

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA

EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

2019/2020

ASPECTOS GENERALES

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

ELEMENTOS Y DESARROLLOS CURRICULARES

EDUCACIÓN FÍSICA - 1º DE E.S.O.



**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA
EDUCACIÓN FÍSICA
EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA
2019/2020**

ASPECTOS GENERALES

A. Contextualización

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 8.2 del Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, «los centros docentes establecerán en su proyecto educativo los criterios generales para la elaboración de las programaciones didácticas de cada una de las materias y, en su caso, ámbitos que componen la etapa, los criterios para organizar y distribuir el tiempo escolar, así como los objetivos y programas de intervención en el tiempo extraescolar, los criterios y procedimientos de evaluación y promoción del alumnado, y las medidas de atención a la diversidad, o las medidas de carácter comunitario y de relación con el entorno, para mejorar el rendimiento académico del alumnado».

Asimismo y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 5 de la Orden 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso del aprendizaje del alumnado, «a tales efectos, y en el marco de las funciones asignadas a los distintos órganos existentes en los centros en la normativa reguladora de la organización y el funcionamiento de los mismos, y de conformidad con lo establecido en el artículo 7.2 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, desarrollarán y complementarán, en su caso, el currículo en su proyecto educativo y lo adaptarán a las necesidades de su alumnado y a las características específicas del entorno social y cultural en el que se encuentra, configurando así su oferta formativa».

Además y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 2.6 de la Orden 14 de julio, «los departamentos de coordinación didáctica elaborarán las programaciones correspondientes a los distintos cursos de las materias que tengan asignadas a partir de lo establecido en los Anexos I, II y III, mediante la concreción de los objetivos establecidos, la ordenación de los contenidos, los criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación y calificación, y su vinculación con el resto de elementos del currículo, así como el establecimiento de la metodología didáctica».

Análisis de contexto
Resumen



Análisis de contexto
 IES Núm. 1 Universidad Laboral de Málaga
 (Proyecto educativo)

1 Características generales

1.1 Datos de identificación

¿ Nombre del Centro: I.E.S. Núm. 1 ¿Universidad Laboral¿. Málaga

¿ Tipo de Centro: público. Código de Centro: 29700242

¿ Dirección postal: Julio Verne, 6 (Apartado de correos 9170)

¿ Localidad: Málaga. Provincia: Málaga. Código postal. 29191

¿ Teléfono: 951298580 Fax: 951298585

¿ Correo electrónico: 29700242.edu@juntadeandalucia.es

¿ Enlaces propios IES Universidad Laboral de Málaga:

 Pág. Web: www.universidadlaboraldemalaga.es

 Blog de FP: <http://fpuniversidadlaboral.wordpress.com/>

 Aula virtual Moodle: www.equidadeducativa.es

 Aula virtual Chamilo: <http://www.unimalagaeduca.es/>

 Blogs educativos: <http://www.unimalagablog.es/>

1.2 Programas educativos

1.2.1. Programa de centro bilingüe ¿ Inglés.

Programa permanentemente. En desarrollo desde el curso 2011/12.

Nuestro programa bilingüe (dentro del Plan de Plurilingüismo de Andalucía) pretende mejorar las competencias comunicativas de nuestro alumnado en lo que respecta al conocimiento y la práctica de la lengua inglesa; una mayor competencia en inglés propiciará en nuestro alumnado una mayor movilidad y un mejor acceso a la información, más allá de nuestras fronteras lingüísticas, de forma que puedan enfrentarse con garantías de éxito a los desafíos y a las posibilidades de la sociedad actual.

La modalidad de enseñanza bilingüe no es la mera enseñanza de una lengua extranjera, y por tanto implica cambios metodológicos, curriculares y organizativos. El énfasis no estará en la lengua inglesa en sí, sino en su capacidad de comunicar y transmitir conocimiento. El AICLE (aprendizaje integrado de contenidos y lenguas extranjeras) intenta proporcionar la naturalidad necesaria para que haya un uso espontáneo del idioma en el aula.

¿ El IES Universidad Laboral de Málaga ha obtenido la Carta Universitaria Erasmus Ampliada, lo cual significa que participaremos en la acción:

 ¿Movilidad de estudiantes para prácticas¿.

1.2.2. Erasmus 2014 / 2020

La comisión europea concedió al IES Universidad Laboral de Málaga la Erasmus Carta Charter For Higher Education (Erasmus + ECHE) para el periodo 2014-2020

Erasmus es el programa de la Comisión europea en Educación Superior que se enmarca dentro del Programa de Aprendizaje Permanente.

El sistema educativo español sitúa en el ámbito de la enseñanza superior las enseñanzas de la formación profesional de grado superior.

Esta propuesta supone un prestigio y reconocimiento de la Formación Profesional, a la vez que permite al alumnado de los ciclos superiores un mayor reconocimiento académico.

1.3 Planes y proyectos educativos que desarrolla

Planes / Proyecto Educativo Período de aplicación

Planes de compensación educativa Desde 01/09/2011 - 31/08/2020

Plan de apertura de centros docentes Permanentemente

Plan de igualdad de género en educación Permanentemente

Plan de Salud Laboral y P.R.L. Permanentemente

Proyectos Centros T.I.C. Permanentemente

Escuela TIC 2.0 Permanentemente

Red Andaluza Escuela: "Espacio de Paz" Desde 01/09/2019 - 31/08/2020

Prácticum Máster Secundaria Desde 01/09/2019 - 31/08/2020

Proyecto lingüístico de centro Desde 01/09/2018 -31/08/2020

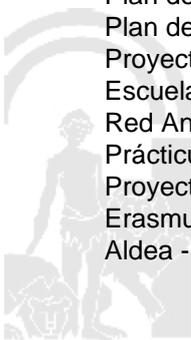
Erasmus + Proyecto movilidad+(FP) Grado superior Permanentemente

Aldea - Proyecto Educación ambiental para la comunidad Desde 01/09/2019 - 31/08/2020

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 29700242

Fecha Generación: 09/06/2020 16:57:13



Erasmus + (FP) Grado superior Desde 01/09/2018 ¿31/08/2019
 Prácticas de CC.E y Psicología Desde 01/09/2019 ¿31/08/2020
 Prácticum Grado Maestro Desde 01/09/2019 - 31/08/2020
 Programa de centro bilingüe ¿ Inglés Permanentemente
 Convivencia Escolar Desde 01/09/2019 ¿31/08/2020
 Erasmus+TOUROPEAN Desde 01/09/2019 - 31/08/2020
 Erasmus +Desarrollo Europeo de soft tics en un aprendizaje colaborativo más allá del aula Desde 01/09/2019 - 31/08/2020

1.4 Servicios ofertados por el Centro

- ¿ Aula matinal
- ¿ Comedor escolar (en Residencia Andalucía)
- ¿ Actividades Extraescolares
- ¿ Programa de Acompañamiento escolar
- ¿ Transporte Escolar
- ¿ Transporte escolar adaptado (alumnado con n.e.e.)
- ¿ Apoyo lingüístico a alumnado inmigrante (PALI)
- ¿ Equipo de apoyo escolar a alumnado sordo
- ¿ Intérpretes de Lengua de Signos (LSE)
- ¿ Apoyo específico a alumnado ciego

