

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA

EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

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 E.S.O. Educación Física

2º de E.S.O. Educación Física

3º de E.S.O. Educación Física

4º de E.S.O. Educación Física

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EDUCACIÓN FÍSICA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA 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:

De acuerdo con lo dispuesto en los puntos 2 y 3 del artículo 27 del Decreto 102/2023, de 9 de mayo de 2023, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, «2. En el marco de las funciones asignadas a los distintos órganos existentes en los centros en la normativa reguladora de la organización y el funcionamiento de los mismos, los centros docentes desarrollarán y concretarán, en su caso, el currículo en su Proyecto educativo y lo adaptarán a las necesidades de su alumnado y a las características específicas del entorno social y cultural en el que se encuentra, configurando así su oferta formativa. 3. De conformidad con lo dispuesto en el artículo 120.4 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, los centros docentes, en el ejercicio de su autonomía, podrán adoptar experimentaciones, innovaciones pedagógicas, programas educativos, planes de trabajo, formas de organización, normas de convivencia o ampliación del calendario escolar o del horario lectivo de ámbitos, áreas o materias de acuerdo con lo que establezca al respecto la Consejería competente en materia de educación y dentro de las posibilidades que permita la normativa aplicable, incluida la laboral, sin que, en ningún caso, suponga discriminación de ningún tipo, ni se impongan aportaciones a las familias ni exigencias a la Administración educativa. ».

Asimismo y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 4.3 de la Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas

educativas, «Sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 2.4, los departamentos de coordinación didáctica concretarán las líneas de actuación en la Programación didáctica, incluyendo las distintas medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales que deban llevarse a cabo de acuerdo con las necesidades del alumnado y en el marco establecido en el capítulo V del Decreto 102/2023, de 9 de mayo.».

Además y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 2.4 de la Orden de 30 de mayo de 2023, «El profesorado integrante de los distintos departamentos de coordinación didáctica elaborará las programaciones didácticas, según lo dispuesto en el artículo 29 del Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, de las materias de cada curso que tengan asignadas, a partir de lo establecido en los Anexos II, III, IV y V, mediante la concreción de las competencias específicas, de los criterios de evaluación, de la adecuación de los saberes básicos y de su vinculación con dichos criterios de evaluación, así como el establecimiento de situaciones de aprendizaje que integren estos elementos y contribuyan a la adquisición de las competencias, respetando los principios pedagógicos regulados en el artículo 6 del citado Decreto 102/2023, de 9 de mayo.».

Justificación 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 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.
- Decreto 102/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.
- Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre las diferentes etapas educativas
- Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los institutos de educación secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.
- 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 102/2023, de 9 de mayo de 2023. la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propia y de las demás personas, apreciando los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, así como otros hechos diferenciadores como el flamenco, para que sean conocidos, valorados y respetados como patrimonio propio.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de las otras personas, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales y el medioambiente, contribuyendo a su conservación y mejora, reconociendo la riqueza paisajística y medioambiental andaluza.
- l) Apremiar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.
- m) Conocer y apreciar la peculiaridad lingüística andaluza en todas sus variedades.
- n) Conocer y respetar el patrimonio cultural de Andalucía, partiendo del conocimiento y de la comprensión de nuestra cultura, reconociendo a Andalucía como comunidad de encuentro de culturas.

5. Principios Pedagógicos:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 6 Decreto 102/2023, de 9 de mayo de 2023. Sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 6 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, en Andalucía el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria responderá a los siguientes principios:

- a) La lectura constituye un factor fundamental para el desarrollo de las competencias clave. Las programaciones didácticas de todas las materias incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística. Los centros, al organizar su práctica docente, deberán garantizar la incorporación de un tiempo diario, no inferior a 30 minutos, en todos los niveles de la etapa, para el desarrollo planificado de dicha competencia. Asimismo, deben permitir que el alumnado desarrolle destrezas orales básicas, potenciando aspectos clave como el debate y la oratoria.
- b) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten a cada alumno o alumna una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de segundo curso y en el Perfil de salida del alumnado al término de la Enseñanza Básica.
- c) Desde las distintas materias se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.
- d) Asimismo, 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.
- e) Se potenciará el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) con objeto de garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado. Para ello, en la práctica docente se desarrollarán dinámicas de trabajo que ayuden a descubrir el talento y el potencial de cada alumno y alumna y se integrarán diferentes formas de presentación del currículo, metodologías variadas y recursos que respondan a los distintos estilos y ritmos de aprendizaje del alumnado.
- f) Se fomentará el uso de herramientas de inteligencia emocional para el acercamiento del alumnado a las estrategias de gestión de emociones, desarrollando principios de empatía y resolución de conflictos que le permitan convivir en la sociedad plural en la que vivimos.
- g) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folclore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas, entre ellas, el flamenco, la música, la literatura o la pintura, tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de su ciudadanía a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte del desarrollo del currículo.
- h) 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.

i) En los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, con objeto de fomentar la integración de las competencias clave, se dedicará un tiempo del horario lectivo a la realización de proyectos significativos para el alumnado, así como a la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, el emprendimiento, la reflexión y la responsabilidad del alumnado.

j) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, de sistematización y de presentación de la información, para aplicar procesos de análisis, de observación y de experimentación, mejorando habilidades de cálculo y desarrollando la capacidad de resolución de problemas, fortaleciendo así habilidades y destrezas de razonamiento matemático.

6. Evaluación:

6.1 Evaluación y calificación del alumnado:

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 10.1 de la Orden de 30 de mayo de 2023, «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 curriculares, a través de los cuales se medirá el grado de consecución de las competencias específicas.»

Igualmente, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 11.1 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.»

Asimismo en el artículo 11.4 de la citada ley: «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 portfolios, 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.»

Igualmente, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 13.6 del Decreto 102/2023, de 9 de mayo, «El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente.»

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 E.S.O. 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:

La etapa de Educación Secundaria Obligatoria tiene como finalidad lograr que el alumnado adquiera los elementos básicos de la cultura, especialmente en sus aspectos humanístico, artístico, científico-tecnológico y motriz; desarrollar y consolidar en ellos los hábitos de estudio y de trabajo, así como hábitos de vida saludable, preparándolo para su incorporación a estudios posteriores y para su inserción laboral; formándolo para el ejercicio de sus derechos y obligaciones como parte de la ciudadanía. Para conseguir esta finalidad, se prestará especial atención a la orientación educativa y profesional, poniéndose especial énfasis en garantizar la inclusión educativa, la atención personalizada del alumnado, la participación y la convivencia, la prevención de dificultades de aprendizaje y la puesta en práctica de medidas de atención a la diversidad, alternativas metodológicas u otras medidas tan pronto como se detecten las necesidades. Asimismo, se atenderá a la compensación de los efectos que las desigualdades de origen cultural, social y económico tienen en el aprendizaje, potenciándose un aprendizaje significativo que contribuya a la adquisición de las competencias y de los conocimientos, promoviendo su autonomía y su reflexión. Todo ello, con el objetivo de permitir el éxito educativo y la búsqueda de la excelencia para todo el alumnado que ha de ser capaz de desarrollar al completo sus capacidades y potencialidades.

A continuación, se establecen algunos principios pedagógicos clave:

Enfoque en el desarrollo integral: la educación física debe contribuir al desarrollo de la dimensión motriz, pero también a la formación de ciudadanos completos. Se debe fomentar el desarrollo de habilidades motrices, al mismo tiempo que se promueve la adquisición de valores, la educación para la salud y la participación activa en la sociedad.

Inclusión educativa: es esencial garantizar que todos los estudiantes, independientemente de sus diferencias individuales, tengan la oportunidad de participar y progresar en la asignatura. Se deben adaptar las actividades y métodos para atender a la diversidad de necesidades y habilidades de los estudiantes.

Aprendizaje significativo: las actividades en Educación Física deben ser contextualizadas y relacionadas con la vida cotidiana de los estudiantes. Deben ser relevantes y significativas para que los alumnos puedan comprender la importancia de mantener un estilo de vida activo y saludable.

Participación y convivencia: la asignatura debe fomentar la participación activa y colaborativa de los estudiantes en actividades grupales, promoviendo el respeto mutuo, la tolerancia y la resolución pacífica de conflictos. La convivencia y el trabajo en equipo son competencias esenciales que se pueden desarrollar en este contexto.

Promoción de hábitos de vida saludable: la educación física debe ser un pilar para fomentar la actividad física, la nutrición adecuada y la prevención de comportamientos perjudiciales para la salud. Los estudiantes deben comprender la importancia de un estilo de vida saludable y adquirir hábitos que les beneficien a lo largo de su vida.

Evaluación formativa: la evaluación debe ser continua y formativa, centrada en el proceso de aprendizaje. Debe proporcionar retroalimentación a los estudiantes para que puedan mejorar y desarrollar sus habilidades físicas y conocimientos. La evaluación no solo debe ser cuantitativa, sino también cualitativa, considerando el esfuerzo y la actitud.

Flexibilidad metodológica: los profesores deben utilizar una variedad de estrategias pedagógicas, incluyendo juegos, deportes, ejercicios, y actividades recreativas, para mantener el interés de los estudiantes y adaptarse a sus diferentes estilos de aprendizaje.

Estos principios pedagógicos ayudarán a cumplir con los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria, preparando a los estudiantes para su futuro académico y laboral, al mismo tiempo que promueven su desarrollo integral y bienestar.

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

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

En la materia se ofrecen situaciones en las que el alumnado debe aplicar el razonamiento matemático para resolver conflictos asociados a la cantidad, el espacio y la forma, el cambio y las relaciones, y la incertidumbre y los datos (resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte de orientación, relación entre ingesta y gasto calórico, la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deportes de cooperación-oposición, etc.) y competencias clave en ciencia y tecnología facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos (aspectos relacionados con la conservación de la naturaleza, el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, el uso de instrumentos utilizados frecuentemente en el ámbito de la actividad física y deportiva, etc.).

Competencia personal, social y de aprender a aprender.

El desarrollo de habilidades de iniciativa ante la situación y su aplicación de capacidades de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumnado diseñar así, su propio plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorece la motivación y la confianza que son factores cruciales para la adquisición de esta competencia.

Competencia en comunicación lingüística.

En Educación Física se dan situaciones de comunicación y contra comunicación a partir del lenguaje verbal y corporal. La disposición del cuerpo en el espacio y su movimiento como eje básico para transmitir ideas, pensamientos, sensaciones, estados de ánimo. Se dan una amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva.

Competencia plurilingüística.

La utilización de vocablos y términos anglosajones que hoy día se incluyen en la práctica físico-deportiva. Conceptos por dominar el discente para el adecuado desarrollo de la actividad física.

Competencia digital.

El desarrollo de habilidades donde el alumnado deba acceder y gestionar la información en Internet bajo el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, entre otras.

Competencia ciudadana.

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

Competencia emprendedora.

La asunción de funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal son un claro ejemplo de su vinculación con la materia.

Competencias en conciencia y expresiones culturales.

Mediante el reconocimiento y la valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

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. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una

actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

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

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

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 la Educación Secundaria Obligatoria 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.

PLAN DE ACTUACIÓN DE LA LECTURA.

En cuanto a la lectura, además del tratamiento que ya tiene en nuestra materia, será tenido en cuenta el Plan de Actuación de la Lectura incluido en el Plan de Centro. La materia de Educación Física se compromete a contribuir al desarrollo de la competencia lectora mediante:

- Artículos de prensa relacionados con la salud, actividad física y el deporte.
- Lectura de apuntes de las diferentes situaciones de aprendizaje a impartir.
- Utilización del libro de Educación Física.

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.

PLAN DE IMPULSO AL RAZONAMIENTO MATEMÁTICO

Se seguirán las indicaciones que se indiquen en el plan de centro, aunque de forma general, destacando que las actividades de matemática en Educación física son una manera de combinar el aprendizaje de números y operaciones con la actividad física. Esta integración no solo promueve el desarrollo de habilidades matemáticas, sino que también fomenta un estilo de vida activo y saludable.

