acciones cooperando.
 - d) Crear oportunidades para que los alumnos y alumnas se activen y muevan.
 - e) Dar oportunidades de que participen en la evaluación de los compañeros y de ellos mismos.

2. Ofrecer múltiples maneras de representación

Ofrecer a los alumnos y alumnas la información en más de un formato y de más de una manera. Por ejemplo, proporcionarles un guion en papel, carteles en el pabellón, programa de actividades o juegos, un vídeo explicativo o un audio:

- El formato en audio podría ser tan simple como leer las instrucciones de las actividades en voz alta o incluso un podcast en Moodle.
- El vídeo podría ser un buen aliado. Se puede utilizar Edpuzzle para incrustar cuestionario en vídeos y así facilitar el aprendizaje desde casa mediante FlipClass.
- Y el aprendizaje práctico mediante el cuaderno del alumno o cuaderno de aprendizaje donde puedan intercambiar información para una investigación, por ejemplo, sobre juegos populares.

3. Proporcionar distintas formas de acción y expresión

Ofrecer más de una manera de interactuar con el material de clase o necesario para realizar la actividad en cuestión, y dejarles mostrar lo que saben otorgándoles todo el protagonismo mediante el uso de metodologías activas. Se trata de no obligar a que la tarea final de la unidad sea única para todos. Por ejemplo, podrían realizar un montaje de expresión eligiendo entre distintas formas de resolución:

- Videotutorial de habilidades gimnásticas
- Montaje con habilidades elegidas por los alumnos.
- Montaje con habilidades básicas y algunas nuevas creadas por ellos.
- Montaje único para toda la clase según el estilo actitudinal diseño universal para el aprendizaje

Beneficios de utilizar el diseño universal de aprendizaje en Educación Física

El diseño universal para el aprendizaje puede ayudar a todos los alumnos. Estas son algunas de sus principales ventajas de su uso en la Educación Física:

- Hace más accesible el aprendizaje, haciendo que ningún alumno se disperse del grupo por sentir que aprende de forma distinta al grupo.
- Presenta la información de una forma que es esta la que se adapta a cada persona, en vez de pedir al alumno que se adapte al aprendizaje.
- Ofrece a los estudiantes más de una manera de interactuar con el material y el entorno. Por ser mucho más flexible, facilita que se utilicen sus fortalezas para trabajar en sus limitaciones.
- Reduce el estigma en el alumnado. Al proporcionar una variedad de opciones a todos los alumnos, el diseño universal para el aprendizaje no particulariza a los pocos que reciben adaptaciones formales por, por ejemplo, tener algún tipo de discapacidad.

Utilizar y promover el DUA es una manera de demostrar una visión grupal del grupo, dando respuesta a todas las posibles necesidades.

9. Descriptores operativos:

Competencia clave: Competencia ciudadana.
Descriptores operativos:
CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.
CC2. Reconoce, analiza y aplica en diversos contextos, de forma crítica y consecuente, los principios, ideales y valores relativos al proceso de integración europea, la Constitución Española, los derechos humanos, y la historia y el patrimonio cultural propios, a la vez que participa en todo tipo de actividades grupales con una actitud fundamentada en los principios y procedimientos democráticos, el compromiso ético con la igualdad, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad y corresponsabilidad efectiva entre mujeres y hombres.

CC4. Analiza las relaciones de interdependencia y ecoddependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.

Competencia clave: Competencia en conciencia y expresión culturales.

Descriptores operativos:

CCEC1. Reflexiona, promueve y valora críticamente el patrimonio cultural y artístico de cualquier época, contrastando sus singularidades y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.

CCEC2. Investiga las especificidades e intencionalidades de diversas manifestaciones artísticas y culturales del patrimonio, mediante una postura de recepción activa y deleite, diferenciando y analizando los distintos contextos, medios y soportes en que se materializan, así como los lenguajes y elementos técnicos y estéticos que las caracterizan.

CCEC3.1. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones con creatividad y espíritu crítico, realizando con rigor sus propias producciones culturales y artísticas, para participar de forma activa en la promoción de los derechos humanos y los procesos de socialización y de construcción de la identidad personal que se derivan de la práctica artística.

CCEC3.2. Descubre la autoexpresión, a través de la interacción corporal y la experimentación con diferentes herramientas y lenguajes artísticos, enfrentándose a situaciones creativas con una actitud empática y colaborativa, y con autoestima, iniciativa e imaginación.

CCEC4.1. Selecciona e integra con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para diseñar y producir proyectos artísticos y culturales sostenibles, analizando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral que ofrecen sirviéndose de la interpretación, la ejecución, la improvisación o la composición.

CCEC4.2. Planifica, adapta y organiza sus conocimientos, destrezas y actitudes para responder con creatividad y eficacia a los desempeños derivados de una producción cultural o artística, individual o colectiva, utilizando diversos lenguajes, códigos, técnicas, herramientas y recursos plásticos, visuales, audiovisuales, musicales, corporales o escénicos, valorando tanto el proceso como el producto final y comprendiendo las oportunidades personales, sociales, inclusivas y económicas que ofrecen.

Competencia clave: Competencia plurilingüe.

Descriptores operativos:

CP1. Utiliza con fluidez, adecuación y aceptable corrección una o más lenguas, además de la lengua familiar o de las lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas con espontaneidad y autonomía en diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, desarrolla estrategias que le permitan ampliar y enriquecer de forma sistemática su repertorio lingüístico individual con el fin de comunicarse de manera eficaz.

CP3. Conoce y valora críticamente la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal y anteponiendo la comprensión mutua como característica central de la comunicación, para fomentar la cohesión social.

Competencia clave: Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

Descriptores operativos:

STEM1. Selecciona y utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones propias de la modalidad elegida y emplea estrategias variadas para la resolución de problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando y creando prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma colaborativa, procurando la participación de

todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y evaluando el producto obtenido de acuerdo a los objetivos propuestos, la sostenibilidad y el impacto transformador en la sociedad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de investigaciones de forma clara y precisa, en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos.) y aprovechando la cultura digital con ética y responsabilidad y valorando de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.

Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.

Descriptores operativos:

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con fluidez, coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales y académicos, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y argumentar sus opiniones como para establecer y cuidar sus relaciones interpersonales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los distintos ámbitos, con especial énfasis en los textos académicos y de los medios de comunicación, para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera clara y rigurosa adoptando un punto de vista creativo y crítico a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee con autonomía obras relevantes de la literatura poniéndolas en relación con su contexto sociohistórico de producción, con la tradición literaria anterior y posterior y examinando la huella de su legado en la actualidad, para construir y compartir su propia interpretación argumentada de las obras, crear y recrear obras de intención literaria y conformar progresivamente un mapa cultural.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando y rechazando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.

Descriptores operativos:

CPSAA1.1. Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.

CPSAA1.2. Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida.

CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.

CPSAA3.1. Muestra sensibilidad hacia las emociones y experiencias de los demás, siendo consciente de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia.

CPSAA3.2. Distribuye en un grupo las tareas, recursos y responsabilidades de manera ecuánime, según sus objetivos, favoreciendo un enfoque sistémico para contribuir a la consecución de objetivos compartidos.

CPSAA4. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.

CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.

Competencia clave: Competencia digital.

Descriptores operativos:

CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla

posteriormente.
CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales de forma individual o colectiva, aplicando medidas de seguridad y respetando, en todo momento, los derechos de autoría digital para ampliar sus recursos y generar nuevo conocimiento.
CD3. Selecciona, configura y utiliza dispositivos digitales, herramientas, aplicaciones y servicios en línea y los incorpora en su entorno personal de aprendizaje digital para comunicarse, trabajar colaborativamente y compartir información, gestionando de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red y ejerciendo una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.
CD5. Desarrolla soluciones tecnológicas innovadoras y sostenibles para dar respuesta a necesidades concretas, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

Competencia clave: Competencia emprendedora.

Descriptorios operativos:

CE1. Evalúa necesidades y oportunidades y afronta retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico con proyección profesional emprendedora.
CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.
CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.

10. Competencias específicas:

Denominación

EDFI.1.1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.
EDFI.1.2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.
EDFI.1.3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.
EDFI.1.4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.
EDFI.1.5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

11. Criterios de evaluación:

Competencia específica: EDFI.1.1.Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.1.1.Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física, partiendo de la evaluación del estado inicial, dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud y la calidad de vida, aplicando los diferentes sistemas y métodos de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.1.2.Incorporar de forma autónoma y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices y el descanso adecuado, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales relacionados con los distintos campos de la actividad física, deporte y recreación. Todo ello, teniendo en cuenta la seguridad física y afectiva como aspecto importante.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.1.3.Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.1.4.Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud. Todo ello, aplicando con autonomía e independencia criterios de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.1.5.Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EDFI.1.2.Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, previo análisis de lo que le ofrecen tanto su centro escolar como las instituciones o entorno que les rodea, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.2.2.Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión, control y éxito, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.2.3.Identificar, analizar de manera crítica y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EDFI.1.3.Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo, empatía y asertividad al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.3.2.Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y representaciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.3.3.Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes, teniendo en cuenta las aficiones, posibilidades y limitaciones, hábitos e intereses de sus compañeros y compañeras durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EDFI.1.4.Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.4.1.Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su análisis crítico y comparativo entre su evolución actual y la expresada en las diversas culturas a lo largo de los tiempos y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.4.2.Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, utilizando la música como recurso pedagógico, didáctico y transmisor sociocultural, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EDFI.1.5.Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.5.1.Promover, organizar y participar en actividades físico-deportivas en entornos urbanos, naturales terrestres o acuáticos, interactuando en el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. Todo ello, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en las que se desarrollen, demostrando una actitud activa en la conservación y mejora del medio natural y urbano.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.5.2.Practicar, participar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

Método de calificación: Media aritmética.