1.5 Centros de educación primaria adscritos

 Centros adscritos:

- ¿ 29003890 - C.E.I.P. Luis Buñuel
- ¿ 29009338 - C.E.I.P. Carmen de Burgos (50%)
- ¿ 29011345 - C.E.I.P. Pintor Denis Belgrano (50%)
- ¿ 29602049 - C.E.I.P. Gandhi
- ¿ 29011412 - C.E.I.P. Rectora Adelaida de la Calle
-  Centro que forma parte del itinerario educativo del Centro
- ¿ 29016185 - C.E.I.P. Almudena Grandes (50%)

1.6 Ubicación del centro

El Instituto está ubicado en la Urbanización malagueña del Atabal en la calle Julio Verne 6, que pertenece al Distrito municipal del Puerto de la Torre. Este barrio tiene su origen en la construcción de viviendas sociales a principios de los años setenta La Colonia de Santa Inés (actualmente Distrito de municipal de Teatinos), así como en otras construcciones posteriores de carácter público: los Ramos, Finca Cabello, Teatinos, el Atabal, etc. es colindante con Finca Cabello, la Residencia Militar ¿Castañón de Mena¿, la Depuradora de Aguas del Ayuntamiento (EMASA) y El Colegio Los Olivos.

1.7 Dependencias

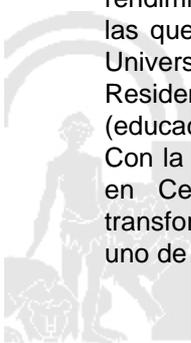
El Centro tiene un recinto educativo de 200.000 m2 (que comparte con la Residencia Escolar Andalucía), en el que se distribuyen siete pabellones educativos, algunas construcciones auxiliares, instalaciones deportivas y zonas verdes, de acuerdo con el siguiente plano:

En el curso 2016/17 se inauguró el Gimnasio con un aulario (tres aulas).

1.8 Algo de historia

El Centro abre sus puertas en 1973 como un Centro de Universidades Laborales (centros estatales de alto rendimiento educativos), perteneciente a las Mutualidades Laborales, y dependiente del Ministerio de Trabajo, en las que se impartía tanto Bachillerato como Enseñanzas Profesionales (y en algunas Laborales Diplomaturas Universitarias). El Centro disponía de un internado (administrativamente segregado en la actualidad, como Residencia Escolar) para alumnado becado, procedente del medio rural y/o de familias con bajo nivel de renta (educación compensatoria).

Con la llegada de la democracia y a partir de 1977 todas las Universidades Laborales de España se convierten en Centros de Enseñanzas Integradas (C.E.I.), pasando a depender del Ministerio de Educación; transformándose en un Complejo Educativo que consta de un Instituto de Enseñanzas Medias (bachillerato) y uno de Formación Profesional, de forma integrada; por lo que imparte tanto el nuevo Bachillerato (BUP y C.O.U),



instaurado por la Ley de Educación de 1975, cómo la nueva FP (en nuestro caso las ramas de Química, Delineación y Administrativo).

En la década de los 80 el Centro acoge las enseñanzas experimentales de bachillerato denominadas Reforma de las Enseñanzas Medias (R.EE.MM) o popularmente ¿la-rem¿, experiencia piloto previa a la LOGSE e inspiradora de esta. En el curso 1986/87, tras la aprobación del Real Decreto de 1985 de Educación Especial (derivado de la LISMI), el Instituto es designado como Centro experimental para la integración de alumnado con discapacidad, principalmente alumnado sordo.

En el curso 1992/93 el Centro es autorizado para anticipar e impartir las enseñanzas derivadas de la nueva ley de educación (LOGSE, 1990), ESO y Bachillerato, que conviven algunos años con las anteriores Enseñanzas mencionadas (BUP, COU, FP y R.EE.MM.).

En esta década de los 90, pasa a ser oficialmente Centro de Integración, convirtiéndose en un Centro pionero y de referencia en la integración de alumnado con discapacidad para el resto de Centros educativos de Secundaria de nuestra Comunidad Autónoma, tanto para alumnado sordo como para alumnado con diversidad funcional motórica.

En esta década de los 90 inicia también la atención de alumnado con diversidad funcional (discapacidad) psíquica, especialmente alumnado con síndrome de Down, primero como FP-especial, después como Programas de Garantía Social y actualmente como PCPI para alumnado con n.e.e. (Marroquinería, Ayudante de cocina y Ayudante de jardinería). Enseñanzas estas en los que su alumnado comparte recinto, instalaciones, recreo, actividades complementarias, extraescolares, celebraciones, eventos, excursiones, etc., con el resto del alumnado del Centro.

Cabe destacar que desde hace más de 18 años el centro viene siendo una referencia para Málaga en la Integración (inclusión) de alumnado con n.e.e., en todas las Enseñanzas y niveles que imparte, llegando a contar con 200 alumnos y alumnas con n.e.a.e. censados oficialmente.

Actualmente, el IES ¿Universidad Laboral¿ de Málaga es uno de los Institutos de Secundaria más grandes de la provincia de Málaga. Tiene autorizados 83 unidades, todas ellas grupos de docencia ordinarios de carácter presencial, correspondientes a las enseñanzas de ESO, Bachillerato y FP, tanto de grado medio, como superior y formación profesional básica. En los que se distribuyen unos 2124 alumnos y alumnas, contando con una plantilla de 188 profesores y profesoras (agrupados en 23 departamentos didácticos), 4 monitores de EE (PAEC), 4 intérpretes de Lengua de Signos (LSE), 3 auxiliares de conversación y un colectivo de 22 personas de Administración y Servicios (PAS). Desarrollándose toda la actividad docente en un solo turno, desde las 8¿15 a las 14¿45 excepto 6 unidades de ciclos formativos, que tiene horario de 15¿00 a 21¿00 hora.

1.9 Oferta educativa. Enseñanzas y grupos

El Centro oferta las enseñanzas y cursos que se detallan en la tabla adjunta:

Enseñanzas y Cursos Unidades

Enseñanza Secundaria Obligatoria

1º de E.S.O. 7

2º de E.S.O. 9

3º de E.S.O. 10

4º de E.S.O. 8

Bachillerato

1º y 2º de Bachillerato (Ciencias y Tecnología) 3,5

1º y 2º de Bachillerato (Humanidades y Ciencias Sociales) 6,5

1º y 2º de Bachillerato (Artes (Artes Plásticas, Diseño e Imagen)) 2

Formación Profesional Básica

1º F.P.B. (Agrojardinería y Composiciones Florales) 1

1º F.P.B. (Cocina y restauración) 1

1º de Programa Específico de FPB (Agrojardinería y composiciones Florales) 1

1º de Programa Específico de FPB (Arreglo y Reparación de Artículos Textiles) 1

1º de Programa Específico de FPB (Cocina y restauración) 1

2º de F.P.B. (Auxiliar en Viveros, Jardines y Parques) 1

2º de F.P.B. (Ayudante de Cocina) 1

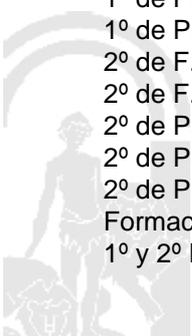
2º de Programa específico de FPB (Agrojardinería y composiciones Florales) 1