Para contribuir a este Plan de impulso al razonamiento matemático vamos a explorar cómo las actividades de matemáticas pueden enriquecer la experiencia educativa en el ámbito de la educación física, proporcionando a los estudiantes una forma divertida y dinámica de aprender y moverse al mismo tiempo.

Vamos a aplicar las Matemáticas a contenidos generales de Educación física de la forma siguiente: las matemáticas se aplican en educación física de diversas formas, aportando una mirada crítica y analítica a las diferentes situaciones que se presentan. El análisis de datos permite tomar decisiones fundamentadas, mientras que la relativización de conceptos como el rendimiento físico ayuda a establecer sistemas de puntuación más justos. Además, las matemáticas pueden ser útiles en la elección de zonas de tiro adecuadas y en el desarrollo de un mejor autoconocimiento corporal. Otro aspecto importante es la utilización de herramientas matemáticas para la coevaluación en educación física. Estas herramientas permiten a los estudiantes evaluar su propio desempeño de manera objetiva, identificando áreas de mejora y estableciendo metas claras para su desarrollo físico. Asimismo, las matemáticas pueden ser utilizadas para calcular y ajustar parámetros en rutinas de entrenamiento, optimizando así el rendimiento deportivo de los alumnos.

Vamos a aplicar las Matemáticas asociadas a contenidos de deporte de Educación física de la forma siguiente: las matemáticas juegan un papel fundamental cuando desarrollamos contenidos asociados al deporte al ayudar a determinar la trayectoria del balón, la velocidad de un corredor o la fuerza necesaria para realizar un lanzamiento. Gracias a conceptos como el álgebra y la geometría, podemos analizar datos y tomar decisiones estratégicas para mejorar su rendimiento. Además, las matemáticas en el deporte también se aplican en la planificación de entrenamientos, el análisis de estadísticas y la evaluación de desempeño. Mediante el uso de fórmulas matemáticas y modelos estadísticos, es posible optimizar el rendimiento de un equipo o un atleta individual, identificar áreas de mejora y establecer metas realistas para alcanzar el éxito en la competición.

Actividades matemáticas que pueden desarrollarse desde la Educación Física:

- Juegos tradicionales dentro de la clase de EF y Matemáticas como el pañuelo donde se repasan los números naturales: ordenación (mayor, menor que, igual, anterior, posterior).
- Juegos de velocidad de reacción con estímulo numérico, utilizando el Orden numérico. Números ordinales.
- Juegos de agrupamientos y dispersión, utilizando Operaciones con números naturales: adición y sustracción.
- Juegos de cálculos de porcentajes de una cantidad de Frecuencia cardíaca, de capacidades físicas, eficacia en resultados, etc.
- Juegos de comparación de objetos según longitud, capacidad o peso como la entrega y recogida de material o implemento deportivo. Trabajo de Habilidades Básicas: Lanzamientos, recepciones y transportes.
- Juegos donde se utilización de las unidades de medida: el metro, el cm, el litro y el kilogramo. Medición de las Habilidades Motrices o Capacidades Básicas: Saltos de altura, longitud, Lanzamientos de peso, jabalina.
- Juegos donde se utilización de las unidades de medida del tiempo: minuto, hora, día, semana, mes y año como la medición y aprovechamiento saludable del tiempo, la confección de una agenda y horario semanal de actividad física. Cronometrar el tiempo en juegos deportivos, las pulsaciones.

- Juegos de percepción temporal en juegos deportivos.
- Juegos de ritmo: Percusiones con cadencias sencillas y combinadas percusión con acciones motrices.
- Juegos de expresión corporal como relojes humanos.
- Calcular tiempos de relajación (vuelta a la calma).
- Estimación de precios de artículos y materiales cotidianos de EF del alumno.
- Juegos de orientación espacial como el trabajo de esquema corporal: lateralidad, nociones topológicas corporales (arriba, delante, detrás).
- Juegos motores, localización de objetos en el espacio: dentro-fuera, derecha-izquierda.
- Juegos donde se aplica la geometría como, imitar recorridos de orientación, realizar un recorrido dibujado en un plano gráfico, transcribir a un plano gráfico el recorrido realizado por otro estudiante.
- Juegos de apreciación de distancias e intervalos, desplazamientos, saltos de altura, saltos de longitud, noción de la agrupación y dispersión en el terreno.
- Juegos de ejecución de giros y volteretas.
- Juegos de apreciación de trayectorias en lanzamientos, recepciones y golpeos.
- Juegos de ubicación y colocación en el terreno de juego.
- Juegos donde se dice el ángulo que se forman en las distintas posiciones que orienta el profesor para tomar conciencia de los movimientos de cada articulación y de las simetrías y asimetrías corporales.
- Juegos de persecución.
- Juegos de cooperación y oposición.
- Juegos de azar para la composición de los grupos o elección de material.

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.

6. Temporalización:

6.1 Unidades de programación:

Las Situaciones de aprendizaje para este nivel son:

- La sesión de EF: el calentamiento y sus partes.
- Normas e higiene básicas.
- La condición física saludable: alimentación y salud.
- Test, circuitos y pruebas de condición física.
- Juegos de condición física.
- Juegos alternativos (ultimate, discgolf, Tag-rugby,...)
- Deporte de raqueta y palas.
- Deportes alternativos de cancha dividida: pinfuvote.
- Técnicas básicas de relajación y respiración.
- Iniciación al Floorball.
- Deportes colectivos: Balonmano, baloncesto, Fútbol adaptado,...
- Juegos rítmicos, malabares, combas, bailes (sevillanas),...
- Actividades en el medio natural: rastreo, trepa, cabuyería, senderismo.

6.2 Situaciones de aprendizaje:

7. Actividades complementarias y extraescolares:

Ninguna actividad prevista.

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.

Para aquellos alumnos con la materia pendiente del curso anterior, deberán entregar de forma periódica a lo largo de curso escolar aquellos trabajos, actividades y controles que el Departamento de Educación Física vaya proponiendo, según el nivel de enseñanza donde se encuentre cada uno. Durante el curso la entrega de trabajos se realizará a través de la plataforma Classroom.

Es el profesor que imparta la Educación Física en el curso actual junto con el Jefe de Departamento los que evalúan y llevan el control de estos alumnos. La evaluación final del alumno tendrá en cuenta todas las notas parciales que vaya obteniendo en cada una de las actividades propuestas, y será importante respetar las fechas de entrega de cada una de ellas. El profesorado de este departamento, informarán periódicamente a la familia de la situación del alumnado con materias pendientes a través del tutor/a con las observaciones compartidas en Séneca.

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 ser 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 matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

Descriptores operativos:

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios de la actividad matemática en situaciones habituales de la realidad y aplica procesos de razonamiento y estrategias de resolución de problemas, reflexionando y comprobando las soluciones obtenidas.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos observados que suceden en la realidad más cercana, favoreciendo la reflexión crítica, la formulación de hipótesis y la tarea investigadora, mediante la realización de experimentos sencillos, a través de un proceso en el que cada uno asume la responsabilidad de su aprendizaje.

STEM3. Realiza proyectos, diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos, buscando soluciones, de manera creativa e innovadora, mediante el trabajo en equipo a los problemas a los que se enfrenta, facilitando la participación de todo el grupo, favoreciendo la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia para avanzar hacia un futuro sostenible.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes centrados en el análisis y estudios de casos vinculados a experimentos, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos, en diferentes formatos (tablas, diagramas, gráficos, fórmulas, esquemas...) y aprovechando de forma crítica la cultura digital, usando el lenguaje matemático apropiado, para adquirir, compartir y transmitir nuevos conocimientos.

STEM5. Aplica acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y cuidar el medio ambiente y los seres vivos, identificando las normas de seguridad desde modelos o proyectos que promuevan el desarrollo sostenible y utilidad social, con objeto de fomentar la mejora de la calidad de vida, a través de propuestas y conductas que reflejen la sensibilización y la gestión sobre el consumo responsable.

Competencia clave: Competencia emprendedora.
Descriptoros operativos:
CE1. Se inicia en el análisis y reconocimiento de necesidades y hace frente a retos con actitud crítica, valorando las posibilidades de un desarrollo sostenible, reflexionando sobre el impacto que puedan generar en el entorno, para plantear ideas y soluciones originales y sostenibles en el ámbito social, educativo y profesional.
CE2. Identifica y analiza las fortalezas y debilidades propias, utilizando estrategias de autoconocimiento, comprendiendo los elementos económicos y financieros elementales y aplicándolos a actividades y situaciones concretas, usando destrezas básicas que le permitan la colaboración y el trabajo en equipo y le ayuden a resolver problemas de la vida diaria para poder llevar a cabo experiencias emprendedoras que generen valor.
CE3. Participa en el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas, así como en la realización de tareas previamente planificadas e interviene en procesos de toma de decisiones que puedan surgir, considerando el proceso realizado y el resultado obtenido para la creación de un modelo emprendedor e innovador, teniendo en cuenta la experiencia como una oportunidad para aprender.
Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.
Descriptoros operativos:
CPSAA1. Toma conciencia y expresa sus propias emociones afrontando con éxito, optimismo y empatía la búsqueda de un propósito y motivación para el aprendizaje, para iniciarse, de manera progresiva, en el tratamiento y la gestión de los retos y cambios que surgen en su vida cotidiana y adecuarlos a sus propios objetivos.
CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes para la salud, desarrolla hábitos encaminados a la conservación de la salud física, mental y social (hábitos posturales, ejercicio físico, control del estrés), e identifica conductas contrarias a la convivencia, planteando distintas estrategias para abordarlas.
CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones, experiencias y comportamientos de las demás personas y reflexiona sobre su importancia en el proceso de aprendizaje, asumiendo tareas y responsabilidades de manera equitativa, empleando estrategias cooperativas de trabajo en grupo dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.
CPSAA4. Reflexiona y adopta posturas críticas sobre la mejora de los procesos de autoevaluación que intervienen en su aprendizaje, reconociendo el valor del esfuerzo y la dedicación personal, que ayuden a favorecer la adquisición de conocimientos, el contraste de información y la búsqueda de conclusiones relevantes.
CPSAA5. Se inicia en el planteamiento de objetivos a medio plazo y comienza a desarrollar estrategias que comprenden la auto y coevaluación y la retroalimentación para mejorar el proceso de construcción del conocimiento a través de la toma de conciencia de los errores cometidos.
Competencia clave: Competencia ciudadana.
Descriptoros operativos:
CC1. Comprende ideas y cuestiones relativas a la ciudadanía activa y democrática, así como a los procesos históricos y sociales más importantes que modelan su propia identidad, tomando conciencia de la importancia de los valores y normas éticas como guía de la conducta individual y social, participando de forma respetuosa, dialogante y constructiva en actividades grupales en cualquier contexto.
CC2. Conoce y valora positivamente los principios y valores básicos que constituyen el marco democrático de convivencia de la Unión Europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando, de manera progresiva, en actividades comunitarias de trabajo en equipo y cooperación que promuevan una convivencia pacífica, respetuosa y democrática de la ciudadanía global, tomando conciencia del compromiso con la igualdad de género, el respeto por la diversidad, la cohesión social y el logro de un desarrollo sostenible.
CC3. Reflexiona y valora sobre los principales problemas éticos de actualidad, desarrollando un pensamiento crítico que le permita afrontar y defender las posiciones personales, mediante una actitud dialogante basada en el respeto, la cooperación, la solidaridad y el rechazo a cualquier tipo de violencia y discriminación provocado por ciertos estereotipos y prejuicios.
CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia y ecoddependencia con el entorno a través del análisis de los principales problemas ecosociales locales y globales, promoviendo estilos de vida comprometidos con la adopción de hábitos que contribuyan a la conservación de la biodiversidad y al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible.
Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.
Descriptoros operativos:
CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal, iniciándose progresivamente en el uso de la

coherencia, corrección y adecuación en diferentes ámbitos personal, social y educativo y participa de manera activa y adecuada en interacciones comunicativas, mostrando una actitud respetuosa, tanto para el intercambio de información y creación de conocimiento como para establecer vínculos personales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud reflexiva textos orales, escritos, signados o multimodales de relativa complejidad correspondientes a diferentes ámbitos personal, social y educativo, participando de manera activa e intercambiando opiniones en diferentes contextos y situaciones para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta, siguiendo indicaciones, información procedente de diferentes fuentes y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera creativa, valorando aspectos más significativos relacionados con los objetivos de lectura, reconociendo y aprendiendo a evitar los riesgos de desinformación y adoptando un punto de vista crítico y personal con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee de manera autónoma obras diversas adecuadas a su edad y selecciona las más cercanas a sus propios gustos e intereses, reconociendo muestras relevantes del patrimonio literario como un modo de simbolizar la experiencia individual y colectiva, interpretando y creando obras con intención literaria, a partir de modelos dados, reconociendo la lectura como fuente de enriquecimiento cultural y disfrute personal.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, identificando y aplicando estrategias para detectar usos discriminatorios, así como rechazar los abusos de poder, para favorecer un uso eficaz y ético de los diferentes sistemas de comunicación.