12. Sáberes básicos:

A. Vida activa y saludable.

1. Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Generar experiencias positivas de la práctica de la actividad física que logren consolidar un estilo de vida saludable. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos en función del tipo y las características de la actividad física. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física y la gestión de la actividad física. Métodos y medidas para la corrección, fortalecimiento y estiramientos de dolores musculares. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).
2. Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Análisis de los hábitos sociales positivos para la salud tales como la alimentación adecuada, descanso, estilo de vida activo, y reflexión crítica sobre los hábitos sociales negativos para la salud, como sedentarismo, drogadicción, tabaquismo o alcoholismo, entre otros. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales de ambos géneros.
3. Salud mental: técnicas de respiración, reajuste postural, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación. Trabajo de la autoestima y el autoconcepto, favoreciendo la autosuperación y potenciando al máximo sus posibilidades motrices, con relación al carácter propedéutico del curso. Estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.

B. Organización y gestión de la actividad física.

1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte o disciplina, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares.
2. Concreción de medidas y pautas de higiene en función de los contextos de práctica de actividad física y deportiva. Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.
3. Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar. Participación en actividades deportivas de voluntariado.
4. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios preparatorios, preventivos y compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.
5. Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares: maniobra de Heimlich, señales de ictus, limpiar una herida, detener una hemorragia, aplicar frío o calor, y aplicar técnicas básicas de vendaje y masaje. Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).
6. Protocolos ante alertas escolares.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

1. Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas, ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.
3. Planificación, control y evaluación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.

4. Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses. Organización, desarrollo y participación en eventos físico-deportivos relacionados con dichas actividades. Deportes y actividades individuales (a seleccionar entre atletismo, ciclismo urbano, gimnasia, malabares, monopatines, patinaje u otros). Deportes de bate y campo (a seleccionar entre béisbol, Kickball, rounders, softball u otros). Deportes y actividades de blanco y diana (a seleccionar entre boccia, bolos, chito, golf, minigolf, petanca, u otros). Deportes y actividades de combate (a seleccionar entre lucha, judo, karate, kickboxing, artes marciales mixtas, taekwondo, u otros). Deportes de invasión (a seleccionar entre baloncesto, balonkorf, balonmano, colpbol, fútbol, fútbol gaélico, hockey, netball, rugby, rugby tag, touch rugby, ultimate, unihockey, vórtbal, u otros). Deportes de red y muro (a seleccionar entre bádminton, bossaball, faustball, frontenis, futvoley, mini tenis, pádel, palas, paladós, pickleball, voleibol, u otros).

5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

1. Gestión del éxito, análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.
2. Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
3. Análisis crítico del deporte como fenómeno social y cultural y de su repercusión en los medios de comunicación. Deportes adaptados.
4. Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.
5. Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
6. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas y LGTBIfóbicas).

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

1. Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
2. Técnicas específicas de expresión corporal, tanto individuales como colectivas: danzas y bailes tradicionales y urbanos, bailes de salón, técnicas de dramatización, etc.
3. Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.
4. Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito artístico-expresivo: a nivel mundial, nacional y andaluz. Influencia de las redes sociales.
5. Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.
6. Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte en los diferentes ámbitos: docencia, gestión, rendimiento y recreación.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

1. Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.
2. Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, espacios, usos y necesidades. Aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad relacionados con el entorno, los materiales, las condiciones atmosféricas, etc.
3. Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad: uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad, conservación y mantenimiento o similares.
4. Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.
5. Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física: acampada, ciclismo urbano, escalada, orientación, parkour, rápel, senderismo, etc. Diseño, organización y desarrollo de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios.
6. Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

13. Vinculación de las competencias específicas con las competencias clave:

	CC1	CC2	CC3	CC4	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CE1	CE2	CE3	CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CCEC1	CCEC2	CCEC3.1	CCEC3.2	CCEC4.1	CCEC4.2	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CPSAA1.1	CPSAA1.2	CPSAA2	CPSAA3.1	CPSAA3.2	CPSAA4	CPSAA5	CP1	CP2	CP3		
EDFI.1.1					X			X				X													X				X	X	X									
EDFI.1.2											X	X																						X						
EDFI.1.3			X														X													X	X	X								
EDFI.1.4	X																	X										X	X	X						X				
EDFI.1.5				X						X																		X	X	X	X	X								

Leyenda competencias clave	
Código	Descripción
CC	Competencia ciudadana.
CD	Competencia digital.
CE	Competencia emprendedora.
CCL	Competencia en comunicación lingüística.
CCEC	Competencia en conciencia y expresión culturales.
STEM	Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
CPSAA	Competencia personal, social y de aprender a aprender.
CP	Competencia plurilingüe.

CONCRECIÓN ANUAL

1º de Bachillerato (Humanidades y Ciencias Sociales) Educación Física

1. Evaluación inicial:

Se recabarán datos médicos de interés para la práctica de las actividades físicas, se realizarán medidas antropométricas y fisiológicas para conocer el estado de salud y físico de los alumnos a comienzo de curso. La realización de juegos y circuitos nos dará una primera apreciación de su motricidad, así como de aspectos sociales y actitudinales.

Se realizan test del proceso y tiene como finalidad conocer el punto de partida de los alumnos y alumnas. Por medio de la evaluación Inicial, podemos:

- Emitir un diagnóstico de los alumnos/as.
- Emitir un pronóstico de las alumnas/os y aventurar hipótesis de trabajo.
- Establecer requisitos previos para nuevos aprendizajes.

Los instrumentos útiles para esta evaluación serían:

- Pruebas Funcionales.
- Valoración de la Condición Física.
- Tests motores y conceptuales.

Los datos que ofrezca la evaluación inicial deben ser el referente individual de cada alumno/a por parte del profesor/a.

Debido a tener sólo dos clases a la semana, optamos por pruebas de valoración sencillas y breves, que pudieran abarcar parámetros fundamentales de información sobre el alumnado.

- Optamos por una prueba antropométrica (peso y talla) con la cual determinar el IMC (índice de Masa Corporal) que nos da información sobre el grado de sobrepeso y obesidad de la población (fundamental a la hora de la práctica de actividad física).
- Por una prueba de adaptación cardiovascular, el Índice de Ruffier-Dickson, que nos informa de la respuesta de adaptación ante el esfuerzo.
- Un circuito combinado de agilidad y coordinación que nos dé una idea del grado de desarrollo de destrezas básicas. Después de revisar diversos circuitos de destrezas, decidimos la elaboración de uno propio con las siguientes características: fácil y breve en su ejecución, adaptado a nuestro entorno y global en cuanto a las destrezas a medir.
- Un breve cuestionario, tipo test, de conocimientos generales

2. Principios Pedagógicos:

Para lograr una educación integral que promueva la formación, madurez intelectual y humana, conocimientos, destrezas y competencias necesarias para el desarrollo personal, social, formativo y laboral del alumnado, es fundamental que los principios pedagógicos que rijan esta materia estén cuidadosamente diseñados y aplicados. A continuación, se detallan los principios pedagógicos que deben guiar la asignatura de Educación Física en el bachillerato:

- Interdisciplinariedad: la Educación Física debe estar integrada con otras disciplinas académicas para fomentar una comprensión holística del desarrollo personal. Los conceptos de biología, psicología y sociología, entre otros, pueden aplicarse para comprender mejor la importancia del ejercicio y la actividad física en la salud y el bienestar.
- Promoción de la actividad física: la asignatura debe fomentar la participación activa en actividades físicas y deportivas. Los estudiantes deben tener la oportunidad de explorar una variedad de deportes y actividades, desde deportes tradicionales hasta actividades al aire libre, para que puedan descubrir sus preferencias y desarrollar habilidades físicas.
- Enfoque en la salud y el bienestar: la Educación Física en el bachillerato debe poner un énfasis significativo en la promoción de la salud y el bienestar. Los estudiantes deben comprender los beneficios a largo plazo de mantener un estilo de vida activo y saludable, y cómo esto se relaciona con su desarrollo personal y social.
- Desarrollo de habilidades motoras: la asignatura debe centrarse en el desarrollo de habilidades motoras esenciales, como la coordinación, la resistencia, la fuerza y la flexibilidad. Estas habilidades no solo son importantes para el rendimiento deportivo, sino también para la vida cotidiana.