2º de Programa Específico de FPB (Arreglo y Reparación de Artículos Textiles) 1

2º de Programa Específico de FPB (Cocina y restauración) 1

Formación Profesional Grado Medio

1º y 2º F.P.I.G.M. Operaciones de Laboratorio 2+1



1º y 2º F.P.I.G.M. Gestión Administrativa 2
 1º y 2º F.P.I.G.M. Jardinería y Floristería 2
 1º y 2º F.P.I.G.M. Cocina y Gastronomía. 2+1
 Formación Profesional Grado Superior
 1º y 2º F.P.I.G.S. (Administración y Finanzas) 2
 1º y 2º F.P.I.G.S. (Gestión Forestal y del Medio Natural) 2
 1º F.P.I.G.S. (Mediación Comunicativa) 2+2
 1º y 2º F.P.E.G.S. (Prevención de Riesgos Profesionales) 2
 1º y 2º F.P.E.G.S. (Química Ambiental) 2
 1º y 2º F.P.I.G.S. (Laboratorio de Análisis y de Control de Calidad) 2
 1º y 2º F.P.I.G.S. Paisajismo y Medio rural 2
 1º y 2º F.P.I.G.S (Fabricación de Productos Farmacéuticos Biotecnológico y Afines) 1
 Total Unidades 83

B. Organización del departamento de coordinación didáctica

Profesores que imparten la asignatura en 1º ESO
 Raúl Reina en 1º ESO B, D, F y G
 Consuelo Cabeza en 1º ESO A, C y E

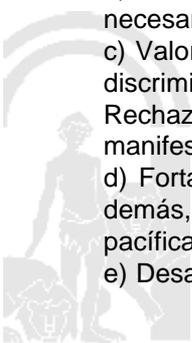
C. Justificación legal

- Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre para la mejora de la calidad educativa.
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.
- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
- Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la 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 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso del aprendizaje del alumnado.
- Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los institutos de educación secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.

D. Objetivos generales de la etapa

Conforme a lo dispuesto en el artículo 3 del Decreto 111/2016, de 14 de junio 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 los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, 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 la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.
- 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. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.

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 propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.

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

l) Apreiciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

Además de los objetivos descritos en el apartado anterior, la Educación Secundaria Obligatoria en Andalucía contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que le permitan:

a) Conocer y apreciar las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades.

b) Conocer y apreciar los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, así como su medio físico y natural y otros hechos diferenciadores de nuestra Comunidad, para que sea valorada y respetada como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.

E. Presentación de la materia

La Educación Física es una materia del bloque de asignaturas específicas en todos los cursos de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria.

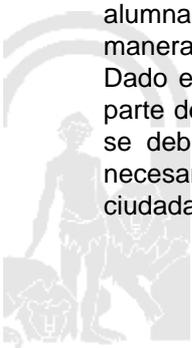
La materia de Educación Física está orientada fundamentalmente, a profundizar en el conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida, en relación con la consolidación de hábitos regulares de práctica de actividad física saludable en la vida cotidiana y, también, ocupación activa del ocio y tiempo libre. Todo esto brindará al alumnado las oportunidades necesarias para adquirir aptitudes características de ciudadanos y ciudadanas con confianza en sí mismas y socialmente responsables, promoviendo una vida activa a lo largo de los años y una mejor calidad de vida en todos los aspectos.

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

La Declaración de Berlín 2013, producto de la Conferencia Internacional de Ministros encargados del Deporte de la UNESCO, establece que ¿la Educación Física en la escuela y en todas las demás instituciones educativas es el medio más efectivo para dotar a todos los niños y jóvenes de competencias, aptitudes, actitudes, valores, conocimientos y comprensión para su participación en la sociedad a lo largo de la vida¿.

En esta etapa, se irán desarrollando capacidades y competencias en el alumnado, partiendo, en el primer curso, de la orientación y guía más directa del profesorado, buscando, progresivamente, a lo largo de la etapa, que el alumnado vaya desarrollando autonomía hasta llegar a ser capaz de organizar su propia actividad física de manera autónoma, responsable y crítica.

Dado el carácter terminal y propedéutico que tiene el segundo ciclo de la Enseñanza Secundaria Obligatoria, parte del alumnado que termina esta enseñanza no volverá a cursar la materia de Educación Física, por lo que se debe garantizar, por tanto, que el alumnado a lo largo de esta enseñanza adquiera las competencias necesarias para responsabilizarse del cuidado y mejora de su calidad de vida como futuros ciudadanos y ciudadanas, fomentando el ocio activo y los hábitos de vida saludable.



F. Elementos transversales

La Educación Física trabaja 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.

La educación vial se potenciará con actividades tales como el fomento de la práctica de desplazamientos activos al centro y en la vida cotidiana.

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.

G. Contribución a la adquisición de las competencias claves

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

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

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

El sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP) será fomentado desde la materia otorgando al alumnado funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal. Asimismo, se trabajará la competencia en comunicación lingüística (CCL) a través de la amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva. Esta materia también contribuye al desarrollo de la competencia conciencia y expresiones culturales (CEC) a través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

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

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 29700242

Fecha Generación: 09/06/2020 16:57:13



Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 29700242

Fecha Generación: 09/06/2020 16:57:13



H. Recomendaciones de metodología didáctica y estrategias metodológicas

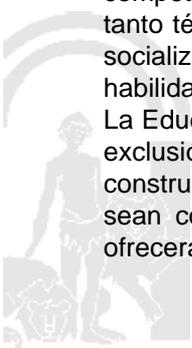
De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 7 del Decreto 111/2016 de 14 de Junio y el artículo 4 de la Orden de 14 de julio de 2016, las recomendaciones de metodología didáctica para la Educación Secundaria Obligatoria son las siguientes:

1. El proceso de enseñanza-aprendizaje competencial debe caracterizarse por su transversalidad, su dinamismo y su carácter integral y, por ello, debe abordarse desde todas las materias y ámbitos de conocimiento. En el proyecto educativo del centro y en las programaciones didácticas se incluirán las estrategias que desarrollará el profesorado para alcanzar los objetivos previstos, así como la adquisición por el alumnado de las competencias clave.
2. Los métodos deben partir de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo en el alumnado, ajustándose al nivel competencial inicial de éste y teniendo en cuenta la atención a la diversidad y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo.
3. Los centros docentes fomentarán la creación de condiciones y entornos de aprendizaje caracterizados por la confianza, el respeto y la convivencia como condición necesaria para el buen desarrollo del trabajo del alumnado y del profesorado.
4. Las líneas metodológicas de los centros docentes tendrán la finalidad de favorecer la implicación del alumnado en su propio aprendizaje, estimular la superación individual, el desarrollo de todas sus potencialidades, fomentar su autoconcepto y su autoconfianza, y los procesos de aprendizaje autónomo, y promover hábitos de colaboración y de trabajo en equipo.
5. Las programaciones didácticas de las distintas materias de la Educación Secundaria Obligatoria incluirán actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, la práctica de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público.
6. Se estimulará la reflexión y el pensamiento crítico en el alumnado, así como los procesos de construcción individual y colectiva del conocimiento, y se favorecerá el descubrimiento, la investigación, el espíritu emprendedor y la iniciativa personal.
7. Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información y para aplicar procesos de análisis, observación y experimentación, adecuados a los contenidos de las distintas materias.
8. Se adoptarán estrategias interactivas que permitan compartir y construir el conocimiento y dinamizarlo mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas y diferentes formas de expresión.
9. Se emplearán metodologías activas que contextualicen el proceso educativo, que presenten de manera relacionada los contenidos y que fomenten el aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, favoreciendo la participación, la experimentación y la motivación de los alumnos y alumnas al dotar de funcionalidad y transferibilidad a los aprendizajes.
10. Se fomentará el enfoque interdisciplinar del aprendizaje por competencias con la realización por parte del alumnado de trabajos de investigación y de actividades integradas que le permitan avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.
11. Las tecnologías de la información y de la comunicación para el aprendizaje y el conocimiento se utilizarán de manera habitual como herramientas integradas para el desarrollo del currículo.