Competencia clave: Competencia plurilingüe.

Descriptorios operativos:

CP1. Usa con cierta eficacia una lengua, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a necesidades comunicativas breves, sencillas y predecibles, de manera adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a situaciones y contextos cotidianos y frecuentes de los ámbitos personal, social y educativo.

CP2. A partir de sus experiencias, utiliza progresivamente estrategias adecuadas que le permiten comunicarse entre distintas lenguas en contextos cotidianos a través del uso de transferencias que le ayuden a ampliar su repertorio lingüístico individual.

CP3. Conoce, respeta y muestra interés por la diversidad lingüística y cultural presente en su entorno próximo, permitiendo conseguir su desarrollo personal y valorando su importancia como factor de diálogo, para mejorar la convivencia y promover la cohesión social.

Competencia clave: Competencia digital.

Descriptorios operativos:

CD1. Realiza, de manera autónoma, búsquedas en internet, seleccionando la información más adecuada y relevante, reflexiona sobre su validez, calidad y fiabilidad y muestra una actitud crítica y respetuosa con la propiedad intelectual.

CD2. Gestiona su entorno personal digital de aprendizaje, integrando algunos recursos y herramientas digitales e iniciándose en la búsqueda y selección de estrategias de tratamiento de la información, identificando la más adecuada según sus necesidades para construir conocimiento y contenidos digitales creativos.

CD3. Participa y colabora a través de herramientas o plataformas virtuales que le permiten interactuar y comunicarse de manera adecuada a través del trabajo cooperativo, compartiendo contenidos, información y datos, para construir una identidad digital adecuada, reflexiva y cívica, mediante un uso activo de las tecnologías digitales, realizando una gestión responsable de sus acciones en la red.

CD4. Conoce los riesgos y adopta, con progresiva autonomía, medidas preventivas en el uso de las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, tomando conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, responsable, seguro y saludable de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla, siguiendo indicaciones, algunos programas, aplicaciones informáticas sencillas y determinadas soluciones digitales que le ayuden a resolver problemas concretos y hacer frente a posibles retos propuestos de manera creativa, valorando la contribución de las tecnologías digitales en el desarrollo sostenible, para poder llevar a cabo un uso responsable y ético de las mismas.

Competencia clave: Competencia en conciencia y expresión culturales.

Descriptorios operativos:

CCEC1. Conoce y aprecia con sentido crítico los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, tomando conciencia de la importancia de su conservación, valorando la diversidad cultural y artística como fuente de enriquecimiento personal.

CCEC2. Reconoce, disfruta y se inicia en el análisis de las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, desarrollando estrategias que le permitan

distinguir tanto los diversos canales y medios como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.

CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones, desarrollando, de manera progresiva, su autoestima y creatividad en la expresión, a través de su propio cuerpo, de producciones artísticas y culturales, mostrando empatía, así como una actitud colaborativa, abierta y respetuosa en su relación con los demás.

CCEC4. Conoce y se inicia en el uso de manera creativa de diversos soportes y técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, seleccionando las más adecuadas a su propósito, para la creación de productos artísticos y culturales tanto de manera individual como colaborativa y valorando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral.

10. Competencias específicas:

Denominación

EFI.1.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

EFI.1.2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

EFI.1.3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

EFI.1.4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

EFI.1.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

11. Criterios de evaluación:

Competencia específica: EFI.1.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

Criterios de evaluación:

EFI.1.1.1. Identificar y establecer secuencias sencillas de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con progresiva autonomía instrumentos de autoevaluación para ello, respetando y aceptando la propia realidad corporal.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.1.1.2. Comenzar a incorporar procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.1.1.3. Identificar y adoptar de manera responsable medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer posibles situaciones de riesgo.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.1.1.4. Identificar los protocolos de intervención y medidas básicas de primeros auxilios que es necesario aplicar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.1.1.5. Identificar y analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, evitando su reproducción en su entorno escolar y en las actividades de su vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.1.1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.1.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Criterios de evaluación:

EFI.1.2.1. Participar en el proceso de creación de proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con ayuda estrategias de autoevaluación y coevaluación e iniciando actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.1.2.2. Actuar correctamente con una interpretación aceptable en contextos motrices variados, aplicando con ayuda principios básicos de la toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o compañera y de la persona oponente y a la lógica interna en contextos de actuación reales o simulados, reflexionando sobre los resultados obtenidos.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.1.2.3. Iniciarse en la muestra de evidencias de control y dominio corporal y al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas de forma guiada en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.1.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Criterios de evaluación:

EFI.1.3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.1.3.2. Colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos, para

alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.1.3.3.Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, ético, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia respetando al propio cuerpo y al de los demás.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.1.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

Criterios de evaluación:

EFI.1.4.1.Gestionar la participación en juegos propios de Andalucía, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.1.4.2.Reconocer las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.1.4.3.Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical, prestando especial atención a la educación socio-afectiva y fomento de la creatividad.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.1.5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

Criterios de evaluación:

EFI.1.5.1.Participar en actividades físico-deportivas sencillas en entornos naturales de Andalucía, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir e iniciando una conciencia sobre su huella ecológica.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.1.5.2.Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, siguiendo las normas de seguridad individuales y colectivas marcadas.

Método de calificación: Media aritmética.

12. Sáberes básicos:

A. Vida activa y saludable

1. Salud física.

1. Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.
2. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.
3. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, alimentación y actividad física.
4. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, respiración y relajación.
5. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.
6. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

2. Salud social.

1. Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.
2. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

3. Salud mental.

1. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.
2. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

B. Organización y gestión de la actividad física.

7. Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

1. Calzado deportivo y ergonomía.
2. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
3. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.
4. Técnica PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112.
1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
2. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas de higiene como elemento imprescindible en contextos de práctica de la actividad física y deportiva.
3. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
5. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.
6. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

1. Toma de decisiones. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.
2. Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.
3. Capacidades perceptivo-motrices en el contexto de la práctica deportiva condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
6. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la actividad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.
7. Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.
8. Adaptación de las acciones propias a las estrategias básicas de ataque y defensa en diferentes situaciones motrices en deportes de colaboración-oposición con y sin interacción con un móvil.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

1. Gestión emocional.

1. El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.
2. Estrategias de autorregulación individual y colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.
3. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
4. Reconocimiento y concienciación emocional.

2. Habilidades sociales.

1. Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad.
2. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.
3. Funciones de arbitraje deportivo.
4. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.
2. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
3. Deporte y perspectiva de género. Medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- | |
|--|
| 1. Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. |
| 2. Nuevos espacios y prácticas deportivas. |
| 3. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares). |
| 4. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos. |

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	CCEC4	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CPSAA1	CPSAA2	CPSAA3	CPSAA4	CPSAA5	CP1	CP2	CP3
EFi.1.1					X	X		X							X								X			X		X		X				
EFi.1.2											X	X																		X				
EFi.1.3			X														X									X		X			X			
EFi.1.4		X	X				X											X	X	X	X												X	
EFi.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.
CPSAA	Competencia personal, social y de aprender a aprender.
CP	Competencia plurilingüe.

CONCRECIÓN ANUAL**2º de E.S.O. 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 m

2. Principios Pedagógicos:

La etapa de Educación Secundaria Obligatoria tiene como finalidad lograr que el alumnado adquiriera los elementos básicos de la cultura, especialmente en sus aspectos humanístico, artístico, científico-tecnológico y motriz; desarrollar y consolidar en ellos los hábitos de estudio y de trabajo, así como hábitos de vida saludable, preparándolo para su incorporación a estudios posteriores y para su inserción laboral; formándolo para el ejercicio de sus derechos y obligaciones como parte de la ciudadanía. Para conseguir esta finalidad, se prestará especial atención a la orientación educativa y profesional, poniéndose especial énfasis en garantizar la inclusión educativa, la atención personalizada del alumnado, la participación y la convivencia, la prevención de dificultades de aprendizaje y la puesta en práctica de medidas de atención a la diversidad, alternativas metodológicas u otras medidas tan pronto como se detecten las necesidades. Asimismo, se atenderá a la compensación de los efectos que las desigualdades de origen cultural, social y económico tienen en el aprendizaje, potenciándose un aprendizaje significativo que contribuya a la adquisición de las competencias y de los conocimientos, promoviendo su autonomía y su reflexión. Todo ello, con el objetivo de permitir el éxito educativo y la búsqueda de la excelencia para todo el alumnado que ha de ser capaz de desarrollar al completo sus capacidades y potencialidades.

A continuación, se establecen algunos principios pedagógicos clave:

Enfoque en el desarrollo integral: la educación física debe contribuir al desarrollo de la dimensión motriz, pero también a la formación de ciudadanos completos. Se debe fomentar el desarrollo de habilidades motrices, al mismo tiempo que se promueve la adquisición de valores, la educación para la salud y la participación activa en la sociedad.

Inclusión educativa: es esencial garantizar que todos los estudiantes, independientemente de sus diferencias individuales, tengan la oportunidad de participar y progresar en la asignatura. Se deben adaptar las actividades y métodos para atender a la diversidad de necesidades y habilidades de los estudiantes.

Aprendizaje significativo: las actividades en Educación Física deben ser contextualizadas y relacionadas con la vida cotidiana de los estudiantes. Deben ser relevantes y significativas para que los alumnos puedan comprender la importancia de mantener un estilo de vida activo y saludable.

Participación y convivencia: la asignatura debe fomentar la participación activa y colaborativa de los estudiantes en actividades grupales, promoviendo el respeto mutuo, la tolerancia y la resolución pacífica de conflictos. La convivencia y el trabajo en equipo son competencias esenciales que se pueden desarrollar en este contexto.

Promoción de hábitos de vida saludable: la educación física debe ser un pilar para fomentar la actividad física, la nutrición adecuada y la prevención de comportamientos perjudiciales para la salud. Los estudiantes deben comprender la importancia de un estilo de vida saludable y adquirir hábitos que les beneficien a lo largo de su vida.

Evaluación formativa: la evaluación debe ser continua y formativa, centrada en el proceso de aprendizaje. Debe proporcionar retroalimentación a los estudiantes para que puedan mejorar y desarrollar sus habilidades físicas y conocimientos. La evaluación no solo debe ser cuantitativa, sino también cualitativa, considerando el esfuerzo y la actitud.

Flexibilidad metodológica: los profesores deben utilizar una variedad de estrategias pedagógicas, incluyendo juegos, deportes, ejercicios, y actividades recreativas, para mantener el interés de los estudiantes y adaptarse a sus diferentes estilos de aprendizaje.