- Inclusividad y diversidad: debe promoverse la inclusión de todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades físicas o discapacidades. Se deben adaptar las actividades para garantizar que todos los estudiantes tengan la oportunidad de participar y mejorar sus habilidades físicas.
- Evaluación formativa y sumativa: la evaluación en la asignatura debe ser tanto formativa como sumativa. La evaluación formativa permite a los estudiantes recibir retroalimentación continua para mejorar sus habilidades y comprensión. La evaluación sumativa evalúa el nivel de logro de objetivos y competencias.
- Desarrollo de competencias transversales: la Educación Física debe contribuir al desarrollo de competencias transversales, como el trabajo en equipo, la toma de decisiones, la comunicación efectiva y la resolución de problemas. Estas competencias son esenciales para el éxito educativo y laboral a lo largo de la vida.
- Promoción de valores: los valores como el respeto, la ética deportiva, la cooperación y la igualdad deben ser promovidos a lo largo de la asignatura. Estos valores son fundamentales para el desarrollo personal y social de los estudiantes.
- Adaptación al contexto y a las necesidades individuales: los programas de Educación Física deben adaptarse al contexto específico de la institución educativa y a las necesidades individuales de los estudiantes. Esto implica considerar factores como los recursos disponibles, las instalaciones y las preferencias de los estudiantes.

En resumen, la asignatura de Educación Física en el bachillerato debe ser una parte integral de la formación educativa que promueva el desarrollo personal y social, la adquisición de competencias esenciales y el fomento de un estilo de vida saludable. La aplicación de estos principios pedagógicos contribuirá al éxito educativo y a la búsqueda de la excelencia, capacitando a los estudiantes para desarrollar todo su potencial.

Estos principios permiten la **CONTRIBUCIÓN A LAS COMPETENCIAS CLAVE**.

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible. La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos. La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social. La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.

Competencia personal, social y de aprender a aprender.

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo.

Competencia en comunicación lingüística.

La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa. La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado

a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la escritura o la signación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.

Competencia plurilingüística.

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

Competencia digital.

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas. Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

Competencia ciudadana.

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

Competencia emprendedora.

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

Competencias en conciencia y expresiones culturales.

La competencia en conciencia y expresiones culturales supone comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.

Por todo ello, las competencias conforman el elemento esencial en el proceso de enseñanza y aprendizaje al ser entendidas como aquellas destrezas que debe haber desarrollado un alumno/a al finalizar la enseñanza obligatoria para poder lograr su realización personal, ejercer la ciudadanía activa, incorporarse a la vida adulta de manera satisfactoria y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

Las competencias, por tanto, deben ser abordadas desde un punto de vista integrador del currículo escolar evitando la descontextualización. De ellas podemos sintetizar las siguientes características:

- Cada área o materia contribuye al desarrollo de diversas competencias.
- Cada una de las Competencias Claves se alcanzará como consecuencia del trabajo en varias áreas o materias, hecho que favorece la interdisciplinariedad.

- La adquisición de las mismas trasciende el ámbito curricular para incluir todas aquellas acciones educativas que desarrolla el centro, entre otras, las actividades complementarias y extraescolares.
- Las distintas competencias clave están interrelacionadas.
- Constituyen un referente que ha de ser contemplado en los criterios de evaluación.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA MATERIA

Desde la materia de Educación Física se contribuye al logro de las mencionadas competencias clave y a su vez, a las competencias específicas propios de la materia. Las competencias específicas son definidas como desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia o ámbito.

En la materia de Educación Física incidiremos en el desarrollo de la competencia motriz en situaciones de aprendizaje que se realice en un contexto determinado, por la presencia o no de otras personas y la incertidumbre o certidumbre que genera el medio. Con finalidades y objetivos variados: lúdicos, recreativos, agonísticos, higiénicos, funcionales, sociales, expresivos, catárticos, de interacción con el medio natural, y bajo unas reglas, implicando la movilización de manera integral y global de lo cognitivo, lo motor y lo afectivo-emocional, así como las relaciones interpersonales e intrapersonales.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS EN MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.
2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.
3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.
4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.
5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

El logro de estas competencias específicas permite desde la materia de Educación Física 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/as con confianza en sí mismas y socialmente responsables, promoviendo una vida activa a lo largo de los años y una mejor calidad de vida en todos los aspectos.

CONTENIDOS DE CARÁCTER TRANSVERSAL

Todas las materias deben de trabajar los siguientes elementos:

- Comprensión lectora, la expresión oral y escrita.
- Comunicación audiovisual, la comprensión digital.
- El emprendimientos social y empresarial.
- Fomento del espíritu crítico y científico.

- La educación emocional y sus valores.
- Igualdad de género.
- Creatividad.
- Educación para la salud (incluida la afectiva y social).
- Respeto mutuo y la cooperación entre iguales.

Desde la Educación Física se trabajan los distintos elementos transversales del currículo, especialmente aquellos relacionados con las habilidades sociales, la convivencia, la tolerancia y la igualdad.

La educación para la convivencia y el respeto se desarrolla especialmente esta materia, pues se interacciona constantemente y se fomentan habilidades básicas de comunicación interpersonal, escucha, respeto, resolución pacífica de conflictos, el establecimiento y respeto de normas, etc.

La igualdad real y efectiva se fomentará a través del análisis crítico y superación de estereotipos socio-culturales implantados en nuestra sociedad y más en concreto en el ámbito de la actividad física-deportiva.

El carácter integrador del currículo requiere una cooperación efectiva de la Educación Física con otras materias, destacando por ejemplo su relación con la Biología y Geología, Lengua Castellana y Literatura, Geografía e Historia, Música, Tecnología, etc. Esta cooperación se puede realizar potenciando los aprendizajes basados en proyectos donde, desde diferentes materias de forma interdisciplinar, se trabajen núcleos temáticos de interés para el alumnado permitiendo un aprendizaje integral.

En este sentido las actividades complementarias y extraescolares tienen un protagonismo especial. La riqueza y diversidad del entorno natural de Andalucía, sierras, montañas, ríos, entornos costeros, parques, etc. ofrecen el escenario ideal para su desarrollo de esta materia. Además, es esencial que el alumnado pueda conocer, disfrutar y aprender a conservar nuestros entornos, tanto urbanos como naturales. La Educación Física debe valorar y aprovechar, a su vez, la riqueza cultural de Andalucía, como las tradiciones andaluzas, los juegos populares y los bailes propios de Andalucía, así como reconocer las grandes figuras andaluzas a nivel deportivo y artístico-expresivo.

3. Aspectos metodológicos para la construcción de situaciones de aprendizaje:

La construcción de situaciones de aprendizaje efectivas en la asignatura de Educación Física en Bachillerato debe estar en línea con los principios pedagógicos mencionados anteriormente. Estos aspectos a considerar son:

Contextualización: relaciona las actividades con situaciones y problemas del mundo real que sean relevantes para los estudiantes. Por ejemplo, puedes abordar temas de salud física, deportes o actividades recreativas que tengan relevancia en su vida cotidiana.

Diversidad de actividades: varía las actividades para atender a la diversidad de intereses y habilidades de los estudiantes. Incluye deportes, juegos, actividades al aire libre, danzas, yoga, entre otros, para que los estudiantes puedan explorar diferentes aspectos de la actividad física.

Trabajo colaborativo: fomenta la colaboración y el trabajo en equipo a través de actividades grupales. Esto ayudará a promover la convivencia y el respeto mutuo, al tiempo que mejora las habilidades de comunicación y cooperación de los estudiantes.

Adaptación a la diversidad: ajusta las actividades para satisfacer las necesidades de todos los estudiantes, incluyendo aquellos con discapacidades o habilidades diferentes. Puedes ofrecer modificaciones o alternativas para que todos los estudiantes puedan participar activamente.

Aprendizaje basado en proyectos: diseña proyectos que permitan a los estudiantes investigar y abordar problemas relacionados con la actividad física y la salud. Esto fomenta la autonomía, la investigación y la resolución de problemas.

Uso de la tecnología: integra la tecnología de manera apropiada, utilizando aplicaciones, dispositivos y recursos en línea para mejorar la enseñanza y el aprendizaje. Esto puede incluir el uso de aplicaciones de seguimiento de actividad física, videos educativos y recursos interactivos.

Evaluación formativa: proporciona retroalimentación constante a los estudiantes durante las actividades. La

evaluación debe centrarse en la mejora continua, destacando el progreso y los aspectos que necesitan desarrollo. Reflexión y metacognición: Anima a los estudiantes a reflexionar sobre sus propios procesos de aprendizaje y a establecer metas personales. Esto les ayuda a desarrollar habilidades metacognitivas y a ser más conscientes de su desarrollo físico y emocional.

Interdisciplinariedad: busca oportunidades para relacionar la Educación Física con otras materias, como biología, matemáticas, historia o ética, para mostrar la interconexión de diferentes aspectos de la educación.