Basándonos en las recomendaciones metodológicas anteriores, para la materia de Educación Física se pueden tener en cuenta las siguientes estrategias metodológicas recogidas en la parte correspondiente del Anexo de la Orden de 14 de julio de 2016.

Los estilos de enseñanza y aprendizaje y la estrategias metodológicas utilizadas generarán climas de aprendizaje que contribuyan óptimamente al desarrollo integral 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 reproductivas 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.

La 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. La 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.

La 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 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 deberá implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad se deberá tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a 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 educativa.

Como ya se dijo anteriormente, 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 de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida.

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

 La metodología tendrá un enfoque básicamente investigador y flexible, manteniéndose en continua revisión.

 El alumno será protagonista de su propio aprendizaje, para ello se utilizará un método inductivo, global y participativo, procurando la implicación del alumnado en su proceso de aprendizaje con responsabilidad.

 Emplear variedad de estilos, técnicas y estrategias que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave. Concretamente, según el contenido y el grupo, se emplearán tanto técnicas reproductivas como de indagación, así como estilos que fomenten individualización, socialización, creatividad y participación del alumnado, así como estilos cognitivos y tecnológicos.

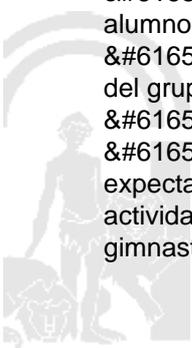
 Se valorará el proceso de aprendizaje, sobre los resultados obtenidos, planteando metas en referencia a los propios alumnos y evitando comparaciones entre ellos.

 Facilitará la reflexión y el análisis crítico que posibilitará un intercambio de experiencias. Se inducirá al alumno para que extraiga conclusiones a partir del propio trabajo.

 La enseñanza será, en gran medida, individualizada, adecuándose a las diferencias y peculiaridades del grupo y de cada alumno.

 Procurar un alto grado de compromiso motor, para conseguir desarrollar la competencia motriz.

 Se crearán climas de aprendizaje óptimos, mediante planteamientos que conecten con los intereses y expectativas del alumnado. Dando en cada una de las unidades didácticas la posibilidad de continuar realizando actividad física fuera del entorno educativo: facilitando un listado de clubes, gimnasios, espectáculos deportivos, gimnastradas o espacios deportivos cercanos.



• Debemos programar cuidadosamente, basándonos en la interdisciplinariedad y en los elementos transversales, persiguiendo la Humanización de la que antes hablábamos.

• Plantear tareas orientadas a la autonomía en la organización y realización del trabajo, variadas con interés personal e implicación activa del alumnado.

• Prever aproximaciones sucesivas, con diferentes niveles de complejidad y profundidad, a unos mismos contenidos de aprendizaje, de tal manera que sea posible abordarlos desde niveles de conocimientos distintos.

• El papel del profesor será básico, para proponer actividad con igualdad efectiva y real de oportunidades, contrarrestando discriminaciones de todo tipo.

• Se deberá preservar la seguridad física así como afectiva y emocional del alumnado, minimizando los posibles riesgos derivados de la práctica de actividad física y atendiendo a los protocolos de actuación en caso de accidente.

• Fomentar el trabajo en grupo, la interacción alumno-alumno y alumno-profesor, como instrumento válido para dinamizar los procesos de aprendizaje, procurando facilitar feedback adaptados a cada persona y situación.

• Favorecer el uso de las tecnologías de la información y comunicación como medio de conocimiento, apoyo y ampliación. Así como otros materiales complementarios (videos, diapositivas, transparencias, música, informática, etc.) que faciliten a los alumnos sus aprendizajes. Fomentando de manera notoria la interdisciplinariedad con el área de informática.

• Potenciar la utilización de la biblioteca para favorecer los hábitos de lectura y la búsqueda de información complementaria y ampliación de conocimientos. Trabajar con informaciones diversas.

• Proponer, en cada unidad didáctica, actividades de refuerzo y apoyo destinadas a los alumnos que presenten dificultades para conseguir el ritmo de la clase, reconociendo y apoyando el progreso individual del alumnado

• Realizar actividades complementarias y extraescolares (visitas culturales, conciertos, exposiciones, excursiones, etc.) como instrumento singular para favorecer el aprendizaje y la convivencia.

• Antes y después de la actividad física se favorecerán hábitos relacionados con la higiene y la salud, como el aseo corporal, cambio de vestuario, alimentación adecuada, práctica regular de actividad física.

• El medio natural y urbano constituirá un contexto de aprendizaje enriquecedor donde concurren de forma global todas las áreas, especialmente la de Educación Física.

• Se evaluarán todos los elementos del acto didáctico: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, la propia evaluación, etc.

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

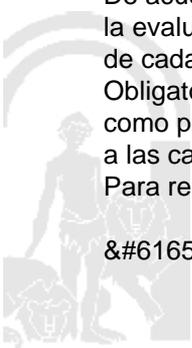
De conformidad con lo dispuesto en el artículo 13.1 de la Orden de 14 de julio de 2016, «la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua, formativa, integradora y diferenciada según las distintas materias del currículo».

Asimismo y de acuerdo con el artículo 14 de la Orden de 14 de julio de 2016, «los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y el logro de los objetivos de la etapa en las evaluaciones continua y final de las distintas materias son los criterios de evaluación y su concreción en los estándares de aprendizaje evaluables». Además para la evaluación del alumnado se tendrán en consideración los criterios y procedimientos de evaluación y promoción incluidos en el proyecto educativo del centro, así como los criterios de calificación incluidos en la presente programación didáctica.

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 15 de la Orden de 14 de julio de 2016, «el profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna y de su maduración personal en relación con los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y las competencias clave. A tal efecto, utilizará diferentes procedimientos, técnicas o instrumentos como pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, ajustados a los criterios de evaluación y a las características específicas del alumnado».

Para realizar la planificación de este apartado, se tomará como referencia los siguientes elementos:

• Los criterios de evaluación establecidos por el R.D. 1105/2014 para 1º ciclo.