Estos principios pedagógicos ayudarán a cumplir con los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria, preparando a los estudiantes para su futuro académico y laboral, al mismo tiempo que promueven su desarrollo integral y bienestar.

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

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

En la materia se ofrecen situaciones en las que el alumnado debe aplicar el razonamiento matemático para resolver conflictos asociados a la cantidad, el espacio y la forma, el cambio y las relaciones, y la incertidumbre y los datos (resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte de orientación, relación entre ingesta y gasto calórico, la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deportes de cooperación-oposición, etc.) y competencias clave en ciencia y tecnología facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos (aspectos relacionados con la conservación de la naturaleza, el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, el uso de instrumentos utilizados frecuentemente en el ámbito de la actividad física y deportiva, etc.).

Competencia personal, social y de aprender a aprender.

El desarrollo de habilidades de iniciativa ante la situación y su aplicación de capacidades de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumnado diseñar así, su propio plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorece la motivación y la confianza que son factores cruciales para la adquisición de esta competencia.

Competencia en comunicación lingüística.

En Educación Física se dan situaciones de comunicación y contra comunicación a partir del lenguaje verbal y corporal. La disposición del cuerpo en el espacio y su movimiento como eje básico para transmitir ideas, pensamientos, sensaciones, estados de ánimo. Se dan una amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva.

Competencia plurilingüística.

La utilización de vocablos y términos anglosajones que hoy día se incluyen en la práctica físico-deportiva. Conceptos por dominar el discente para el adecuado desarrollo de la actividad física.

Competencia digital.

El desarrollo de habilidades donde el alumnado deba acceder y gestionar la información en Internet bajo el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, entre otras.

Competencia ciudadana.

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

Competencia emprendedora.

La asunción de funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal son un claro ejemplo de su vinculación con la materia.

Competencias en conciencia y expresiones culturales.

Mediante el reconocimiento y la valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

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. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de

autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

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

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

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 emprendimiento 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 la Educación

Secundaria Obligatoria 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.

PLAN DE ACTUACIÓN DE LA LECTURA.

En cuanto a la lectura, además del tratamiento que ya tiene en nuestra materia, será tenido en cuenta el Plan de Actuación de la Lectura incluido en el Plan de Centro. La materia de Educación Física se compromete a contribuir al desarrollo de la competencia lectora mediante:

- Artículos de prensa relacionados con la salud, actividad física y el deporte.

- Lectura de apuntes de las diferentes situaciones de aprendizaje a impartir.
- Utilización del libro de Educación Física.

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.

PLAN DE IMPULSO AL RAZONAMIENTO MATEMÁTICO

Se seguirán las indicaciones que se indiquen en el plan de centro, aunque de forma general, destacando que las actividades de matemática en Educación física son una manera de combinar el aprendizaje de números y operaciones con la actividad física. Esta integración no solo promueve el desarrollo de habilidades matemáticas, sino que también fomenta un estilo de vida activo y saludable.

Para contribuir a este Plan de impulso al razonamiento matemático vamos a explorar cómo las actividades de matemáticas pueden enriquecer la experiencia educativa en el ámbito de la educación física, proporcionando a los estudiantes una forma divertida y dinámica de aprender y moverse al mismo tiempo.

Vamos a aplicar las Matemáticas a contenidos generales de Educación física de la forma siguiente: las matemáticas se aplican en educación física de diversas formas, aportando una mirada crítica y analítica a las diferentes situaciones que se presentan. El análisis de datos permite tomar decisiones fundamentadas, mientras que la relativización de conceptos como el rendimiento físico ayuda a establecer sistemas de puntuación más justos. Además, las matemáticas pueden ser útiles en la elección de zonas de tiro adecuadas y en el desarrollo de un mejor autoconocimiento corporal. Otro aspecto importante es la utilización de herramientas matemáticas para la coevaluación en educación física. Estas herramientas permiten a los estudiantes evaluar su propio desempeño de manera objetiva, identificando áreas de mejora y estableciendo metas claras para su desarrollo físico. Asimismo, las matemáticas pueden ser utilizadas para calcular y ajustar parámetros en rutinas de entrenamiento, optimizando así el rendimiento deportivo de los alumnos.

Vamos a aplicar las Matemáticas asociadas a contenidos de deporte de Educación física de la forma siguiente: las matemáticas juegan un papel fundamental cuando desarrollamos contenidos asociados al deporte al ayudar a determinar la trayectoria del balón, la velocidad de un corredor o la fuerza necesaria para realizar un lanzamiento. Gracias a conceptos como el álgebra y la geometría, podemos analizar datos y tomar decisiones estratégicas para mejorar su rendimiento. Además, las matemáticas en el deporte también se aplican en la planificación de entrenamientos, el análisis de estadísticas y la evaluación de desempeño. Mediante el uso de fórmulas matemáticas y modelos estadísticos, es posible optimizar el rendimiento de un equipo o un atleta individual, identificar áreas de mejora y establecer metas realistas para alcanzar el éxito en la competición.

Actividades matemáticas que pueden desarrollarse desde la Educación Física:

- Juegos tradicionales dentro de la clase de EF y Matemáticas como el pañuelo donde se repasan los números naturales: ordenación (mayor, menor que, igual, anterior, posterior).
- Juegos de velocidad de reacción con estímulo numérico, utilizando el Orden numérico. Números ordinales.
- Juegos de agrupamientos y dispersión, utilizando Operaciones con números naturales: adición y sustracción.
- Juegos de cálculos de porcentajes de una cantidad de Frecuencia cardiaca, de capacidades físicas, eficacia en resultados, etc.
- Juegos de comparación de objetos según longitud, capacidad o peso como la entrega y recogida de material o implemento deportivo. Trabajo de Habilidades Básicas: Lanzamientos, recepciones y transportes.
- Juegos donde se utilización de las unidades de medida: el metro, el cm, el litro y el kilogramo. Medición de las Habilidades Motrices o Capacidades Básicas: Saltos de altura, longitud, Lanzamientos de peso, jabalina.
- Juegos donde se utilización de las unidades de medida del tiempo: minuto, hora, día, semana, mes y año como la medición y aprovechamiento saludable del tiempo, la confección de una agenda y horario semanal de actividad física. Cronometrar el tiempo en juegos deportivos, las pulsaciones.
- Juegos de percepción temporal en juegos deportivos.

- Juegos de ritmo: Percusiones con cadencias sencillas y combinadas percusión con acciones motrices.
- Juegos de expresión corporal como relojes humanos.
- Calcular tiempos de relajación (vuelta a la calma).
- Estimación de precios de artículos y materiales cotidianos de EF del alumno.
- Juegos de orientación espacial como el trabajo de esquema corporal: lateralidad, nociones topológicas corporales (arriba, delante, detrás).
- Juegos motores, localización de objetos en el espacio: dentro-fuera, derecha-izquierda.
- Juegos donde se aplica la geometría como, imitar recorridos de orientación, realizar un recorrido dibujado en un plano gráfico, transcribir a un plano gráfico el recorrido realizado por otro estudiante.
- Juegos de apreciación de distancias e intervalos, desplazamientos, saltos de altura, saltos de longitud, noción de la agrupación y dispersión en el terreno.
- Juegos de ejecución de giros y volteretas.
- Juegos de apreciación de trayectorias en lanzamientos, recepciones y golpeos.
- Juegos de ubicación y colocación en el terreno de juego.
- Juegos donde se dice el ángulo que se forman en las distintas posiciones que orienta el profesor para tomar conciencia de los movimientos de cada articulación y de las simetrías y asimetrías corporales.
- Juegos de persecución.
- Juegos de cooperación y oposición.
- Juegos de azar para la composición de los grupos o elección de material.

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.

6. Temporalización:

6.1 Unidades de programación:

Situaciones de aprendizaje para este nivel son:

- El calentamiento y sus partes.
- Test, circuitos y pruebas de condición física.
- Juegos y circuitos para la mejora de la condición física.
- Deporte de raqueta y palas.
- Deportes individuales: atletismo.
- Deportes colectivos: fútbol-sala.
- Combas.
- Bádminton.
- Deportes alternativos de cancha dividida: pinfuvote y botebol.
- Ultimate y hockey escolar.
- Malabares.
- Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, mímica y juegos dramáticos. Bailes propios
- Actividades en el medio natural: parkour, juegos de pistas y orientación.

6.2 Situaciones de aprendizaje:

7. Actividades complementarias y extraescolares:

Ninguna actividad prevista.

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.

Para aquellos alumnos con la materia pendiente del curso anterior, deberán entregar de forma periódica a lo largo de curso escolar aquellos trabajos, actividades y controles que el Departamento de Educación Física vaya proponiendo, según el nivel de enseñanza donde se encuentre cada uno. Durante el curso la entrega de trabajos se realizará a través de la plataforma Classroom.

Es el profesor que imparta la Educación Física en el curso actual junto con el Jefe de Departamento los que evalúan y llevan el control de estos alumnos. La evaluación final del alumno tendrá en cuenta todas las notas parciales que vaya obteniendo en cada una de las actividades propuestas, y será importante respetar las fechas de entrega de cada una de ellas. El profesorado de este departamento, informarán periódicamente a la familia de la situación del alumnado con materias pendientes a través del tutor/a con las observaciones compartidas en Séneca.

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 en conciencia y expresión culturales.
Descriptores operativos:
CCEC1. Conoce y aprecia con sentido crítico los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, tomando conciencia de la importancia de su conservación, valorando la diversidad cultural y artística como fuente de enriquecimiento personal.
CCEC2. Reconoce, disfruta y se inicia en el análisis de las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, desarrollando estrategias que le permitan distinguir tanto los diversos canales y medios como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones, desarrollando, de manera progresiva, su autoestima y creatividad en la expresión, a través de de su propio cuerpo, de producciones artísticas y culturales, mostrando empatía, así como una actitud colaborativa, abierta y respetuosa en su relación con los demás.
CCEC4. Conoce y se inicia en el uso de manera creativa de diversos soportes y técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, seleccionando las más adecuadas a su propósito, para la creación de productos artísticos y culturales tanto de manera individual como colaborativa y valorando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral.
Competencia clave: Competencia plurilingüe.
Descriptores operativos:
CP1. Usa con cierta eficacia una lengua, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a necesidades comunicativas breves, sencillas y predecibles, de manera adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a situaciones y contextos cotidianos y frecuentes de los ámbitos personal, social y educativo.
CP2. A partir de sus experiencias, utiliza progresivamente estrategias adecuadas que le permiten comunicarse entre distintas lenguas en contextos cotidianos a través del uso de transferencias que le ayuden a ampliar su repertorio lingüístico individual.

CP3. Conoce, respeta y muestra interés por la diversidad lingüística y cultural presente en su entorno próximo, permitiendo conseguir su desarrollo personal y valorando su importancia como factor de diálogo, para mejorar la convivencia y promover la cohesión social.

Competencia clave: Competencia ciudadana.

Descriptorios operativos:

CC1. Comprende ideas y cuestiones relativas a la ciudadanía activa y democrática, así como a los procesos históricos y sociales más importantes que modelan su propia identidad, tomando conciencia de la importancia de los valores y normas éticas como guía de la conducta individual y social, participando de forma respetuosa, dialogante y constructiva en actividades grupales en cualquier contexto.

CC2. Conoce y valora positivamente los principios y valores básicos que constituyen el marco democrático de convivencia de la Unión Europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando, de manera progresiva, en actividades comunitarias de trabajo en equipo y cooperación que promuevan una convivencia pacífica, respetuosa y democrática de la ciudadanía global, tomando conciencia del compromiso con la igualdad de género, el respeto por la diversidad, la cohesión social y el logro de un desarrollo sostenible.