Fomento de la autonomía: promueve la toma de decisiones y la responsabilidad de los estudiantes en la elección de actividades y la planificación de su propio desarrollo físico.

Inclusión de la cultura y el entorno local: integra elementos culturales y deportes locales en las actividades para que los estudiantes valoren y comprendan su contexto cultural y deportivo.

En esta programación se plantea otros aspectos metodológicos que contribuyen a la realización de situaciones de aprendizaje que son más destacados y relacionados con la materia de Educación Física como:

Estilos de enseñanza-aprendizaje y estrategias metodológicas generadoras de climas de aprendizaje, ya mencionado anteriormente, que contribuyan óptimamente al desarrollo integral y competencial del alumnado y a la mejora de su calidad de vida. Es esencial que el profesorado de Educación Física desarrolle y aplique una gama suficiente de estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje, que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave adaptándose al grupo, a cada alumno y alumna y a los contenidos a trabajar.

Se utilizarán tanto técnicas de reproducción de modelos como de indagación, siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, autonomía, confianza, creatividad y participación del alumnado.

Se buscará desarrollar distintas habilidades y estilos cognitivos. Educación Física 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.

Educación Física 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.

En relación a la realización de las tareas se buscará implicar responsablemente al alumnado en su proceso de aprendizaje, promoviendo el establecimiento de sus propias metas y orientándolo hacia la autonomía en la organización y realización del trabajo.

Se diseñarán actividades variadas, de interés para el alumnado y que requieran de su implicación, ofreciéndole posibilidades de elección desarrollando así, en mayor grado, la capacidad de responsabilidad y de elección. El alumnado podrá participar en la toma de decisiones sobre las normas de clase, la elección de actividades y la evaluación, entre otros aspectos, además de asumir diferentes roles en la realización de las tareas. En relación a la evaluación, se fomentará la evaluación compartida, promoviendo también la autoevaluación del alumnado.

La materia de Educación Física proporcionará al alumnado técnicas de concentración, relajación, toma de conciencia, gestión y autorregulación emocional, aplicables a la vida cotidiana. Se reconocerá y apoyará el progreso del alumnado, partiendo y respetando sus características individuales. Se debe tener en cuenta la importancia del conocimiento de resultados para la motivación del alumnado en su progreso y evolución, por lo que se utilizarán diferentes tipos de feedback adaptados a cada persona y a cada situación. La equidad del profesorado va a favorecer una visión positiva del alumnado hacia la práctica física y su aprendizaje, eliminando estereotipos sobre la misma.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se deben

minimizar los posibles riesgos y se deberán implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad deberán tenerse en cuenta los riesgos asociados al uso de las tecnologías de la información y la salvaguarda de la privacidad del alumnado. Para ello se fomentará un uso adecuado de internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo de esta etapa.

Como ya se ha expresado, para el desarrollo de los contenidos de esta materia cobra especial importancia la realización de actividades complementarias 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 espacios naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia en cuanto a la adquisición de hábitos de vida saludable y mejora de la 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 y aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

A todo lo mencionado, desde la programación se añaden las metodologías activas y participativas:

- Actividades que estimulen la motivación e integración de tecnologías de la información y la comunicación, el uso de las matemáticas, las ciencias y la tecnología, la robótica y el pensamiento computacional, hábitos deportivos y de vida saludable, el interés y el hábito de la lectura, la práctica de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público y debatir tanto en lengua castellana como en lenguas extranjeras.
- Trabajo en equipo con un enfoque multidisciplinar.
- Lectura, en todas las materias para la competencia en comunicación lingüística.
- Estrategias de metodología didáctica como el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA).
- Herramientas de inteligencia emocional.

USO DEL DISPOSITIVO MÓVIL EN EL AULA

Hoy en día, el uso de las nuevas tecnologías está en pleno auge en nuestra sociedad. El desarrollo tanto de internet como de los teléfonos móviles nos han facilitado muchos beneficios en nuestra vida diaria. Sin embargo, el problema surge cuando el uso se convierte en un abuso, donde el consumo excesivo puede acarrear problemas para nuestra salud, tanto física y mental, como social y personal. Todo esto lo podemos ver en nuestro día a día, sobre todo en nuestro alumnado, donde el uso del teléfono móvil ya no es algo puntual, sino necesario para la gran mayoría. Todo ello puede generar consumismo, supone falta de disciplina en clase, provoca una falta de concentración en el aula, se convierte en un símbolo de estatus, induce al sedentarismo y a otros problemas de salud, incita al ciberbullying,...

Por todo ello, en la materia de Educación física, no utilizaremos el móvil en clase de forma obligatoria en ninguna situación de aprendizaje propuesta, en algunos momentos puntuales se podrá utilizar para poner música o usar cronómetro por ejemplo, siempre que el profesor/a autorice previamente su uso.

4. Materiales y recursos:

ESPACIOS E INSTALACIONES.

- Pista polideportiva para la práctica del fútbol-sala, balonmano, voleibol, etc.
- Pista de albero de fútbol-sala.
- Cancha de baloncesto con dos canastas.
- Gimnasio o pabellón con vestuarios y almacenes.

MATERIALES

A) CONVENCIONALES: libros de EF, artículos relacionados con la salud y actividad física y deportiva, plataforma del instituto para colgar apuntes y temas de interés.

B) DEPORTIVOS:

- Instalado: dos porterías fijas, espalderas y dos canastas de baloncesto.
- Material móvil poco manejable: soportes multiusos para voleibol y bádminton, colchonetas de diferentes tamaños, bancos suecos, vallas.
- Pequeño material de uso: cuerdas, picas, setas, conos, discos voladores, aros, pelotas, balones de balonmano, fútbol-sala, baloncesto, voleibol, raquetas de bádminton, palas, balones de espuma y medicinales.
- Alternativo: podemos dividir entre materiales de desecho (periódicos, bolsas de basura, globos, chapas, etc.). Materiales alternativos propios de Educación Física (stick de Hockey, indiacas, bolos de goma, etc.). Materiales del entorno (árboles, escaleras, postes de iluminación, bancos fijos, etc.).

5. Evaluación: criterios de calificación y herramientas:

Podemos entender la evaluación como: un proceso continuo, sistemático y flexible que se orienta a seguir la evolución de los procesos de desarrollo de los alumnos y a la toma de decisiones necesarias para adecuar el diseño y desarrollo de la acción educadora a las necesidades y logros destacados en los alumnos en sus procesos de aprendizajes. La evaluación es un proceso que nos permite conocer, cambiar y mejorar la enseñanza aprendizaje de nuestro alumnado.

CARACTERÍSTICAS DE LA EVALUACIÓN.

1. Por Orden de la Consejería competente en materia de educación se establecerá la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado, que será continua, formativa, integradora y diferenciada según las distintas materias. Asimismo, se establecerán los oportunos procedimientos para garantizar el derecho de los alumnos y alumnas a una evaluación objetiva y a que su dedicación, esfuerzo y rendimiento sean valorados y reconocidos con objetividad.
2. 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 serán los criterios de evaluación.
3. En aplicación del carácter formativo de la evaluación y desde su consideración como instrumento para la mejora, el profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente.
4. La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado deberá ser integradora, debiendo tenerse en cuenta desde todas y cada una de las asignaturas la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y el desarrollo de las competencias correspondientes. El carácter integrador de la evaluación no impedirá que el profesorado realice de manera diferenciada la evaluación de cada asignatura teniendo en cuenta los criterios de evaluación.
5. El equipo docente, constituido en cada caso por los profesores y profesoras del estudiante, coordinado por el tutor o tutora, actuará de manera colegiada a lo largo del proceso de evaluación y en la adopción de las decisiones resultantes del mismo.
6. En el proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo.
7. Se establecerán las medidas más adecuadas para que las condiciones de realización de las evaluaciones, incluida la evaluación final de la etapa, se adapten a las necesidades específicas de apoyo educativo del alumnado. Estas adaptaciones en ningún caso se tendrán en cuenta para minorar las calificaciones obtenidas.

La evaluación se concretará de la siguiente manera:

- Evaluación inicial, para descubrir las necesidades de cada alumno/a y adaptar en la medida de lo posible las actividades que se llevarán a la práctica. Se realizará entre la primera y segunda semana de Curso para establecer el punto de partida. No obstante, durante las primeras sesiones de cada unidad didáctica se llevarán a cabo observaciones iniciales sobre los alumnos/as.
- Evaluación formativa durante el proceso, para adaptar y readaptar el programa a los avances del grupo. Se trata de una evaluación continua basada en la observación sistemática del alumno de manera individual y colectiva, mediante la resolución de las situaciones propuestas.
- Evaluación sumativa al final, para comprobar el desarrollo de las capacidades desde el punto de vista inicial de cada alumno.

Las técnicas de evaluación que podemos usar serán de observación, tanto directa (registro anecdótico) como indirecta (listas de control, escalas de clasificación, rúbricas,...) y de experimentación (pruebas objetivas, examen escrito, test, pruebas de ejecución,...).