Los objetivos didácticos de esta programación

Los bloques de contenidos

Las unidades didácticas planificadas.

La LOMCE, define los Criterios de evaluación como el grado de adquisición de las competencias y del logro de los objetivos de cada enseñanza y etapa educativa de esta forma se consideran como referentes de evaluación que definen lo que se quiere valorar, lo que el alumnado debe lograr, tanto en términos de conceptos como en procedimientos o actitudes. Responden directamente a lo que se pretende lograr con la asignatura.

Así, desde la Orden de 14 de julio de 2016, señalamos la vinculación entre los criterios de evaluación y las competencias clave.

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.
5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. CMCT, CAA.
6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. CMCT, CAA, CSC.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. CCL, CSC.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios. CCL, CD, CAA.
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.
13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva. CCL, CD, CAA.

Sin embargo, los Estándares de Aprendizaje Evaluables se definen como concreciones de los criterios de evaluación que permiten definir los resultados de los aprendizajes y concretan mediante acciones lo que el alumno debe saber y saber hacer en cada asignatura. Deben permitir graduar el rendimiento o logro alcanzado. Tienen que ser observables, medibles y evaluables ya que contribuyen y facilitan el diseño de pruebas estandarizadas y comparables. (LOMCE, 2013)

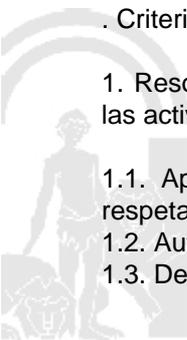
Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables asociados.

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.

1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.



1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.

2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.

2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.

2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.

3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.

3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.

4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.

4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva

4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.

5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

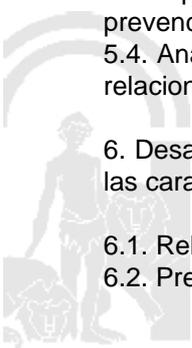
5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.



6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.

7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas

8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.

9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

10. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,¿), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.

12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.

13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.

Este último es un nuevo elemento del currículo que introduce la LOMCE, pero que en Andalucía, en la orden, no se han desarrollado y se da autonomía al profesorado para que a partir de los estándares establecidos en el RD 1105/2014 especifique unos indicadores de logro (de aprendizaje) para su alumnado. A continuación, se exponen los criterios de evaluación establecidos por la Orden de 14 julio de 2016 para 1º ESO y la relación de los contenidos siguiendo la Orden y el RD 1105/2014.

J. Medidas de atención a la diversidad

Los centros docentes desarrollarán las medidas, programas, planes o actuaciones para la atención a la diversidad establecidas en el Capítulo IV del Decreto 111/2016, de 14 de Junio, así como en el Capítulo IV de la



Orden de 14 de julio de 2016 en el marco de la planificación de la Consejería competente en materia de educación.

K. Actividades complementarias y extraescolares

- .Jornada de convivencia en la playa (IES Universidad Laboral y SESO)
- .Carrera de Orientación en Los Llanos de Coín
- . Día blanco en Sierra Nevada
- . Fútbol, pádel y zumba en Vals Sport el Cónsul
- . Iniciación al pádel en vals sport El Cónsul
- . Actividades en la Naturaleza en EL Molino de Madaura

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



ELEMENTOS Y RELACIONES CURRICULARES
EDUCACIÓN FÍSICA - 1º DE E.S.O.

A. Elementos curriculares

1. Objetivos de materia

La enseñanza de esta materia en esta etapa tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

Código	Objetivos
1	Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2	Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3	Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4	Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5	Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
6	Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
7	Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8	Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
9	Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10	Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
11	Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.
12	Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

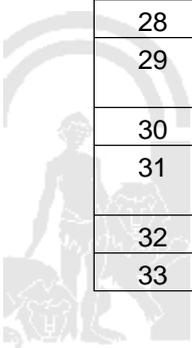
Cód.Centro: 29700242

Fecha Generación: 09/06/2020 16:57:13



2. Contenidos

Contenidos	
Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.	
Nº Ítem	Ítem
1	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.
2	Bloque 1. Salud y calidad de vida. La alimentación y la salud.
3	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas.
4	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural.
5	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Técnicas básicas de respiración y relajación.
6	Bloque 1. Salud y calidad de vida. La estructura de una sesión de actividad física.
7	Bloque 1. Salud y calidad de vida. El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física.
8	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.
9	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana.
10	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las normas en las sesiones de Educación Física.
11	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico.
12	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)
13	Bloque 2. Condición física y motriz. Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices.
14	Bloque 2. Condición física y motriz. Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud.
15	Bloque 2. Condición física y motriz. Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices.
16	Bloque 2. Condición física y motriz. Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.
17	Bloque 2. Condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria.
18	Bloque 2. Condición física y motriz. Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.
19	Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos predeportivos.
20	Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
21	Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas.
22	Bloque 3. Juegos y deportes. Equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc.
23	Bloque 3. Juegos y deportes. Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración.
24	Bloque 3. Juegos y deportes. Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc.
25	Bloque 3. Juegos y deportes. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición.
26	Bloque 3. Juegos y deportes. Objetivos del juego de ataque y defensa.
27	Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos alternativos, como por ejemplo: hockey escolar, ultimate, rugby escolar, etc.
28	Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos cooperativos.
29	Bloque 3. Juegos y deportes. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas.
30	Bloque 3. Juegos y deportes. Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora.
31	Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.
32	Bloque 3. Juegos y deportes. La actividad física y la corporalidad en el contexto social.
33	Bloque 3. Juegos y deportes. Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.



Contenidos	
Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.	
Nº Ítem	Ítem
34	Bloque 4. Expresión corporal. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
35	Bloque 4. Expresión corporal. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión.
36	Bloque 4. Expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
37	Bloque 4. Expresión corporal. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
38	Bloque 4. Expresión corporal. Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión.
39	Bloque 4. Expresión corporal. Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento.
40	Bloque 4. Expresión corporal. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.
41	Bloque 4. Expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.
42	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc.
43	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas de progresión en entornos no estables.
44	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc.
45	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo.
46	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc.
47	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 29700242

Fecha Generación: 09/06/2020 16:57:13



B. Relaciones curriculares

Criterio de evaluación: 1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.

Objetivos

- 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
- 3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
- 7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

- 1.1. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.
- 1.19. Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos predeportivos.
- 1.20. Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
- 1.30. Bloque 3. Juegos y deportes. Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora.

Competencias clave

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

Estándares

- EF1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- EF2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
- EF3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
- EF4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
- EF5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

Criterio de evaluación: 1.2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.

Objetivos

- 6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
- 12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

- 1.34. Bloque 4. Expresión corporal. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
- 1.35. Bloque 4. Expresión corporal. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión.
- 1.36. Bloque 4. Expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
- 1.37. Bloque 4. Expresión corporal. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
- 1.38. Bloque 4. Expresión corporal. Improvisaciones colectivas e individuales como medio de

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 29700242

Fecha Generación: 09/06/2020 16:57:13



comunicación y expresión.

1.39. Bloque 4. Expresión corporal. Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento.

1.40. Bloque 4. Expresión corporal. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.

1.41. Bloque 4. Expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.

Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística

CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

CEC: Conciencia y expresiones culturales

Estándares

EF1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.