CC3. Reflexiona y valora sobre los principales problemas éticos de actualidad, desarrollando un pensamiento crítico que le permita afrontar y defender las posiciones personales, mediante una actitud dialogante basada en el respeto, la cooperación, la solidaridad y el rechazo a cualquier tipo de violencia y discriminación provocado por ciertos estereotipos y prejuicios.

CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia y ecoddependencia con el entorno a través del análisis de los principales problemas ecosociales locales y globales, promoviendo estilos de vida comprometidos con la adopción de hábitos que contribuyan a la conservación de la biodiversidad y al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

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

Descriptorios operativos:

CPSAA1. Toma conciencia y expresa sus propias emociones afrontando con éxito, optimismo y empatía la búsqueda de un propósito y motivación para el aprendizaje, para iniciarse, de manera progresiva, en el tratamiento y la gestión de los retos y cambios que surgen en su vida cotidiana y adecuarlos a sus propios objetivos.

CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes para la salud, desarrolla hábitos encaminados a la conservación de la salud física, mental y social (hábitos posturales, ejercicio físico, control del estrés), e identifica conductas contrarias a la convivencia, planteando distintas estrategias para abordarlas.

CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones, experiencias y comportamientos de las demás personas y reflexiona sobre su importancia en el proceso de aprendizaje, asumiendo tareas y responsabilidades de manera equitativa, empleando estrategias cooperativas de trabajo en grupo dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.

CPSAA4. Reflexiona y adopta posturas críticas sobre la mejora de los procesos de autoevaluación que intervienen en su aprendizaje, reconociendo el valor del esfuerzo y la dedicación personal, que ayuden a favorecer la adquisición de conocimientos, el contraste de información y la búsqueda de conclusiones relevantes.

CPSAA5. Se inicia en el planteamiento de objetivos a medio plazo y comienza a desarrollar estrategias que comprenden la auto y coevaluación y la retroalimentación para mejorar el proceso de construcción del conocimiento a través de la toma de conciencia de los errores cometidos.

Competencia clave: Competencia digital.

Descriptorios operativos:

CD1. Realiza, de manera autónoma, búsquedas en internet, seleccionando la información más adecuada y relevante, reflexiona sobre su validez, calidad y fiabilidad y muestra una actitud crítica y respetuosa con la propiedad intelectual.

CD2. Gestiona su entorno personal digital de aprendizaje, integrando algunos recursos y herramientas digitales e iniciándose en la búsqueda y selección de estrategias de tratamiento de la información, identificando la más adecuada según sus necesidades para construir conocimiento y contenidos digitales creativos.

CD3. Participa y colabora a través de herramientas o plataformas virtuales que le permiten interactuar y comunicarse de manera adecuada a través del trabajo cooperativo, compartiendo contenidos, información y datos, para construir una identidad digital adecuada, reflexiva y cívica, mediante un uso activo de las tecnologías digitales, realizando una gestión responsable de sus acciones en la red.

CD4. Conoce los riesgos y adopta, con progresiva autonomía, medidas preventivas en el uso de las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, tomando conciencia de

la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, responsable, seguro y saludable de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla, siguiendo indicaciones, algunos programas, aplicaciones informáticas sencillas y determinadas soluciones digitales que le ayuden a resolver problemas concretos y hacer frente a posibles retos propuestos de manera creativa, valorando la contribución de las tecnologías digitales en el desarrollo sostenible, para poder llevar a cabo un uso responsable y ético de las mismas.

Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.

Descriptorios operativos:

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal, iniciándose progresivamente en el uso de la coherencia, corrección y adecuación en diferentes ámbitos personal, social y educativo y participa de manera activa y adecuada en interacciones comunicativas, mostrando una actitud respetuosa, tanto para el intercambio de información y creación de conocimiento como para establecer vínculos personales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud reflexiva textos orales, escritos, signados o multimodales de relativa complejidad correspondientes a diferentes ámbitos personal, social y educativo, participando de manera activa e intercambiando opiniones en diferentes contextos y situaciones para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta, siguiendo indicaciones, información procedente de diferentes fuentes y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera creativa, valorando aspectos más significativos relacionados con los objetivos de lectura, reconociendo y aprendiendo a evitar los riesgos de desinformación y adoptando un punto de vista crítico y personal con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee de manera autónoma obras diversas adecuadas a su edad y selecciona las más cercanas a sus propios gustos e intereses, reconociendo muestras relevantes del patrimonio literario como un modo de simbolizar la experiencia individual y colectiva, interpretando y creando obras con intención literaria, a partir de modelos dados, reconociendo la lectura como fuente de enriquecimiento cultural y disfrute personal.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, identificando y aplicando estrategias para detectar usos discriminatorios, así como rechazar los abusos de poder, para favorecer un uso eficaz y ético de los diferentes sistemas de comunicación.

Competencia clave: Competencia emprendedora.

Descriptorios operativos:

CE1. Se inicia en el análisis y reconocimiento de necesidades y hace frente a retos con actitud crítica, valorando las posibilidades de un desarrollo sostenible, reflexionando sobre el impacto que puedan generar en el entorno, para plantear ideas y soluciones originales y sostenibles en el ámbito social, educativo y profesional.

CE2. Identifica y analiza las fortalezas y debilidades propias, utilizando estrategias de autoconocimiento, comprendiendo los elementos económicos y financieros elementales y aplicándolos a actividades y situaciones concretas, usando destrezas básicas que le permitan la colaboración y el trabajo en equipo y le ayuden a resolver problemas de la vida diaria para poder llevar a cabo experiencias emprendedoras que generen valor.

CE3. Participa en el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas, así como en la realización de tareas previamente planificadas e interviene en procesos de toma de decisiones que puedan surgir, considerando el proceso realizado y el resultado obtenido para la creación de un modelo emprendedor e innovador, teniendo en cuenta la experiencia como una oportunidad para aprender.

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

Descriptorios operativos:

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios de la actividad matemática en situaciones habituales de la realidad y aplica procesos de razonamiento y estrategias de resolución de problemas, reflexionando y comprobando las soluciones obtenidas.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos observados que suceden en la realidad más cercana, favoreciendo la reflexión crítica, la formulación de hipótesis y la tarea investigadora, mediante la realización de experimentos sencillos, a través de un proceso en el que cada uno asume la responsabilidad de su aprendizaje.

STEM3. Realiza proyectos, diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos, buscando soluciones, de manera creativa e innovadora, mediante el trabajo en equipo a los problemas a los que se enfrenta, facilitando la participación de todo el grupo, favoreciendo la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia para avanzar hacia un futuro sostenible.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes centrados en el análisis y estudios de casos vinculados a experimentos, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos, en diferentes formatos

(tablas, diagramas, gráficos, fórmulas, esquemas, etc.) y aprovechando de forma crítica la cultura digital, usando el lenguaje matemático apropiado, para adquirir, compartir y transmitir nuevos conocimientos.

STEM5. Aplica acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y cuidar el medio ambiente y los seres vivos, identificando las normas de seguridad desde modelos o proyectos que promuevan el desarrollo sostenible y utilidad social, con objeto de fomentar la mejora de la calidad de vida, a través de propuestas y conductas que reflejen la sensibilización y la gestión sobre el consumo responsable.

10. Competencias específicas:

Denominación

EFI.2.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

EFI.2.2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

EFI.2.3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

EFI.2.4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

EFI.2.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

11. Criterios de evaluación:

Competencia específica: EFI.2.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

Criterios de evaluación:

EFI.2.1.1.Establecer y organizar secuencias de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e intensidad corporal y la de los demás.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.2.1.2.Incorporar hábitos relacionados con procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.2.1.3.Identificar y adoptar de manera responsable y de manera autónoma medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, en diferentes contextos y situaciones motrices, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.2.1.4.Identificar y actuar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física de acuerdo a los protocolos de intervención, aplicando medidas básicas de primeros auxilios en diferentes contextos y ante diferentes tipos de lesiones.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.2.1.5.Analizar y valorar críticamente la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, en diferentes contextos y situaciones, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción en el entorno escolar y en las actividades de la vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.2.1.6.Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.2.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Criterios de evaluación:

EFI.2.2.1.Desarrollar proyectos y aplicaciones de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.2.2.2.Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o compañera y del oponente y a la lógica interna en contextos reales o simulados.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.2.2.3.Evidenciar cierto grado de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas con apoyo ocasional en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.2.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Criterios de evaluación:

EFI.2.3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.2.3.2. Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos y deportes no convencionales, para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.2.3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, ético, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.2.4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

Criterios de evaluación:

EFI.2.4.1. Practicar y apreciar las manifestaciones artístico expresivas de Andalucía, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.2.4.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.2.4.3. Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical, prestando especial atención a la educación socio-afectiva y desde una perspectiva crítica y creativa.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.2.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

Criterios de evaluación:

EFI.2.5.1. Participar en actividades físico-deportivas sencillas en entornos naturales de Andalucía, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.2.5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano de Andalucía, seleccionando y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas establecidas con ayuda.

Método de calificación: Media aritmética.

12. Sáberes básicos:**A. Vida activa y saludable.****1. Salud física.**

1. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.
2. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, alimentación y actividad física.
3. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, respiración y relajación.
4. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.
5. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.

6. Características de las actividades físicas saludables.
2. Salud social. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.
1. Salud social. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.
3. Salud mental.
1. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.
2. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.
3. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.
B. Organización y gestión de la actividad física.
7. Prevención de accidentes en las prácticas motrices.
1. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
2. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.
3. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).
1. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
2. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
3. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
5. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.
6. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.
C. Resolución de problemas en situaciones motrices.
1. Toma de decisiones.
1. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.
2. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.
3. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.
4. Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.
5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil y aplicación de estrategias.
2. Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.
1. Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.
3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
1. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
1. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
1. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
1. Gestión emocional.
1. El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.
2. Estrategias de autorregulación individual y colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.
3. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

4. Reconocimiento y concienciación emocional.
2. Habilidades sociales.
1. Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad.
2. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.
3. Funciones de arbitraje deportivo.
4. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.
E. Manifestaciones de la cultura motriz.
1. Usos comunicativos de la corporalidad.
1. Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos.
2. Técnicas de interpretación.
2. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. El Flamenco.
1. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. El Flamenco.
3. Deporte y perspectiva de género.
1. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, y otras).
2. Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.
F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.
1. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales reciclados para la práctica motriz.
2. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos urbanos y naturales de la red de espacios protegidos andaluces.
3. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
4. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

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	CCEC4	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CPSAA1	CPSAA2	CPSAA3	CPSAA4	CPSAA5	CP1	CP2	CP3
EFI.2.1						X	X		X							X								X				X		X		X			
EFI.2.2												X	X																						
EFI.2.3			X															X										X		X		X			
EFI.2.4		X	X					X											X	X	X	X													X
EFI.2.5				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.
CPSAA	Competencia personal, social y de aprender a aprender.
CP	Competencia plurilingüe.

CONCRECIÓN ANUAL**3º de E.S.O. 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 m

2. Principios Pedagógicos:

La etapa de Educación Secundaria Obligatoria tiene como finalidad lograr que el alumnado adquiera los elementos básicos de la cultura, especialmente en sus aspectos humanístico, artístico, científico-tecnológico y motriz; desarrollar y consolidar en ellos los hábitos de estudio y de trabajo, así como hábitos de vida saludable, preparándolo para su incorporación a estudios posteriores y para su inserción laboral; formándolo para el ejercicio de sus derechos y obligaciones como parte de la ciudadanía. Para conseguir esta finalidad, se prestará especial atención a la orientación educativa y profesional, poniéndose especial énfasis en garantizar la inclusión educativa, la atención personalizada del alumnado, la participación y la convivencia, la prevención de dificultades de aprendizaje y la puesta en práctica de medidas de atención a la diversidad, alternativas metodológicas u otras medidas tan pronto como se detecten las necesidades. Asimismo, se atenderá a la compensación de los efectos que las desigualdades de origen cultural, social y económico tienen en el aprendizaje, potenciándose un aprendizaje significativo que contribuya a la adquisición de las competencias y de los conocimientos, promoviendo su autonomía y su reflexión. Todo ello, con el objetivo de permitir el éxito educativo y la búsqueda de la excelencia para todo el alumnado que ha de ser capaz de desarrollar al completo sus capacidades y potencialidades.