Los instrumentos de evaluación serán: para calificar a los alumnos/as, se tendrán en cuenta los aprendizajes que éstos hayan realizado y que se hayan desarrollado a lo largo del curso.

Pasamos a describir los procedimientos más representativos:

En relación con los procedimientos de observación se utilizarán los siguientes instrumentos:

- Registro anecdótico.
- Listas de control.
- Escalas de clasificación.
- Rúbricas.

En relación con los procedimientos de experimentación se utilizarán los siguientes instrumentos:

- Examen escrito.
- Pruebas de ejecución.
- Test de condición física.

Se valorarán los conocimientos teóricos referentes a la parte práctica que se está desarrollando y otros temas relacionados con la materia. Se harán exámenes de tipo teórico- prácticos, así como se observará las intervenciones del alumnado en las sesiones. Se usará también la plataforma Classroom para facilitar la evaluación.

Se valorará la calidad de los trabajos entregados, el esfuerzo de comprensión del tema, la utilización de un lenguaje propio y la forma de expresión e insistiremos que no es suficiente la simple copia o resumen de textos.

También se valorarán las exposiciones orales de los distintos temas, unidades de los alumnos/as, reflejando los contenidos teóricos y realizaciones prácticas más importantes desarrolladas o no en clase. Asimismo, se valorará la comprensión y adaptación a un lenguaje cercano de los distintos contenidos.

Las pruebas físicas se realizarán para utilizarlas como elemento motivador, nunca asignando notas en función de la media de los resultados de los chicos/as de la misma edad. En general, la mayoría de las pruebas se utilizan para que los alumnos/as conozcan sus propios límites y sus progresos, no para calificarlos. Sólo se tendrá en cuenta la prueba de resistencia aeróbica como mero indicador de la condición física-salud mínima de los alumnos/as:

La valoración del trabajo de los alumnos/as en clase se realizará mediante la progresión personal que se haya producido a lo largo de cada situación de aprendizaje a partir de una evaluación inicial o de los resultados que se obtuvieron en el curso anterior, así como todas las anotaciones que disponga el profesor sobre el nivel de partida de los alumnos/as, con objeto de valorar y calificar dicha progresión individual.

Aparte de la observación sistemática de la tarea realizada por los alumnos/as en las sesiones ordinarias, se podrán proponer ejercicios prácticos a modo de evaluación para calificar la progresión individual de cada alumno/a.

Se valorarán aspectos relacionados con la forma de participar de los alumnos/as en la clase, como los siguientes: Entusiasmo y persistencia del alumno/a para alcanzar un mejor desarrollo físico y de salud, aceptación de responsabilidades, adaptación al grupo y comportamiento personal, cooperación, iniciativa.

Siendo éste un criterio difícil de cuantificar trataremos de llevar un registro sistemático de la conducta, interés, colaboración, de los alumnos/as a lo largo de las sesiones.

Se valorará el trabajo en clase, ejecución práctica, participación, compañerismo, normas de higiene, respeto al material, tolerancia, esfuerzo por superarse,...).

De forma concreta serán:

- Superar las pruebas prácticas.
- Superar las pruebas teóricas.
- Entregar trabajos propuestos por el profesor.
- Se valorará la actitud y comportamiento.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Exámenes o pruebas teóricas.
- Exámenes o pruebas prácticas.
- Trabajos.
- Exposiciones orales.
- Actividades en grupos.
- Hoja de observación, rúbricas, etc.

Se llevará un seguimiento de estos instrumentos en las diferentes evaluaciones. Además, se evaluarán aspectos actitudinales a través de una hoja de observación o cuaderno del profesor.

Estos aspectos a evaluar son:

- Puntualidad.
- Indumentaria.
- Higiene, cambio de camiseta.
- Comportamiento.
- Participación, interés y esfuerzo.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

A la hora de calificar cada trimestre, tenemos que tener en cuenta las diferentes situaciones de aprendizajes

temporalizadas. Estas situaciones de aprendizaje, trabajarán los diferentes saberes básicos de la materia.

Las situaciones de aprendizajes temporalizadas requerirán de una actuación en el aula que serán evaluadas a través de los diferentes instrumentos de evaluación. Dichos instrumentos de evaluación nos darán una serie de notas numéricas del 1 al 10 que están relacionados con los criterios de evaluación. Una nota obtenida de un instrumento de evaluación puede estar vinculada a diferentes criterios.

Para obtener la calificación de cada criterio de evaluación, se realizará la nota media aritmética de cada actuación obtenida a través de los instrumentos de evaluación relacionada con este criterio.

Una vez obtenida la calificación de todos los criterios de evaluación, se calculará la nota de las competencias específicas de la materia. Para ello se hará la media aritmética de los criterios de evaluación asociados a cada competencia específica. De esta manera obtenemos la calificación de cada competencia específica.

Para obtener la calificación de la materia, haremos la media aritmética de todas las competencias específicas evaluadas. Como resultado tendremos la nota de la materia.

Si el alumno/a falta a alguna prueba que sea puntuable, deberá justificar debidamente su no asistencia para poder repetir la prueba.

Se considerará abandono de la materia según establecido en el plan de Centro.

INFORMACIÓN AL ALUMNADO Y A LAS FAMILIAS SOBRE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN UTILIZADOS

Para que el alumnado y la familia sepa en todo momento, cuales son los criterios asociados a los diferentes instrumentos de evaluación, el Departamento colocará en la parte superior de los mismos un esquema con la simbología criterial asociada a la legislación vigente.

- Exámenes o pruebas teóricas: se colocará los criterios que se evaluarán en la parte superior, antes de las preguntas del mismo.
- Exámenes o pruebas prácticas: el alumno/a dispondrá de una plantilla con el ejercicio que debe de hacer y los criterios asociados.
- Trabajos: el alumno/a dispondrá de un esquema con el índice del trabajo solicitado y en la parte superior aparecerá los criterios que se evaluarán
- Exposiciones orales: el alumno/a dispondrá de un guion para la exposición y en la parte superior aparecerá los criterios que se evaluarán.
- Actividades en grupos: el grupo de alumnos/as dispondrá de una plantilla con el ejercicio que debe de hacer y los criterios asociados.
- Hoja de observación y rúbricas: las utilizarán el profesor para la evaluación donde aparecerá los criterios de evaluación. Dichas hojas o rúbricas serán facilitadas el día que se utilicen a los alumnos/as, en ella se reflejan los criterios utilizados.

Toda la información sobre los criterios de evaluación utilizados estará a disposición los días que se hagan las pruebas y se utilicen los instrumentos, además dichas plantillas con la información sobre los criterios de evaluación estarán disponibles en el tablón del Classroom del grupo, por lo que serán visibles tanto por el alumnado como por los tutores legales de los mismos.

MEDIDAS DE RECUPERACIÓN SEPTIEMBRE

Si el alumno/a no consigue alcanzar los objetivos propuestos a lo largo de todo el curso escolar, tendrá que presentarse en septiembre para su recuperación. Para la evaluación, se plantearán exámenes teóricos y/o exámenes prácticos y/o trabajos teóricos-prácticos, relacionados con el trabajo de todas las situaciones de aprendizajes desarrolladas durante el curso escolar.

6. Temporalización:

6.1 Unidades de programación:

Las situaciones de aprendizaje para este nivel son:

- El calentamiento autónomo.
- La condición física saludable: dieta, nutrición y gasto calórico.
- La condición física saludable: el doping, el alcohol, el tabaco, etc.
- La condición física saludable: programa de mejora personal.

- Test, circuitos y pruebas de condición física.
- Técnicas de relajación y respiración.
- Deporte de raqueta: Bádminton.
- Deportes alternativos I: béisbol y sus variantes, Hockey.
- Deportes alternativos II: datchball, pinfuvote, ultimate, colpbol,...
- Deportes colectivos: voleibol y baloncesto.
- Deportes colectivos: balonmano, fútbol adaptado,...
- Expresión corporal: actividades con soporte musical.
- Actividades en el medio natural: escalada, carrera de orientación.

6.2 Situaciones de aprendizaje:

7. Actividades complementarias y extraescolares:

No hay actividades programadas para este curso.

8. Atención a la diversidad y a las diferencias individuales:

8.1. Medidas generales:

- Agrupamientos flexibles.
- Aprendizaje por proyectos.
- Tutoría entre iguales.

8.2. Medidas específicas:

- Adaptaciones curriculares dirigidas al alumnado con altas capacidades intelectuales.
- Adaptaciones de acceso al currículo para el alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.
- Exención parcial/Total.
- Programas de refuerzo del aprendizaje.

8.3. Observaciones:

La atención a la diversidad como principio, intenta hacer efectivo los principios de calidad y equidad en la educación. La finalidad de la educación consiste en proporcionar una educación para todos, atendiendo a la diversidad de intereses y necesidades de nuestros alumnos, para conseguir el desarrollo integral de los mismos.