EF2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.

EF3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

EF4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

Criterio de evaluación: 1.3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

Objetivos

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.

7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.

11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.19. Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos predeportivos.

1.20. Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.

1.21. Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas.

1.22. Bloque 3. Juegos y deportes. Equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc.

1.23. Bloque 3. Juegos y deportes. Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración.

1.24. Bloque 3. Juegos y deportes. Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc.

1.25. Bloque 3. Juegos y deportes. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición.

1.26. Bloque 3. Juegos y deportes. Objetivos del juego de ataque y defensa.

1.27. Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos alternativos, como por ejemplo: hockey escolar, ultimate, rugby escolar, etc.

1.28. Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos cooperativos.

1.29. Bloque 3. Juegos y deportes. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas.

1.30. Bloque 3. Juegos y deportes. Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora.

1.31. Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.

1.32. Bloque 3. Juegos y deportes. La actividad física y la corporalidad en el contexto social.

1.33. Bloque 3. Juegos y deportes. Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender



Competencias clave

CSYC: Competencias sociales y cívicas
 SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

EF1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
 EF2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
 EF3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.
 EF4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

Criterio de evaluación: 1.4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

Objetivos

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

- 1.1. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.
- 1.3. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas.
- 1.4. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural.
- 1.5. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Técnicas básicas de respiración y relajación.
- 1.6. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La estructura de una sesión de actividad física.
- 1.7. Bloque 1. Salud y calidad de vida. El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física.
- 1.8. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.
- 1.9. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana.
- 1.10. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las normas en las sesiones de Educación Física.
- 1.11. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico.
- 1.12. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
 CAA: Aprender a aprender

Estándares

EF1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
 EF2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
 EF3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.
 EF4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes



Estándares

de mejora de los diferentes factores de la condición física.

EF5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

EF6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

Criterio de evaluación: 1.5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.

Objetivos

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.

2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.

3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.1. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.

1.3. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas.

1.4. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural.

1.5. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Técnicas básicas de respiración y relajación.

1.6. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La estructura de una sesión de actividad física.

1.7. Bloque 1. Salud y calidad de vida. El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física.

1.8. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.

1.9. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana.

1.10. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las normas en las sesiones de Educación Física.

1.11. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico.

1.12. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)

1.13. Bloque 2. Condición física y motriz. Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices.

1.14. Bloque 2. Condición física y motriz. Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud.

1.15. Bloque 2. Condición física y motriz. Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices.

1.16. Bloque 2. Condición física y motriz. Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.

1.17. Bloque 2. Condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria.

1.18. Bloque 2. Condición física y motriz. Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.

Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

Estándares

EF1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

EF2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

EF3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

EF4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición



Estándares

física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

Criterio de evaluación: 1.6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.

Objetivos

- 1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
- 5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

- 1.6. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La estructura de una sesión de actividad física.
- 1.7. Bloque 1. Salud y calidad de vida. El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física.

Competencias clave

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

Estándares

- EF1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.
- EF2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.
- EF3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

Criterio de evaluación: 1.7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.

Objetivos

- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

- 1.31. Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.
- 1.37. Bloque 4. Expresión corporal. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
- 1.38. Bloque 4. Expresión corporal. Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión.

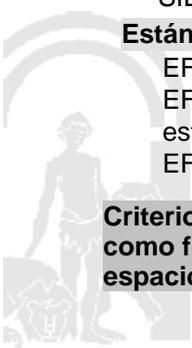
Competencias clave

- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

- EF1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
- EF2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
- EF3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

Criterio de evaluación: 1.8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.



Objetivos

- 1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

- 1.42. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc.
- 1.43. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas de progresión en entornos no estables.
- 1.44. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc.
- 1.45. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo.
- 1.46. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc.
- 1.47. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.

Competencias clave

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

Estándares

- EF1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.
- EF2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.
- EF3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

Criterio de evaluación: 1.9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física.

Objetivos

- 8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

- 1.5. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Técnicas básicas de respiración y relajación.
- 1.8. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.
- 1.10. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las normas en las sesiones de Educación Física.

Competencias clave

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CSYC: Competencias sociales y cívicas

Estándares

- EF1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.
- EF2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.



Estándares

EF3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

Criterio de evaluación: 1.10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.

Objetivos

12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.12. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)

Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística
 CD: Competencia digital
 CAA: Aprender a aprender

Estándares

EF1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, vídeo, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

EF2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

Criterio de evaluación: 1.11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.

Objetivos

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.

2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.

9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.42. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc.

1.43. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas de progresión en entornos no estables.

1.44. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc.

1.45. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo.

1.46. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc.

1.47. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.

Competencias clave

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



Competencias clave

SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Estándares

Criterio de evaluación: 1.12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.

Objetivos

9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.33. Bloque 3. Juegos y deportes. Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.

Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística
 CD: Competencia digital
 CAA: Aprender a aprender
 CSYC: Competencias sociales y cívicas
 CEC: Conciencia y expresiones culturales

Estándares

Criterio de evaluación: 1.13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.

Objetivos

3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.

12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

Contenidos

Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.1. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.

1.8. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.

Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística
 CD: Competencia digital
 CAA: Aprender a aprender

Estándares

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 29700242

Fecha Generación: 09/06/2020 16:57:13

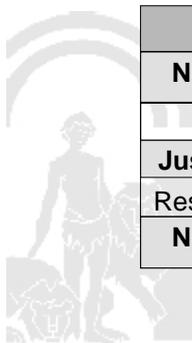


C. Ponderaciones de los criterios

Nº Criterio	Denominación	Ponderación %
EF1.1	Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.	7,69
EF1.2	Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.	7,69
EF1.3	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	7,69
EF1.4	Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	7,69
EF1.5	Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.	7,69
EF1.6	Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.	7,69
EF1.7	Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	7,69
EF1.8	Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.	7,69
EF1.9	Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física.	7,69
EF1.10	Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.	7,69
EF1.11	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	7,69
EF1.12	Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.	7,69
EF1.13	Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.	7,72

D. Unidades didácticas: secuenciación y temporización

Unidades didácticas		
Número	Título	Temporización
1	Participación en actividades organizadas de tipo rotatorio	5
Justificación		
Resaltar la importancia del espíritu colaborativo en la E.F		
Número	Título	Temporización