A continuación, se establecen algunos principios pedagógicos clave:

Enfoque en el desarrollo integral: la educación física debe contribuir al desarrollo de la dimensión motriz, pero también a la formación de ciudadanos completos. Se debe fomentar el desarrollo de habilidades motrices, al mismo tiempo que se promueve la adquisición de valores, la educación para la salud y la participación activa en la sociedad.

Inclusión educativa: es esencial garantizar que todos los estudiantes, independientemente de sus diferencias individuales, tengan la oportunidad de participar y progresar en la asignatura. Se deben adaptar las actividades y métodos para atender a la diversidad de necesidades y habilidades de los estudiantes.

Aprendizaje significativo: las actividades en Educación Física deben ser contextualizadas y relacionadas con la vida cotidiana de los estudiantes. Deben ser relevantes y significativas para que los alumnos puedan comprender la importancia de mantener un estilo de vida activo y saludable.

Participación y convivencia: la asignatura debe fomentar la participación activa y colaborativa de los estudiantes en actividades grupales, promoviendo el respeto mutuo, la tolerancia y la resolución pacífica de conflictos. La convivencia y el trabajo en equipo son competencias esenciales que se pueden desarrollar en este contexto.

Promoción de hábitos de vida saludable: la educación física debe ser un pilar para fomentar la actividad física, la nutrición adecuada y la prevención de comportamientos perjudiciales para la salud. Los estudiantes deben comprender la importancia de un estilo de vida saludable y adquirir hábitos que les beneficien a lo largo de su vida.

Evaluación formativa: la evaluación debe ser continua y formativa, centrada en el proceso de aprendizaje. Debe proporcionar retroalimentación a los estudiantes para que puedan mejorar y desarrollar sus habilidades físicas y conocimientos. La evaluación no solo debe ser cuantitativa, sino también cualitativa, considerando el esfuerzo y la actitud.

Flexibilidad metodológica: los profesores deben utilizar una variedad de estrategias pedagógicas, incluyendo juegos, deportes, ejercicios, y actividades recreativas, para mantener el interés de los estudiantes y adaptarse a sus diferentes estilos de aprendizaje.

Estos principios pedagógicos ayudarán a cumplir con los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria, preparando a los estudiantes para su futuro académico y laboral, al mismo tiempo que promueven su desarrollo integral y bienestar.

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

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

En la materia se ofrecen situaciones en las que el alumnado debe aplicar el razonamiento matemático para resolver conflictos asociados a la cantidad, el espacio y la forma, el cambio y las relaciones, y la incertidumbre y los datos (resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte de orientación, relación entre ingesta y gasto calórico, la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deportes de cooperación-oposición, etc.) y competencias clave en ciencia y tecnología facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos (aspectos relacionados con la conservación de la naturaleza, el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, el uso de instrumentos utilizados frecuentemente en el ámbito de la actividad física y deportiva, etc.).

Competencia personal, social y de aprender a aprender.

El desarrollo de habilidades de iniciativa ante la situación y su aplicación de capacidades de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumnado diseñar así, su propio plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorece la motivación y la confianza que son factores cruciales para la adquisición de esta competencia.

Competencia en comunicación lingüística.

En Educación Física se dan situaciones de comunicación y contra comunicación a partir del lenguaje verbal y corporal. La disposición del cuerpo en el espacio y su movimiento como eje básico para transmitir ideas, pensamientos, sensaciones, estados de ánimo. Se dan una amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva.

Competencia plurilingüística.

La utilización de vocablos y términos anglosajones que hoy día se incluyen en la práctica físico-deportiva. Conceptos por dominar el discente para el adecuado desarrollo de la actividad física.

Competencia digital.

El desarrollo de habilidades donde el alumnado deba acceder y gestionar la información en Internet bajo el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, entre otras.

Competencia ciudadana.

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

Competencia emprendedora.

La asunción de funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal son un claro ejemplo de su vinculación con la materia.

Competencias en conciencia y expresiones culturales.

Mediante el reconocimiento y la valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

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. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de

autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

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

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

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 emprendimiento 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 la Educación

Secundaria Obligatoria 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.

PLAN DE ACTUACIÓN DE LA LECTURA.

En cuanto a la lectura, además del tratamiento que ya tiene en nuestra materia, será tenido en cuenta el Plan de Actuación de la Lectura incluido en el Plan de Centro. La materia de Educación Física se compromete a contribuir al desarrollo de la competencia lectora mediante:

- Artículos de prensa relacionados con la salud, actividad física y el deporte.

- Lectura de apuntes de las diferentes situaciones de aprendizaje a impartir.
- Utilización del libro de Educación Física.

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.

PLAN DE IMPULSO AL RAZONAMIENTO MATEMÁTICO

Se seguirán las indicaciones que se indiquen en el plan de centro, aunque de forma general, destacando que las actividades de matemática en Educación física son una manera de combinar el aprendizaje de números y operaciones con la actividad física. Esta integración no solo promueve el desarrollo de habilidades matemáticas, sino que también fomenta un estilo de vida activo y saludable.

Para contribuir a este Plan de impulso al razonamiento matemático vamos a explorar cómo las actividades de matemáticas pueden enriquecer la experiencia educativa en el ámbito de la educación física, proporcionando a los estudiantes una forma divertida y dinámica de aprender y moverse al mismo tiempo.

Vamos a aplicar las Matemáticas a contenidos generales de Educación física de la forma siguiente: las matemáticas se aplican en educación física de diversas formas, aportando una mirada crítica y analítica a las diferentes situaciones que se presentan. El análisis de datos permite tomar decisiones fundamentadas, mientras que la relativización de conceptos como el rendimiento físico ayuda a establecer sistemas de puntuación más justos. Además, las matemáticas pueden ser útiles en la elección de zonas de tiro adecuadas y en el desarrollo de un mejor autoconocimiento corporal. Otro aspecto importante es la utilización de herramientas matemáticas para la coevaluación en educación física. Estas herramientas permiten a los estudiantes evaluar su propio desempeño de manera objetiva, identificando áreas de mejora y estableciendo metas claras para su desarrollo físico. Asimismo, las matemáticas pueden ser utilizadas para calcular y ajustar parámetros en rutinas de entrenamiento, optimizando así el rendimiento deportivo de los alumnos.

Vamos a aplicar las Matemáticas asociadas a contenidos de deporte de Educación física de la forma siguiente: las matemáticas juegan un papel fundamental cuando desarrollamos contenidos asociados al deporte al ayudar a determinar la trayectoria del balón, la velocidad de un corredor o la fuerza necesaria para realizar un lanzamiento. Gracias a conceptos como el álgebra y la geometría, podemos analizar datos y tomar decisiones estratégicas para mejorar su rendimiento. Además, las matemáticas en el deporte también se aplican en la planificación de entrenamientos, el análisis de estadísticas y la evaluación de desempeño. Mediante el uso de fórmulas matemáticas y modelos estadísticos, es posible optimizar el rendimiento de un equipo o un atleta individual, identificar áreas de mejora y establecer metas realistas para alcanzar el éxito en la competición.

Actividades matemáticas que pueden desarrollarse desde la Educación Física:

- Juegos tradicionales dentro de la clase de EF y Matemáticas como el pañuelo donde se repasan los números naturales: ordenación (mayor, menor que, igual, anterior, posterior).
- Juegos de velocidad de reacción con estímulo numérico, utilizando el Orden numérico. Números ordinales.
- Juegos de agrupamientos y dispersión, utilizando Operaciones con números naturales: adición y sustracción.
- Juegos de cálculos de porcentajes de una cantidad de Frecuencia cardiaca, de capacidades físicas, eficacia en resultados, etc.
- Juegos de comparación de objetos según longitud, capacidad o peso como la entrega y recogida de material o implemento deportivo. Trabajo de Habilidades Básicas: Lanzamientos, recepciones y transportes.
- Juegos donde se utilización de las unidades de medida: el metro, el cm, el litro y el kilogramo. Medición de las Habilidades Motrices o Capacidades Básicas: Saltos de altura, longitud, Lanzamientos de peso, jabalina.
- Juegos donde se utilización de las unidades de medida del tiempo: minuto, hora, día, semana, mes y año como la medición y aprovechamiento saludable del tiempo, la confección de una agenda y horario semanal de actividad física. Cronometrar el tiempo en juegos deportivos, las pulsaciones.
- Juegos de percepción temporal en juegos deportivos.

- Juegos de ritmo: Percusiones con cadencias sencillas y combinadas percusión con acciones motrices.
- Juegos de expresión corporal como relojes humanos.
- Calcular tiempos de relajación (vuelta a la calma).
- Estimación de precios de artículos y materiales cotidianos de EF del alumno.
- Juegos de orientación espacial como el trabajo de esquema corporal: lateralidad, nociones topológicas corporales (arriba, delante, detrás).
- Juegos motores, localización de objetos en el espacio: dentro-fuera, derecha-izquierda.
- Juegos donde se aplica la geometría como, imitar recorridos de orientación, realizar un recorrido dibujado en un plano gráfico, transcribir a un plano gráfico el recorrido realizado por otro estudiante.
- Juegos de apreciación de distancias e intervalos, desplazamientos, saltos de altura, saltos de longitud, noción de la agrupación y dispersión en el terreno.
- Juegos de ejecución de giros y volteretas.
- Juegos de apreciación de trayectorias en lanzamientos, recepciones y golpeos.
- Juegos de ubicación y colocación en el terreno de juego.
- Juegos donde se dice el ángulo que se forman en las distintas posiciones que orienta el profesor para tomar conciencia de los movimientos de cada articulación y de las simetrías y asimetrías corporales.
- Juegos de persecución.
- Juegos de cooperación y oposición.
- Juegos de azar para la composición de los grupos o elección de material.

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.

6. Temporalización:

6.1 Unidades de programación:

Las Situaciones de aprendizaje para este nivel son:

- La condición física saludable: alimentación, actividad física y salud.
- La condición física saludable: higiene y hábitos saludables.
- La condición física saludable: efectos positivos de la actividad física y contraindicaciones.
- Elaboración de calentamientos.
- Juegos de condición física.
- Test, circuitos y pruebas de condición física.
- Juegos alternativos variados: lacrosse, pichi, colpbol, béisbol,...
- Deporte de raqueta y palas.
- Deportes colectivos: voleibol, fútbol adaptado.
- Deportes alternativos I: béisbol y sus variantes, Hockey.
- Deportes alternativos II: datchball, pinfuvote, ultimate, colpbol,...
- Los Juegos Olímpicos: olimpiada escolar.
- Expresión corporal: juegos, bailes y danzas.
- Actividades en el medio natural: orientación básica, juegos de cuerda, parkour,...

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.

6.2 Situaciones de aprendizaje:

7. Actividades complementarias y extraescolares:

Ninguna actividad prevista.

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.

Para aquellos alumnos con la materia pendiente del curso anterior, deberán entregar de forma periódica a lo largo de curso escolar aquellos trabajos, actividades y controles que el Departamento de Educación Física vaya proponiendo, según el nivel de enseñanza donde se encuentre cada uno. Durante el curso la entrega de trabajos se realizará a través de la plataforma Classroom.

Es el profesor que imparta la Educación Física en el curso actual junto con el Jefe de Departamento los que evalúan y llevan el control de estos alumnos. La evaluación final del alumno tendrá en cuenta todas las notas parciales que vaya obteniendo en cada una de las actividades propuestas, y será importante respetar las fechas de entrega de cada una de ellas. El profesorado de este departamento, informarán periódicamente a la familia de la situación del alumnado con materias pendientes a través del tutor/a con las observaciones compartidas en Séneca.