Para ello, partimos del reconocimiento de las diferencias individuales que presentan los alumnos en el proceso de aprendizaje, aspecto fundamental para el logro de una escuela integradora e inclusiva. Estas diferencias se pueden deber a:

Factores personales:

- Interés: que evolucionan a medida que los alumnos se desarrollan y avanzan en su proceso de aprendizaje.
- Motivaciones: en relación con valoración social, recompensas externas (premios, oportunidades profesionales, etc.), metas,...
- Capacidades: sensoriales, motrices, cognitivas, comunicativa-lingüística, de equilibrio personal, y de relación.
- Estilos cognitivos: dependencia/independencia, reflexividad/impulsividad, flexibilidad/rigidez.

Factores sociales: no debemos olvidar la incidencia en el aprendizaje de los alumnos de factores de índole ambiental como los recursos socioculturales, materiales y técnicos, contexto familiar, interacción con los adultos, etc. La labor de la educación ha de ser la identificación de los posibles obstáculos que puedan estar interfiriendo en el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado y la eliminación de los mismos.

Emplearemos, por tanto, la evaluación inicial del alumno, la observación sistemática en clase, así como la información obtenida en las distintas sesiones de evaluación.

Valoración inicial de los alumnos/as. Conocer el mayor número de datos de cada alumno/a, académicos, familiares, personales...Para ello, los primeros días del curso, se ha de mantener entrevistas con los alumnos/as y con sus

padres, analizar el expediente escolar y los informes individualizados, recabar información de profesores de estos alumnos/as en años anteriores y del orientador/a del centro.

Identificación de alumnos/as con necesidades ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO. La información recopilada permitirá realizar un análisis global del grupo y particular de cada alumno/a que permitirá abordar la diversidad con mayores garantías de éxito.

La atención a la diversidad, independientemente de las razones que la provoquen, debe atender a dos aspectos fundamentales:

Los requerimientos cuantitativos de una tarea no deben impedir, si se puede introducir alguna modificación, en las reglas, en el material, que algunos alumnos/as queden al margen de los aprendizajes.

La exigencia en los requerimientos cuantitativos no debe suponer el que se cometan errores, por forzar movimientos, que posteriormente serán muy difíciles de corregir.

El profesor deberá ajustar la ayuda pedagógica a las diferentes necesidades del alumno/a y facilitar recursos y estrategias variadas que permitan dar respuestas a las diversas motivaciones, intereses y capacidades que presentan los alumnos/as de estas edades.

Esta atención a las necesidades educativas de todos los alumnos/as es posible abordarla a través de diferentes elementos del currículo: adaptación de los objetivos, priorización de contenidos, metodología apropiada y una gradación de los criterios de evaluación.

La forma de enseñar, de organizar y adaptar el espacio y los recursos didácticos, la agrupación de los alumnos/as, la elección del nivel de ayuda necesario para cada alumno/a en su proceso de construcción del aprendizaje,.. son elementos de la acción docente que deben ser orientados a situar los nuevos aprendizajes al alcance de cada alumno/a.

Medidas generales de atención a la diversidad:

- Se propondrán actividades con diferentes niveles de solución y posibilidad de adaptación, que permitan desarrollar sus capacidades.
- Se diversificará aquellas actividades que presenten dificultades al alumnado según sus capacidades y limitaciones.
- Potenciar grupos de enseñanza, mediante la creación de equipos formados por alumnado de diferentes niveles y donde unos enseñan a otros.
- Se diversificarán las organizaciones (agrupamiento individual y en pequeño grupo) y estrategias para facilitar la consecución de los objetivos, a través de juegos cooperativos y juegos sensibilizadores.
- Se propondrán actividades individualizadas dejando tiempo suficiente para mejorar la competencia del alumno.
- Se facilita la evaluación individualizada en la que se fijan las metas que el alumno ha de alcanzar a partir de sus propias posibilidades.
- Colaboración del profesor de apoyo en el aula.
- Actividades secuenciadas que permitan distinto nivel de generalización, complejidad, abstracción.

PROGRAMAS DE REFUERZO DEL APRENDIZAJE

Alumnado que no haya promocionado de curso, se desarrollarán un conjunto de medidas orientadas a la superación de las dificultades que fueron detectadas en el curso anterior y que afectaban al alumnado que permanece durante un año más en el mismo curso. El diseño de dichas medidas dependerá de cada caso concreto. Entre las medidas que se pondrán utilizar podemos destacar:

- Ejercicios de refuerzo secuenciados por trimestres que el alumno deberá entregar al profesor en las fechas señaladas.
- Registro de tareas realizadas.
- Presentación trabajos individuales.
- Uso de recursos en la plataforma.

Alumnos/as que presentan dificultades de aprendizaje superiores a las del resto del grupo: disminuir la dificultad de adquisición de los aspectos conceptuales, valorando si afecta o no a los prácticos. En caso de que afecte, se procede a disminuir la dificultad de la tarea, no debiendo disminuirse el grado de consecución de los aspectos actitudinales.

Alumnos/as con Altas Capacidades Intelectuales: Como medida de adaptación llevaremos a cabo actividades de ampliación de los contenidos a tratar.

Alumnos/as que muestran deficiencias de tipo motor, sensorial, intelectual y/o social, capaces de aprender los mismos contenidos que el resto de compañeros del grupo, aunque deben facilitárseles recursos materiales y adaptaciones curriculares de diferente índole: adaptación en los objetivos del área de Educación física, adecuación de los contenidos (priorización, secuenciación y/o temporalización), ajustes en la evaluación.

En cada UDI se resolverán dudas, se propondrán y sugerirán actividades que adelanten contenidos, apoyen a aquellos alumnos/as con dificultades individuales, refuercen lo aprendido y fomenten la 3ª sesión de Educación Física de la semana que complementa las dos oficiales. Se intentará que consigan el hábito de otro día de práctica en el parque próximo, polideportivo,...

Alumnos lesionados o que padecen enfermedades crónicas (asma, diabetes, etc.) que ocasionan una desventaja a nivel orgánico que no les permite una participación igualitaria con respecto a compañeros y que en ocasiones se aconseja la no participación motriz en dicha actividad, durante tiempos más o menos prolongados. A estos alumnos se le proponen adaptaciones generales y en los casos más complicados, extraordinarias significativas. Las circunstancias que causan esta imposibilidad son:

- Enfermedad común.
- Lesión ósea, tendinosa, muscular o ligamentosa.
- Diabéticos.
- Asmáticos.
- Alérgicos.

Pautas de actuación en función de la situación:

- Exentos totales. Aquellos casos excepcionales por prescripción médica debidamente justificados. Deberán presentar un certificado médico oficial, donde se indique que la exención es completa y que no puede realizar ningún tipo de actividad física. Estos alumnos/as alcanzarán los objetivos prácticos mediante otro tipo de ejercicios que no requieran la práctica física de los mismos. Se realizarán trabajos de forma teórica o pruebas escritas.
- Exentos parciales de la parte práctica. Presentación del certificado médico oficial donde se indique la exención parcial y los ejercicios que no debe realizar, realizando aquellos que no cubran la exención. Según el volumen de ejercicios de los que quede exento, se evaluará como en los exentos totales, o bien se evaluará también de la parte práctica, como los demás alumnos/as cambiándose algunas pruebas.
- Exento parcial por lesión, enfermedad u otro tipo de falta justificada. Deberán presentar un certificado médico oficial en caso de enfermedad o lesión indicando el tiempo que no debe realizar ejercicio físico. Si es otro tipo de falta de asistencia, un justificante firmado por padres o tutores. Si el alumno/a no asiste a más de un 25% de sesiones de una Unidad Didáctica deberá realizar un trabajo y/o prueba teórica-práctica y cuestionarios.

En los tres casos se valorará: pruebas, trabajos teóricos, participación activa (según posibilidades) y registro de datos, como por ejemplo la hoja diaria del alumno/a, donde recogerá de forma escrita lo realizado en la sesión práctica por el resto de compañeros / as que deberá entregarse en la clase siguiente a la tomada por escrito y al final de cada trimestre, o la actividad que se le haya indicado para el trabajo de esa clase) y examen teórico. Se valorará su disposición a participar en la medida de lo posible en la sesión, ayuda a compañeros, colocación y recogida de material, atención a las explicaciones, etc.

EL DISEÑO UNIVERSAL PARA EL APRENDIZAJE (DUA)

El diseño universal para el aprendizaje (DUA) es un enfoque de enseñanza y aprendizaje que ofrece a todos los niños la misma oportunidad de progreso.

Para entender bien qué es el diseño universal de aprendizaje también puede serte muy útil entender qué no es. Es posible que la palabra universal te despiste, pensando quizás que se trata de una única manera de enseñar a tus alumnos. Pero, se trata de un tipo de aprendizaje completamente opuesto a la idea de enseñar de una manera única.

El objetivo del diseño universal para el aprendizaje es emplear diferentes métodos de enseñanza para conseguir derribar cualquier obstáculo que impida el aprendizaje de cualquier alumno/a, sea cual sea su condición social. Un

método de enseñanza completamente flexible para que pueda ser adaptado a las fortalezas y necesidades de cada niño o niña. Es por eso que utilizar un diseño universal del aprendizaje puede llegar a beneficiar a todos tu alumnado.