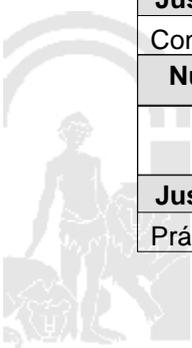


2	Mi cuerpo habla Expresión corporalCF y Motriz / Salud y CV	6
Justificación		
Descubrir las posibilidades expresivas del cuerpo.		
Número	Título	Temporización
3	Camino a Tokio Juegos y deportesCF y Motriz / Salud y CV	6
Justificación		
Descubrir las olimpiadas y la práctica de deportes individuales y de adversarios.		
Número	Título	Temporización
4	Recarga tus baterías Juegos y deportesCF y Motriz / Salud y CV	5
Justificación		
Identificar la relación entre la condición física, salud y calidad de vida.		
Número	Título	Temporización
5	Compañeros CF y Motriz / Salud y CV	5
Justificación		
Establecer vínculos sociales entre los componentes del grupo.		
Número	Título	Temporización
6	Futboleros Juegos y deportesCF y Motriz / Salud y CV	6
Justificación		
Adquirir elementos técnico-tácticos y reglamentarios del fútbol.		
Número	Título	Temporización
7	Baket: Juegos y deportesCF y Motriz / Salud y CV	6
Justificación		
Adquirir elementos técnico-tácticos y reglamentarios del Basket.		
Número	Título	Temporización
8	iniciación al acrosport Expresión corporalCF y Motriz / Salud y CV	8
Justificación		
Descubrir las posibilidades expresivas y rítmicas del cuerpo.		
Número	Título	Temporización
9	Iniciación al beisbol: Juegos y deportesCF y Motriz / Salud y CV	4
Justificación		
Adquirir elementos técnico-tácticos y reglamentarios del Beisbol.		
Número	Título	Temporización
10	juegos populares y tradicionales: Juegos y deportesCF y Motriz / Salud y CV	5
Justificación		
Conocer los juegos que han ido pasando de generación en generación.		
Número	Título	Temporización
11	Seamos alternativos:Juegos y deportesCF y Motriz / Salud y CV	4
Justificación		
Práctica de deportes menos competitivos y simples.		

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 29700242

Fecha Generación: 09/06/2020 16:57:13



Número	Título	Temporización
12	Orientación: Actividades MN/ CF y Motriz / Salud y CV	4
Justificación		
Aprender los fundamentos básicos de la orientación en el medio natural.		
Número	Título	Temporización
13	Natación: Actividades MN/ CF y Motriz / Salud y CV	6
Justificación		
Iniciación a los diferentes estilos de natación.		

E. Precisiones sobre los niveles competenciales

Sin especificar

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 29700242

Fecha Generación: 09/06/2020 16:57:13



F. Metodología

De acuerdo con lo dispuesto en el Artículo 29.3 del Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, «las programaciones didácticas de todas las materias y, en su caso, ámbitos incluirán actividades en las que el alumnado deberá leer, escribir y expresarse de forma oral».

Siguiendo Orden de 14 julio de 2016 para la ESO, ¿la Educación Física debe fomentar entre el alumnado la autonomía, relaciones sociales y la competencia entendida esta como la eficiencia y la confianza en lo que se hace¿. Estos tres aspectos conforman lo que se denomina las necesidades psicológicas básicas, que se consideran fundamentales en el desarrollo del alumnado de Educación Secundaria.

En este apartado se debe plasmar el camino que se va a seguir para alcanzar las metas educativas, detallando cómo se van a impartir las sesiones y cómo va a ser la participación tanto del profesor como del alumno.

El Real Decreto 1105/2014 define la metodología docente como el ¿conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados¿. No obstante, los planteamientos del actual sistema educativo no prescriben una metodología concreta, sino más bien una estrategia didáctica general de enseñanza motivada por el modelo de aprendizaje significativo y constructivo, donde el profesor es eminentemente mediador.

Siguiendo las directrices marcadas por la Orden, el profesor de Educación Física seguirá las siguientes estrategias metodológicas, antes conocidas como orientaciones metodológicas:

• La metodología tendrá un enfoque básicamente investigador y flexible, manteniéndose en continua revisión.

• El alumno será protagonista de su propio aprendizaje, para ello se utilizará un método inductivo, global y participativo, procurando la implicación del alumnado en su proceso de aprendizaje con responsabilidad.

• Emplear variedad de estilos, técnicas y estrategias que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave. Concretamente, según el contenido y el grupo, se emplearán tanto técnicas reproductivas como de indagación, así como estilos que fomenten individualización, socialización, creatividad y participación del alumnado, así como estilos cognitivos y tecnológicos.

• Se valorará el proceso de aprendizaje, sobre los resultados obtenidos, planteando metas en referencia a los propios alumnos y evitando comparaciones entre ellos.

• Facilitará la reflexión y el análisis crítico que posibilitará un intercambio de experiencias. Se inducirá al alumno para que extraiga conclusiones a partir del propio trabajo.

• La enseñanza será, en gran medida, individualizada, adecuándose a las diferencias y peculiaridades del grupo y de cada alumno.

• Procurar un alto grado de compromiso motor, para conseguir desarrollar la competencia motriz.

• Se crearán climas de aprendizaje óptimos, mediante planteamientos que conecten con los intereses y expectativas del alumnado. Dando en cada una de las unidades didácticas la posibilidad de continuar realizando actividad física fuera del entorno educativo: facilitando un listado de clubes, gimnasios, espectáculos deportivos, gimnastradas o espacios deportivos cercanos.

• Debemos programar cuidadosamente, basándonos en la interdisciplinariedad y en los elementos transversales, persiguiendo la ¿Humanización¿ de la que antes hablábamos.

• Plantear tareas orientadas a la autonomía en la organización y realización del trabajo, variadas con interés personal e implicación activa del alumnado.

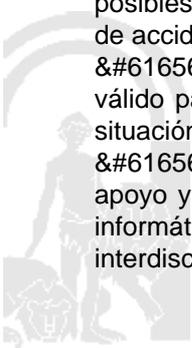
• Prever aproximaciones sucesivas, con diferentes niveles de complejidad y profundidad, a unos mismos contenidos de aprendizaje, de tal manera que sea posible abordarlos desde niveles de conocimientos distintos.

• El papel del profesor será básico, para proponer actividad con igualdad efectiva y real de oportunidades, contrarrestando discriminaciones de todo tipo.

• Se deberá preservar la seguridad física así como afectiva y emocional del alumnado, minimizando los posibles riesgos derivados de la práctica de actividad física y atendiendo a los protocolos de actuación en caso de accidente.

• Fomentar el trabajo en grupo, la interacción alumno-alumno y alumno-profesor, como instrumento válido para dinamizar los procesos de aprendizaje, procurando facilitar feedback adaptados a cada persona y situación.

• Favorecer el uso de las tecnologías de la información y comunicación cómo medio de conocimiento, apoyo y ampliación. Así como otros materiales complementarios (videos, diapositivas, transparencias, música, informática, etc.) que faciliten a los alumnos sus aprendizajes. Fomentando de manera notoria la interdisciplinariedad con el área de informática.



• Potenciar la utilización de la biblioteca para favorecer los hábitos de lectura y la búsqueda de información complementaria y ampliación de conocimientos. Trabajar con informaciones diversas.

• Proponer, en cada unidad didáctica, actividades de refuerzo y apoyo destinadas a los alumnos que presenten dificultades para conseguir el ritmo de la clase, reconociendo y apoyando el progreso individual del alumnado

• Realizar actividades complementarias y extraescolares (visitas culturales, conciertos, exposiciones, excursiones, etc.) como instrumento singular para favorecer el aprendizaje y la convivencia.

• Antes y después de la actividad física se favorecerán hábitos relacionados con la higiene y la salud, como el aseo corporal, cambio de vestuario, alimentación adecuada, práctica regular de actividad física.

• El medio natural y urbano constituirá un contexto de aprendizaje enriquecedor donde concurren de forma global todas las áreas, especialmente la de Educación Física.