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 en conciencia y expresión culturales.
Descriptores operativos:
CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.
Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.
Descriptores operativos:
CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.

CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.

CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.

CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.

CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

Competencia clave: Competencia plurilingüe.

Descriptores operativos:

CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.

CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

Competencia clave: Competencia digital.

Descriptores operativos:

CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.

CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.

CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

Competencia clave: Competencia ciudadana.

Descriptores operativos:

CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.

CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa, y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.

CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.

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

Descriptorios operativos:

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos), y aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal, con ética y responsabilidad para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.**Descriptorios operativos:**

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente 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 adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.

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 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 emprendedora.**Descriptorios operativos:**

CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.

CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.

CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado

obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

10. Competencias específicas:

Denominación

EFI.3.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

EFI.3.2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

EFI.3.3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

EFI.3.4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

EFI.3.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

11. Criterios de evaluación:

Competencia específica: EFI.3.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

Criterios de evaluación:

EFI.3.1.1.Establecer y organizar secuencias de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e intensidad corporal y la de los demás.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.3.1.2.Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.3.1.3.Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, identificando situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.3.1.4.Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando con apoyos puntuales medidas específicas de primeros auxilios.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.3.1.5.Identificar y valorar críticamente estereotipos sociales asociados al ámbito de los corporal, al género y a la diversidad sexual vinculados a la actividad física y deportiva, así como los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.3.1.6.Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.3.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Criterios de evaluación:

EFI.3.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.3.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.3.2.3.Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.3.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Criterios de evaluación:

EFI.3.3.1. Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.3.3.2. Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.3.3.3. Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.3.4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

Criterios de evaluación:

EFI.3.4.1. Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.3.4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.3.4.3. Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalmente el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.3.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

Criterios de evaluación:

EFI.3.5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos andaluces, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando con cierto grado ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y promoviendo actuaciones sencillas intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.3.5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo con ayuda y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas bajo supervisión.

Método de calificación: Media aritmética.

12. Sáberes básicos:

A. Vida activa y saludable.

1. Salud física.

1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.

2. Autorregulación y planificación del entrenamiento.

3. Alimentación saludable (dieta mediterránea, plato de Harvard) y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares).

4. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares.
5. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).
6. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.
7. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

B. Organización y gestión de la actividad física.

1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.
2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
3. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.
4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
6. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.
7. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
8. Actuaciones críticas ante accidentes.
9. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Protocolo RCP. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

1. Toma de decisiones.

1. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.
2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica.
3. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.
4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.
5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

2. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

1. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

3. Capacidades condicionales.

1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
2. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.
3. Sistemas de entrenamiento.

4. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

1. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-Problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

1. Autorregulación emocional.

1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.
2. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

2. Habilidades sociales.

1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

1. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
1. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
2. Deporte y perspectiva de género.
1. Historia del deporte desde la perspectiva de género.
2. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Ejemplos que muestren la diversidad en el deporte.
3. Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.
3. Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco.
1. Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco.
4. El deporte en Andalucía.
1. El deporte en Andalucía.
5. Los Juegos Olímpicos. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.
1. Los Juegos Olímpicos. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.
F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.
1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
2. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).
3. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
4. Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
5. Diseño y organización de actividades físicas 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	CCEC4	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CPSAA1	CPSAA2	CPSAA3	CPSAA4	CPSAA5	CP1	CP2	CP3
EFI.3.1						X	X		X							X								X				X		X		X			
EFI.3.2												X	X																						
EFI.3.3			X															X										X		X		X			
EFI.3.4		X	X					X											X	X	X	X												X	
EFI.3.5				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.
CPSAA	Competencia personal, social y de aprender a aprender.
CP	Competencia plurilingüe.

CONCRECIÓN ANUAL**4º de E.S.O. 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 m

2. Principios Pedagógicos:

La etapa de Educación Secundaria Obligatoria tiene como finalidad lograr que el alumnado adquiriera los elementos básicos de la cultura, especialmente en sus aspectos humanístico, artístico, científico-tecnológico y motriz; desarrollar y consolidar en ellos los hábitos de estudio y de trabajo, así como hábitos de vida saludable, preparándolo para su incorporación a estudios posteriores y para su inserción laboral; formándolo para el ejercicio de sus derechos y obligaciones como parte de la ciudadanía. Para conseguir esta finalidad, se prestará especial atención a la orientación educativa y profesional, poniéndose especial énfasis en garantizar la inclusión educativa, la atención personalizada del alumnado, la participación y la convivencia, la prevención de dificultades de aprendizaje y la puesta en práctica de medidas de atención a la diversidad, alternativas metodológicas u otras medidas tan pronto como se detecten las necesidades. Asimismo, se atenderá a la compensación de los efectos que las desigualdades de origen cultural, social y económico tienen en el aprendizaje, potenciándose un aprendizaje significativo que contribuya a la adquisición de las competencias y de los conocimientos, promoviendo su autonomía y su reflexión. Todo ello, con el objetivo de permitir el éxito educativo y la búsqueda de la excelencia para todo el alumnado que ha de ser capaz de desarrollar al completo sus capacidades y potencialidades.

A continuación, se establecen algunos principios pedagógicos clave:

Enfoque en el desarrollo integral: la educación física debe contribuir al desarrollo de la dimensión motriz, pero también a la formación de ciudadanos completos. Se debe fomentar el desarrollo de habilidades motrices, al mismo tiempo que se promueve la adquisición de valores, la educación para la salud y la participación activa en la sociedad.

Inclusión educativa: es esencial garantizar que todos los estudiantes, independientemente de sus diferencias individuales, tengan la oportunidad de participar y progresar en la asignatura. Se deben adaptar las actividades y métodos para atender a la diversidad de necesidades y habilidades de los estudiantes.

Aprendizaje significativo: las actividades en Educación Física deben ser contextualizadas y relacionadas con la vida cotidiana de los estudiantes. Deben ser relevantes y significativas para que los alumnos puedan comprender la importancia de mantener un estilo de vida activo y saludable.

Participación y convivencia: la asignatura debe fomentar la participación activa y colaborativa de los estudiantes en actividades grupales, promoviendo el respeto mutuo, la tolerancia y la resolución pacífica de conflictos. La convivencia y el trabajo en equipo son competencias esenciales que se pueden desarrollar en este contexto.

Promoción de hábitos de vida saludable: la educación física debe ser un pilar para fomentar la actividad física, la nutrición adecuada y la prevención de comportamientos perjudiciales para la salud. Los estudiantes deben comprender la importancia de un estilo de vida saludable y adquirir hábitos que les beneficien a lo largo de su vida.

Evaluación formativa: la evaluación debe ser continua y formativa, centrada en el proceso de aprendizaje. Debe proporcionar retroalimentación a los estudiantes para que puedan mejorar y desarrollar sus habilidades físicas y conocimientos. La evaluación no solo debe ser cuantitativa, sino también cualitativa, considerando el esfuerzo y la actitud.

Flexibilidad metodológica: los profesores deben utilizar una variedad de estrategias pedagógicas, incluyendo juegos, deportes, ejercicios, y actividades recreativas, para mantener el interés de los estudiantes y adaptarse a sus diferentes estilos de aprendizaje.

Estos principios pedagógicos ayudarán a cumplir con los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria, preparando a los estudiantes para su futuro académico y laboral, al mismo tiempo que promueven su desarrollo integral y bienestar.

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

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

En la materia se ofrecen situaciones en las que el alumnado debe aplicar el razonamiento matemático para resolver conflictos asociados a la cantidad, el espacio y la forma, el cambio y las relaciones, y la incertidumbre y los datos (resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte de orientación, relación entre ingesta y gasto calórico, la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deportes de cooperación-oposición, etc.) y competencias clave en ciencia y tecnología facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos (aspectos relacionados con la conservación de la naturaleza, el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, el uso de instrumentos utilizados frecuentemente en el ámbito de la actividad física y deportiva, etc.).

Competencia personal, social y de aprender a aprender.

El desarrollo de habilidades de iniciativa ante la situación y su aplicación de capacidades de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumnado diseñar así, su propio plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorece la motivación y la confianza que son factores cruciales para la adquisición de esta competencia.

Competencia en comunicación lingüística.

En Educación Física se dan situaciones de comunicación y contra comunicación a partir del lenguaje verbal y corporal. La disposición del cuerpo en el espacio y su movimiento como eje básico para transmitir ideas, pensamientos, sensaciones, estados de ánimo. Se dan una amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva.

Competencia plurilingüística.

La utilización de vocablos y términos anglosajones que hoy día se incluyen en la práctica físico-deportiva. Conceptos por dominar el discente para el adecuado desarrollo de la actividad física.

Competencia digital.

El desarrollo de habilidades donde el alumnado deba acceder y gestionar la información en Internet bajo el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, entre otras.

Competencia ciudadana.

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

Competencia emprendedora.

La asunción de funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal son un claro ejemplo de su vinculación con la materia.

Competencias en conciencia y expresiones culturales.

Mediante el reconocimiento y la valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

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. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de

autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

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

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

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 la Educación

Secundaria Obligatoria 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.

PLAN DE ACTUACIÓN DE LA LECTURA.

En cuanto a la lectura, además del tratamiento que ya tiene en nuestra materia, será tenido en cuenta el Plan de Actuación de la Lectura incluido en el Plan de Centro. La materia de Educación Física se compromete a contribuir al desarrollo de la competencia lectora mediante:

- Artículos de prensa relacionados con la salud, actividad física y el deporte.

- Lectura de apuntes de las diferentes situaciones de aprendizaje a impartir.
- Utilización del libro de Educación Física.

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.

PLAN DE IMPULSO AL RAZONAMIENTO MATEMÁTICO

Se seguirán las indicaciones que se indiquen en el plan de centro, aunque de forma general, destacando que las actividades de matemática en Educación física son una manera de combinar el aprendizaje de números y operaciones con la actividad física. Esta integración no solo promueve el desarrollo de habilidades matemáticas, sino que también fomenta un estilo de vida activo y saludable.

Para contribuir a este Plan de impulso al razonamiento matemático vamos a explorar cómo las actividades de matemáticas pueden enriquecer la experiencia educativa en el ámbito de la educación física, proporcionando a los estudiantes una forma divertida y dinámica de aprender y moverse al mismo tiempo.

Vamos a aplicar las Matemáticas a contenidos generales de Educación física de la forma siguiente: las matemáticas se aplican en educación física de diversas formas, aportando una mirada crítica y analítica a las diferentes situaciones que se presentan. El análisis de datos permite tomar decisiones fundamentadas, mientras que la relativización de conceptos como el rendimiento físico ayuda a establecer sistemas de puntuación más justos. Además, las matemáticas pueden ser útiles en la elección de zonas de tiro adecuadas y en el desarrollo de un mejor autoconocimiento corporal. Otro aspecto importante es la utilización de herramientas matemáticas para la coevaluación en educación física. Estas herramientas permiten a los estudiantes evaluar su propio desempeño de manera objetiva, identificando áreas de mejora y estableciendo metas claras para su desarrollo físico. Asimismo, las matemáticas pueden ser utilizadas para calcular y ajustar parámetros en rutinas de entrenamiento, optimizando así el rendimiento deportivo de los alumnos.

Vamos a aplicar las Matemáticas asociadas a contenidos de deporte de Educación física de la forma siguiente: las matemáticas juegan un papel fundamental cuando desarrollamos contenidos asociados al deporte al ayudar a determinar la trayectoria del balón, la velocidad de un corredor o la fuerza necesaria para realizar un lanzamiento. Gracias a conceptos como el álgebra y la geometría, podemos analizar datos y tomar decisiones estratégicas para mejorar su rendimiento. Además, las matemáticas en el deporte también se aplican en la planificación de entrenamientos, el análisis de estadísticas y la evaluación de desempeño. Mediante el uso de fórmulas matemáticas y modelos estadísticos, es posible optimizar el rendimiento de un equipo o un atleta individual, identificar áreas de mejora y establecer metas realistas para alcanzar el éxito en la competición.