No se trata de una metodología pensada exclusivamente para los niños con dificultades del aprendizaje, pero sí es cierto que puede ser de gran ayuda, incluidos aquellos casos que no están todavía diagnosticados. No podemos olvidar que el concepto de atención a la diversidad abarca a todo el alumnado, aquellos que tienen necesidades permanentes y aquellos que tienen necesidades puntuales. En definitiva, debemos considerar a todo el grupo-clase como alumnos de diversidad.

El DUA cumple con dos aportaciones fundamentales para favorecer el aprendizaje y la inclusión:

- Se rompe la dicotomía entre el alumnado con discapacidad y sin discapacidad. Se ofrecen diferentes formas de acceso a la información independientemente de la discapacidad, por ejemplo, con diferentes gráficos, con las formas de interacción con el gráfico, diversas formas de explicación, la manipulación de los materiales, etc.
- La discapacidad no está en el alumnado, sino en la rigidez de los materiales y los medios. Por ejemplo, si incorporamos al grupo un alumno inmigrante que no domina el castellano, los materiales son los que se adaptan a él y no al revés.

Sin duda, el DUA en Educación Física significa un verdadero replanteamiento curricular que apuesta por la verdadera accesibilidad de todos aquellos alumnos y alumnas que forman parte de un mismo grupo educativo.

Fundamentación del diseño universal (DUA)

La investigación en la neurociencia ha tenido mucho que sumar al progreso e implantación de los DUA, junto con la investigación educativa y la tecnología, con el fin de romper las barreras del aprendizaje.

De los estudios se concluye que no existen dos cerebros iguales; por tanto, tampoco hay dos alumnos que aprendan de la misma manera.

Además, los estudios evidencian que el cerebro posee una estructura modular, es decir, se compone de diversas regiones o módulos, cada uno de los cuales está especializado en tratar distintos aspectos de la realidad. Por ejemplo, el color de un objeto se procesa en un módulo, mientras que la forma de este se procesa en otra región diferente. De la misma manera, en función de la tarea que se pretenda realizar, se activarán unos u otros módulos, lo que implica que el aprendizaje se distribuye en torno a diferentes regiones. Los módulos, además, trabajan en paralelo, activándose de forma simultánea para tratar todos los elementos de un mismo estímulo.

Gracias a estos estudios también se puede hablar con mayor firmeza de la diversidad neurológica existente entre las personas. Hay diferencias en la cantidad de espacio del cerebro que ocupa cada módulo, según las personas. Asimismo, se encuentran divergencias interpersonales en cuanto a los módulos implicados para la resolución de una misma tarea. Todas estas diferencias suponen una evidencia científica de la diversidad del alumnado en relación con el aprendizaje que por supuesto debe ser atendida.

Los tres principios fundamentales del diseño universal del aprendizaje

El diseño universal para el aprendizaje se desarrolla en base a 3 principios o pautas fundamentales:

1. Ofrecer múltiples formas de implicación: se trata de buscar las distintas maneras de motivar a tus alumnos de Educación Física y mantener su interés en cada una de las sesiones. ¿Cómo? Aquí van algunos ejemplos:
 - a) Permitir que sean ellos quienes tomen determinadas decisiones en cada sesión.
 - b) Asignar tareas o responsabilidades relevantes para ellos. Trabajar por roles y distribuir responsabilidades.
 - c) Hacer que el desarrollo de habilidades de E.F parezca un juego donde tengan que llevar a cabo acciones cooperando.
 - d) Crear oportunidades para que los alumnos y alumnas se activen y muevan.
 - e) Dar oportunidades de que participen en la evaluación de los compañeros y de ellos mismos.

2. Ofrecer múltiples maneras de representación

Ofrecer a los alumnos y alumnas la información en más de un formato y de más de una manera. Por ejemplo, proporcionarles un guion en papel, carteles en el pabellón, programa de actividades o juegos, un vídeo explicativo o un audio:

- El formato en audio podría ser tan simple como leer las instrucciones de las actividades en voz alta o incluso un podcast en Moodle.

- El vídeo podría ser un buen aliado. Se puede utilizar Edpuzzle para incrustar cuestionario en vídeos y así facilitar el aprendizaje desde casa mediante FlipClass.
- Y el aprendizaje práctico mediante el cuaderno del alumno o cuaderno de aprendizaje donde puedan intercambiar información para una investigación, por ejemplo, sobre juegos populares.

3. Proporcionar distintas formas de acción y expresión

Ofrecer más de una manera de interactuar con el material de clase o necesario para realizar la actividad en cuestión, y dejarles mostrar lo que saben otorgándoles todo el protagonismo mediante el uso de metodologías activas. Se trata de no obligar a que la tarea final de la unidad sea única para todos. Por ejemplo, podrían realizar un montaje de expresión eligiendo entre distintas formas de resolución:

- Videotutorial de habilidades gimnásticas
- Montaje con habilidades elegidas por los alumnos.
- Montaje con habilidades básicas y algunas nuevas creadas por ellos.
- Montaje único para toda la clase según el estilo actitudinal diseño universal para el aprendizaje

Beneficios de utilizar el diseño universal de aprendizaje en Educación Física

El diseño universal para el aprendizaje puede ayudar a todos los alumnos. Estas son algunas de sus principales ventajas de su uso en la Educación Física:

- Hace más accesible el aprendizaje, haciendo que ningún alumno se disperse del grupo por sentir que aprende de forma distinta al grupo.
- Presenta la información de una forma que es esta la que se adapta a cada persona, en vez de pedir al alumno que se adapte al aprendizaje.
- Ofrece a los estudiantes más de una manera de interactuar con el material y el entorno. Por ser mucho más flexible, facilita que se utilicen sus fortalezas para trabajar en sus limitaciones.
- Reduce el estigma en el alumnado. Al proporcionar una variedad de opciones a todos los alumnos, el diseño universal para el aprendizaje no particulariza a los pocos que reciben adaptaciones formales por, por ejemplo, tener algún tipo de discapacidad.

Utilizar y promover el DUA es una manera de demostrar una visión grupal del grupo, dando respuesta a todas las posibles necesidades.

9. Descriptores operativos:

Competencia clave: Competencia ciudadana.
Descriptores operativos:
CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.
CC2. Reconoce, analiza y aplica en diversos contextos, de forma crítica y consecuente, los principios, ideales y valores relativos al proceso de integración europea, la Constitución Española, los derechos humanos, y la historia y el patrimonio cultural propios, a la vez que participa en todo tipo de actividades grupales con una actitud fundamentada en los principios y procedimientos democráticos, el compromiso ético con la igualdad, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.
CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de

discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad y corresponsabilidad efectiva entre mujeres y hombres.

CC4. Analiza las relaciones de interdependencia y ecoddependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.

Competencia clave: Competencia plurilingüe.

Descriptorios operativos:

CP1. Utiliza con fluidez, adecuación y aceptable corrección una o más lenguas, además de la lengua familiar o de las lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas con espontaneidad y autonomía en diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, desarrolla estrategias que le permitan ampliar y enriquecer de forma sistemática su repertorio lingüístico individual con el fin de comunicarse de manera eficaz.

CP3. Conoce y valora críticamente la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal y anteponiendo la comprensión mutua como característica central de la comunicación, para fomentar la cohesión social.

Competencia clave: Competencia emprendedora.

Descriptorios operativos:

CE1. Evalúa necesidades y oportunidades y afronta retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico con proyección profesional emprendedora.

CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.

CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.

Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.

Descriptorios operativos:

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con fluidez, coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales y académicos, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y argumentar sus opiniones como para establecer y cuidar sus relaciones interpersonales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los distintos ámbitos, con especial énfasis en los textos académicos y de los medios de comunicación, para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera clara y rigurosa adoptando un punto de vista creativo y crítico a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee con autonomía obras relevantes de la literatura poniéndolas en relación con su contexto sociohistórico de producción, con la tradición literaria anterior y posterior y examinando la huella de su legado en la actualidad, para construir y compartir su propia interpretación argumentada de las obras, crear y recrear obras de intención literaria y conformar progresivamente un mapa cultural.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando y rechazando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

Competencia clave: Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

Descriptorios operativos:

STEM1. Selecciona y utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones propias de la modalidad elegida y emplea estrategias variadas para la resolución de problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.
STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando y creando prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma colaborativa, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y evaluando el producto obtenido de acuerdo a los objetivos propuestos, la sostenibilidad y el impacto transformador en la sociedad.
STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de investigaciones de forma clara y precisa, en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos.) y aprovechando la cultura digital con ética y responsabilidad y valorando de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida para compartir y construir nuevos conocimientos.
STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.

Competencia clave: Competencia digital.