Actividades matemáticas que pueden desarrollarse desde la Educación Física:

- Juegos tradicionales dentro de la clase de EF y Matemáticas como el pañuelo donde se repasan los números naturales: ordenación (mayor, menor que, igual, anterior, posterior).
- Juegos de velocidad de reacción con estímulo numérico, utilizando el Orden numérico. Números ordinales.
- Juegos de agrupamientos y dispersión, utilizando Operaciones con números naturales: adición y sustracción.
- Juegos de cálculos de porcentajes de una cantidad de Frecuencia cardiaca, de capacidades físicas, eficacia en resultados, etc.
- Juegos de comparación de objetos según longitud, capacidad o peso como la entrega y recogida de material o implemento deportivo. Trabajo de Habilidades Básicas: Lanzamientos, recepciones y transportes.
- Juegos donde se utilización de las unidades de medida: el metro, el cm, el litro y el kilogramo. Medición de las Habilidades Motrices o Capacidades Básicas: Saltos de altura, longitud, Lanzamientos de peso, jabalina.
- Juegos donde se utilización de las unidades de medida del tiempo: minuto, hora, día, semana, mes y año como la medición y aprovechamiento saludable del tiempo, la confección de una agenda y horario semanal de actividad física. Cronometrar el tiempo en juegos deportivos, las pulsaciones.
- Juegos de percepción temporal en juegos deportivos.

- Juegos de ritmo: Percusiones con cadencias sencillas y combinadas percusión con acciones motrices.
- Juegos de expresión corporal como relojes humanos.
- Calcular tiempos de relajación (vuelta a la calma).
- Estimación de precios de artículos y materiales cotidianos de EF del alumno.
- Juegos de orientación espacial como el trabajo de esquema corporal: lateralidad, nociones topológicas corporales (arriba, delante, detrás).
- Juegos motores, localización de objetos en el espacio: dentro-fuera, derecha-izquierda.
- Juegos donde se aplica la geometría como, imitar recorridos de orientación, realizar un recorrido dibujado en un plano gráfico, transcribir a un plano gráfico el recorrido realizado por otro estudiante.
- Juegos de apreciación de distancias e intervalos, desplazamientos, saltos de altura, saltos de longitud, noción de la agrupación y dispersión en el terreno.
- Juegos de ejecución de giros y volteretas.
- Juegos de apreciación de trayectorias en lanzamientos, recepciones y golpeos.
- Juegos de ubicación y colocación en el terreno de juego.
- Juegos donde se dice el ángulo que se forman en las distintas posiciones que orienta el profesor para tomar conciencia de los movimientos de cada articulación y de las simetrías y asimetrías corporales.
- Juegos de persecución.
- Juegos de cooperación y oposición.
- Juegos de azar para la composición de los grupos o elección de material.

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.

PRUEBAS EXTRAORDINARIAS PARA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE 4º DE ESO

Según establece el artículo 16 de la Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre las diferentes etapas educativas, se informa de:

1.- El alumnado que una vez finalizado el proceso de evaluación de cuarto curso de Educación Secundaria Obligatoria no haya obtenido el título y haya superado los límites de edad establecidos en el artículo 15.5 del Decreto 102/2023, de 9 de mayo, podrá obtenerlo en los dos cursos siguientes a través de la realización de pruebas o actividades personalizadas extraordinarias de las materias o ámbitos que no haya superado. Los centros docentes establecerán en el Proyecto educativo el procedimiento para el desarrollo de las mismas.

2.- Las pruebas estarán basadas en planes de recuperación que elaborarán los correspondientes departamentos de coordinación didáctica. Estos planes contemplarán los elementos curriculares de cada materia, tomando en especial consideración sus criterios de evaluación, así como las actividades y las pruebas objetivas propuestas para la superación de la misma. Se determinará el calendario de actuaciones a tener en cuenta por el alumnado.

3.- Las personas interesadas que cumplan los requisitos deberán solicitar en el centro donde han cursado cuarto curso su participación en dicho procedimiento, cumplimentando para ello el modelo que se establezca a tales efectos. La inscripción deberá realizarse durante los diez últimos días naturales del mes de junio de cada año.

4.- Las pruebas, organizadas por los departamentos de coordinación didáctica, en coordinación con la jefatura de estudios, se realizarán en los cinco primeros días de septiembre.

5.- Una vez resueltas las solicitudes, las personas admitidas podrán retirar de la secretaría de los centros el plan de recuperación.

En este sentido, el departamento establece una prueba de los contenidos más relevantes de 4º de la ESO (Calentamiento y Condición física, fútbol sala y voleibol), dicha prueba será de tipo test con una posible solución entre tres, con total de entre 75 y 100 preguntas cuya duración será de máximo de dos horas. Dicha prueba se realizará en septiembre y el centro establecerá un calendario.

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.

6. Temporalización:**6.1 Unidades de programación:**

Las Situaciones de aprendizaje para este nivel son:

- Diseño y puesta en práctica de calentamientos específicos y vuelta a la calma.
- La alimentación saludable.
- Test, circuitos y pruebas de condición física.
- El aparato locomotor: identificación y conocimiento del funcionamiento de los músculos.
- Métodos de entrenamiento para la mejora de la condición física.
- Trabajo de fuerza (crossfit) y resistencia (carrera a ritmo).
- La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
- Técnicas de relajación: yoga, meditación guiada, etc.
- Deportes de raqueta: bádminton.
- Deportes colectivos: baloncesto y voleibol.
- Organización y realización de eventos deportivos.
- Soporte vital básico: posición lateral de seguridad, reanimación cardiopulmonar y OVACE.
- Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo a través del baile.
- Deportes alternativos: combas,...
- Realización de actividades en el medio natural como medio para la ocupación del tiempo de ocio (orientación).

6.2 Situaciones de aprendizaje:**7. Actividades complementarias y extraescolares:**

Ninguna actividad prevista.

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.

Para aquellos alumnos con la materia pendiente del curso anterior, deberán entregar de forma periódica a lo largo de curso escolar aquellos trabajos, actividades y controles que el Departamento de Educación Física vaya proponiendo, según el nivel de enseñanza donde se encuentre cada uno. Durante el curso la entrega de trabajos se realizará a través de la plataforma Classroom.

Es el profesor que imparta la Educación Física en el curso actual junto con el Jefe de Departamento los que evalúan y llevan el control de estos alumnos. La evaluación final del alumno tendrá en cuenta todas las notas parciales que vaya obteniendo en cada una de las actividades propuestas, y será importante respetar las fechas de entrega de cada una de ellas. El profesorado de este departamento, informarán periódicamente a la familia de la situación del alumnado con materias pendientes a través del tutor/a con las observaciones compartidas en Séneca.

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 complementen 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 en comunicación lingüística.	
Descriptores operativos:	
CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.	
CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.	
CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente 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 adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.	
CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.	
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 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 digital.	
Descriptores operativos:	
CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.	
CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.	
CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.	
CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.	
CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.	
Competencia clave: Competencia ciudadana.	
Descriptores operativos:	
CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.	
CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.	
CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa, y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.	
CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.	

Competencia clave: Competencia emprendedora.
Descriptores operativos:
CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.
CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.
CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.
Competencia clave: Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
Descriptores operativos:
STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.
STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.
STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos), y aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal, con ética y responsabilidad para compartir y construir nuevos conocimientos.
STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.
Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.
Descriptores operativos:
CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.
CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.
CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.
CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.
Competencia clave: Competencia plurilingüe.
Descriptores operativos:
CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus

necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.
CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.
CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

Competencia clave: Competencia en conciencia y expresión culturales.

Descriptores operativos:

CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

10. Competencias específicas:

Denominación

EFI.4.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.
EFI.4.2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.
EFI.4.3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.
EFI.4.4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.
EFI.4.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

11. Criterios de evaluación:

Competencia específica: EFI.4.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

Criterios de evaluación:

EFI.4.1.1.Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, haciendo uso de diferentes sistemas de entrenamiento y aplicando de manera autónoma diversas herramientas informáticas que permitan evolución de la mejora motriz, según las necesidades e intereses individuales y respetando, aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás, en diferentes manifestaciones motrices y contextos.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.4.1.2.Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.4.1.3.Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, en diferentes contextos y situaciones de riesgo y actuando de manera preventiva en su caso.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.4.1.4.Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes valorando diferentes contextos y lesiones para aplicar de manera autónoma medidas específicas de primeros auxilios.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.4.1.5.Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, en diferentes contextos y situaciones, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.4.1.6.Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFI.4.2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Criterios de evaluación:

EFI.4.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, consolidando actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.4.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.

Método de calificación: Media aritmética.

EFI.4.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas de forma autónoma en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFl.4.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Criterios de evaluación:

EFl.4.3.1.Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

Método de calificación: Media aritmética.

EFl.4.3.2.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final, valorando el proceso.

Método de calificación: Media aritmética.

EFl.4.3.3.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFl.4.4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.

Criterios de evaluación:

EFl.4.4.1.Contextualizar la influencia social del deporte social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía o las de otros lugares del mundo.

Método de calificación: Media aritmética.

EFl.4.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.

Método de calificación: Media aritmética.

EFl.4.4.3.Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.

Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EFl.4.5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

Criterios de evaluación:

EFl.4.5.1.Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos andaluces, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando de forma autónoma el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando colaborativa y/o cooperativamente actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

Método de calificación: Media aritmética.

EFl.4.5.2.Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales, y colectivas con autonomía.

Método de calificación: Media aritmética.

12. Sáberes básicos:

A. Vida activa y saludable.
1. Salud física.
1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.
2. Autorregulación y planificación del entrenamiento.
3. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.
4. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.
5. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.
2. Salud social.
1. Suplementación y dopaje en el deporte.
2. Riesgos y condicionantes éticos.
3. Salud mental EFI.
1. Exigencias y presiones de la competición.
2. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación.
3. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros).
4. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.
B. Organización y gestión de la actividad física.
1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.
2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
3. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
5. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.
6. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.
7. Prevención de accidentes en las prácticas motrices.
8. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
9. Actuaciones críticas ante accidentes.
10. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Soporte vital básico (SVB).
C. Resolución de problemas en situaciones motrices.
1. Toma de decisiones.
1. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.
2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.
3. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.
4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.
5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
2. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
1. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
3. Capacidades condicionales.
1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
2. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.
3. Sistemas de entrenamiento.
4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.

1. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.
1. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.
6. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.
1. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.
D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
1. Autorregulación emocional.
1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.
2. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
2. Habilidades sociales.
1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.
E. Manifestaciones de la cultura motriz.
1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
2. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
1. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
3. Organización de espectáculos y eventos artístico expresivos.
1. Organización de espectáculos y eventos artístico expresivos.
4. Deporte y perspectiva de género. Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.
1. Deporte y perspectiva de género. Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.
5. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.
1. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.
6. Los Juegos Olímpicos.
1. Repercusión cultural, económica y política de los juegos olímpicos.
2. Los juegos olímpicos desde la perspectiva de género.
F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.
1. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
2. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
3. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos urbanos y naturales de la red de espacios protegidos andaluces.
4. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

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	CCEC4	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CP5AA1	CP5AA2	CP5AA3	CP5AA4	CP5AA5	CP1	CP2	CP3
EFI.4.1						X	X		X							X								X					X		X				
EFI.4.2												X	X																						
EFI.4.3			X															X										X		X		X			
EFI.4.4		X	X					X											X	X	X	X												X	
EFI.4.5				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.
CPSAA	Competencia personal, social y de aprender a aprender.
CP	Competencia plurilingüe.