Descriptorios operativos:

CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla posteriormente.
CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales de forma individual o colectiva, aplicando medidas de seguridad y respetando, en todo momento, los derechos de autoría digital para ampliar sus recursos y generar nuevo conocimiento.
CD3. Selecciona, configura y utiliza dispositivos digitales, herramientas, aplicaciones y servicios en línea y los incorpora en su entorno personal de aprendizaje digital para comunicarse, trabajar colaborativamente y compartir información, gestionando de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red y ejerciendo una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.
CD5. Desarrolla soluciones tecnológicas innovadoras y sostenibles para dar respuesta a necesidades concretas, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.

Descriptorios operativos:

CPSAA1.1. Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.
CPSAA1.2. Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida.
CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.
CPSAA3.1. Muestra sensibilidad hacia las emociones y experiencias de los demás, siendo consciente de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia.
CPSAA3.2. Distribuye en un grupo las tareas, recursos y responsabilidades de manera ecuánime, según sus objetivos, favoreciendo un enfoque sistémico para contribuir a la consecución de objetivos compartidos.
CPSAA4. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.

CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.

Competencia clave: Competencia en conciencia y expresión culturales.

Descriptorios operativos:

CCEC1. Reflexiona, promueve y valora críticamente el patrimonio cultural y artístico de cualquier época, contrastando sus singularidades y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.

CCEC2. Investiga las especificidades e intencionalidades de diversas manifestaciones artísticas y culturales del patrimonio, mediante una postura de recepción activa y deleite, diferenciando y analizando los distintos contextos, medios y soportes en que se materializan, así como los lenguajes y elementos técnicos y estéticos que las caracterizan.

CCEC3.1. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones con creatividad y espíritu crítico, realizando con rigor sus propias producciones culturales y artísticas, para participar de forma activa en la promoción de los derechos humanos y los procesos de socialización y de construcción de la identidad personal que se derivan de la práctica artística.

CCEC3.2. Descubre la autoexpresión, a través de la interacción corporal y la experimentación con diferentes herramientas y lenguajes artísticos, enfrentándose a situaciones creativas con una actitud empática y colaborativa, y con autoestima, iniciativa e imaginación.

CCEC4.1. Selecciona e integra con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para diseñar y producir proyectos artísticos y culturales sostenibles, analizando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral que ofrecen sirviéndose de la interpretación, la ejecución, la improvisación o la composición.

CCEC4.2. Planifica, adapta y organiza sus conocimientos, destrezas y actitudes para responder con creatividad y eficacia a los desempeños derivados de una producción cultural o artística, individual o colectiva, utilizando diversos lenguajes, códigos, técnicas, herramientas y recursos plásticos, visuales, audiovisuales, musicales, corporales o escénicos, valorando tanto el proceso como el producto final y comprendiendo las oportunidades personales, sociales, inclusivas y económicas que ofrecen.

10. Competencias específicas:

Denominación

EDFI.1.1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

EDFI.1.2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

EDFI.1.3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

EDFI.1.4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.

EDFI.1.5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

11. Criterios de evaluación:

Competencia específica: EDFI.1.1.Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.1.1.Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física, partiendo de la evaluación del estado inicial, dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud y la calidad de vida, aplicando los diferentes sistemas y métodos de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.1.2.Incorporar de forma autónoma y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices y el descanso adecuado, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales relacionados con los distintos campos de la actividad física, deporte y recreación. Todo ello, teniendo en cuenta la seguridad física y afectiva como aspecto importante.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.1.3.Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.1.4.Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud. Todo ello, aplicando con autonomía e independencia criterios de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.1.5.Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EDFI.1.2.Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, previo análisis de lo que le ofrecen tanto su centro escolar como las instituciones o entorno que les rodea, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.2.2.Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión, control y éxito, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.2.3.Identificar, analizar de manera crítica y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EDFI.1.3.Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo, empatía y asertividad al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.3.2.Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y representaciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.3.3.Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes, teniendo en cuenta las aficiones, posibilidades y limitaciones, hábitos e intereses de sus compañeros y compañeras durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EDFI.1.4.Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.4.1.Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su análisis crítico y comparativo entre su evolución actual y la expresada en las diversas culturas a lo largo de los tiempos y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.4.2.Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, utilizando la música como recurso pedagógico, didáctico y transmisor sociocultural, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EDFI.1.5.Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.5.1.Promover, organizar y participar en actividades físico-deportivas en entornos urbanos, naturales terrestres o acuáticos, interactuando en el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. Todo ello, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en las que se desarrollen, demostrando una actitud activa en la conservación y mejora del medio natural y urbano.

Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.5.2.Practicar, participar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

Método de calificación: Media aritmética.

12. Sáberes básicos:

A. Vida activa y saludable.

1. Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Generar experiencias positivas de la práctica de la actividad física que logren consolidar un estilo de vida saludable. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos en función del tipo y las características de la actividad física. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física y la gestión de la actividad física. Métodos y medidas para la corrección, fortalecimiento y estiramientos de dolores musculares. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).
2. Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Análisis de los hábitos sociales positivos para la salud tales como la alimentación adecuada, descanso, estilo de vida activo, y reflexión crítica sobre los hábitos sociales negativos para la salud, como sedentarismo, drogadicción, tabaquismo o alcoholismo, entre otros. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales de ambos géneros.
3. Salud mental: técnicas de respiración, reajuste postural, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación. Trabajo de la autoestima y el autoconcepto, favoreciendo la autosuperación y potenciando al máximo sus posibilidades motrices, con relación al carácter propedéutico del curso. Estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.

B. Organización y gestión de la actividad física.

1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte o disciplina, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares.
2. Concreción de medidas y pautas de higiene en función de los contextos de práctica de actividad física y deportiva. Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.
3. Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar. Participación en actividades deportivas de voluntariado.
4. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios preparatorios, preventivos y compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.
5. Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares: maniobra de Heimlich, señales de ictus, limpiar una herida, detener una hemorragia, aplicar frío o calor, y aplicar técnicas básicas de vendaje y masaje. Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).
6. Protocolos ante alertas escolares.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

1. Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas, ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.
3. Planificación, control y evaluación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.

4. Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses. Organización, desarrollo y participación en eventos físico-deportivos relacionados con dichas actividades. Deportes y actividades individuales (a seleccionar entre atletismo, ciclismo urbano, gimnasia, malabares, monopatines, patinaje u otros). Deportes de bate y campo (a seleccionar entre béisbol, Kickball, rounders, softball u otros). Deportes y actividades de blanco y diana (a seleccionar entre boccia, bolos, chito, golf, minigolf, petanca, u otros). Deportes y actividades de combate (a seleccionar entre lucha, judo, karate, kickboxing, artes marciales mixtas, taekwondo, u otros). Deportes de invasión (a seleccionar entre baloncesto, balonkorf, balonmano, colpbol, fútbol, fútbol gaélico, hockey, netball, rugby, rugby tag, touch rugby, ultimate, unihockey, vórtbal, u otros). Deportes de red y muro (a seleccionar entre bádminton, bossaball, faustball, frontenis, futvoley, mini tenis, pádel, palas, paladós, pickleball, voleibol, u otros).

5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

1. Gestión del éxito, análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.

2. Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

3. Análisis crítico del deporte como fenómeno social y cultural y de su repercusión en los medios de comunicación. Deportes adaptados.

4. Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.

5. Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.

6. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas y LGTBIfóbicas).

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

1. Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.

2. Técnicas específicas de expresión corporal, tanto individuales como colectivas: danzas y bailes tradicionales y urbanos, bailes de salón, técnicas de dramatización, etc.

3. Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.

4. Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito artístico-expresivo: a nivel mundial, nacional y andaluz. Influencia de las redes sociales.

5. Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.

6. Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte en los diferentes ámbitos: docencia, gestión, rendimiento y recreación.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

1. Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.

2. Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, espacios, usos y necesidades. Aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad relacionados con el entorno, los materiales, las condiciones atmosféricas, etc.

3. Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad: uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad, conservación y mantenimiento o similares.

4. Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.

5. Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física: acampada, ciclismo urbano, escalada, orientación, parkour, rápel, senderismo, etc. Diseño, organización y desarrollo de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios.

6. Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

13. Vinculación de las competencias específicas con las competencias clave:

		CC1	CC2	CC3	CC4	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CE1	CE2	CE3	CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CCEC1	CCEC2	CCEC3.1	CCEC3.2	CCEC4.1	CCEC4.2	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CP5AA1.1	CP5AA1.2	CP5AA2	CP5AA3.1	CP5AA3.2	CP5AA4	CP5AA5	CP1	CP2	CP3	
EDFI.1.1						X			X				X													X				X	X	X				X				
EDFI.1.2				X								X	X																	X	X	X			X					
EDFI.1.3																	X														X	X	X				X			
EDFI.1.4	X																		X										X	X	X									
EDFI.1.5				X						X																			X	X	X	X								

Leyenda competencias clave	
Código	Descripción
CC	Competencia ciudadana.
CD	Competencia digital.
CE	Competencia emprendedora.
CCL	Competencia en comunicación lingüística.
CCEC	Competencia en conciencia y expresión culturales.
STEM	Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
CPAA	Competencia personal, social y de aprender a aprender.
CP	Competencia plurilingüe.