• Se evaluarán todos los elementos del acto didáctico: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, la propia evaluación, etc.

De este modo y siendo fiel a la metodología a desarrollar, se utilizará la Técnica de Indagación siempre que sea posible de acuerdo a las finalidades propuestas (Autonomía), aunque no se desecha el uso de la técnica de instrucción para algún otro tipo de contenidos. Así se aplicará:

• Principalmente, técnica Indagativa puesto que de esta forma el alumno/a tiene una mayor implicación cognitiva y por tanto realizará unos mejores y mayores aprendizajes. También le supone al alumnado una mayor individualización, así como un fomento de su creatividad y espontaneidad.

• Puntualmente, técnica Instrucción Directa, donde el profesor/a actuará de modelo, dando la respuesta y solución a los problemas, en aquellos contenidos que por sus características lo precisen.

Cabe decir que la aplicación de los distintos Estilos de Enseñanza también dependerá de la actividad a desarrollar y del momento de la misma, no pudiéndose considerar un estilo prevaleciente, sino que dependerá del momento adecuado de su aplicación, aunque como ya se ha señalado anteriormente se buscará siempre un enfoque constructivista, aplicando en la medida de lo posible los estilos cognitivos y socializadores principalmente.

• Resolución de problemas, el alumno/a debe encontrar las respuestas por sí solos, con total independencia del profesor/a. Es especialmente aplicable en las Unidades Didácticas de Juegos Populares y Tradicionales y de Expresión Corporal.

• Descubrimiento guiado, el profesor/a plantea un problema que tiene solución pero no la dice, va realizando una serie de preguntas, para que los alumnos/as vayan encontrando la mejor respuesta. A través estos estilos de enseñanza-aprendizaje favoreceremos el proceso madurativo de los alumnos, intentando que cuando hayan acabado la ESO hayan adquirido el pensamiento formal. Aplicable en Juegos Pre-deportivos y Hábitos Saludables (Alimentación, Descanso, etc.).

• Asignación de tareas, para las situaciones donde se va a emplear la técnica de Instrucción Directa, donde el profesor/a determina la tarea a realizar, el alumno/a se responsabiliza de su trabajo.

• Libre exploración, para sesiones con material alternativo y de expresión corporal, para fomentar la motivación y creatividad en los escolares.

Por último, el departamento tendrá en cuenta las siguientes características metodológicas:

1. Significativa. Que permita establecer relaciones entre los conocimientos y experiencias previas y los nuevos conocimientos.
2. Flexible. Que dé propuestas variadas que puedan realizar todos, alumnos y alumnas.
3. Integradora. Que tenga en cuenta las peculiaridades del grupo y el ritmo de aprendizaje de cada niño y niña.
4. Participativa. Que fomente la participación y el trabajo cooperativo.
5. Activa. El aprendizaje se realiza a través de las experiencias.

G. Materiales y recursos didácticos

• Todo el material deportivo disponible del departamento (balones, pizas..)

• Pistas polideportivas, gimnasio y piscina

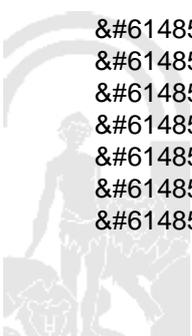
• Video y TV.

• Internet.

• Pizarras digitales.

• Libros de texto (Pila Teleña-ED: Bruño) www.editorial-brUño.es

• Equipo de Música.



H. Precisiones sobre la evaluación

Para realizar la planificación de este apartado, se tomará como referencia los siguientes elementos:

-  Los criterios de evaluación establecidos por el R.D. 1105/2014 para 1º ciclo.
-  Los objetivos didácticos de esta programación
-  Los bloques de contenidos
-  Las unidades didácticas planificadas.

La LOMCE, define los Criterios de evaluación como ¿el grado de adquisición de las competencias y del logro de los objetivos de cada enseñanza y etapa educativa¿ de esta forma se consideran como referentes de evaluación que definen lo que se quiere valorar, lo que el alumnado debe lograr, tanto en términos de conceptos como en procedimientos o actitudes. Responden directamente a lo que se pretende lograr con la asignatura.

Así, desde la Orden de 14 de julio de 2016, señalamos la vinculación entre los criterios de evaluación y las competencias clave.

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.
5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. CMCT, CAA.
6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. CMCT, CAA, CSC.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. CCL, CSC.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios. CCL, CD, CAA.
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.
13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva. CCL, CD, CAA.

Sin embargo, los Estándares de Aprendizaje Evaluables se definen como ¿concreciones de los criterios de evaluación que permiten definir los resultados de los aprendizajes y concretan mediante acciones lo que el alumno debe saber y saber hacer en cada asignatura. Deben permitir graduar el rendimiento o logro alcanzado. Tienen que ser observables, medibles y evaluables ya que contribuyen y facilitan el diseño de pruebas estandarizadas y comparables¿. (LOMCE, 2013)

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
 - 1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
 - 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
 - 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
 - 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 29700242

Fecha Generación: 09/06/2020 16:57:13



1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.

2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.

2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.

2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.

3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.

3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.

4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.

4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva

4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.

5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

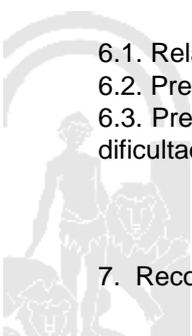
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.

6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de



inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

- 7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
- 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
- 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

- 8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.
- 8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas
- 8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

- 9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.
- 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.
- 9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

10. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

- 10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,¿), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
- 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.

12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.

13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.

Este último es un nuevo elemento del currículo que introduce la LOMCE, pero que en Andalucía, en la orden, no se han desarrollado y se da autonomía al profesorado para que a partir de los estándares establecidos en el RD 1105/2014 especifique unos indicadores de logro (de aprendizaje) para su alumnado. A continuación, se exponen los criterios de evaluación establecidos por la Orden de 14 julio de 2016 para 1º ESO y la relación de los contenidos siguiendo la Orden y el RD 1105/2014.

Al final de cada trimestre se realizarán evaluaciones para superar cada uno de ellos y como ayuda, el profesor cuenta con unos instrumentos de evaluación para abordar este proceso de la manera más exitosa. A continuación, se abordarán los instrumentos de evaluación que se van a emplear para la evaluación de los alumnos/as, pudiendo ser a través de los estándares de aprendizaje o indicadores de logro o como aparece a continuación (ver Tabla 9):

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Ámbito Cognitivo ¿ Pruebas escritas
 - ¿ Trabajos monográficos
 - ¿ Cuaderno del alumno
 - ¿ Portfolio
- Ámbito psicomotor ¿ Pruebas prácticas
 - ¿ Situaciones de juego
 - ¿ Montajes
- Ámbito afectivo-social ¿ Observación directa
 - ¿ Registro en el cuaderno del profesor

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 29700242

Fecha Generación: 09/06/2020 16:57:13

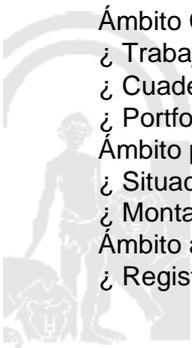


Tabla 9. Instrumentos de evaluación

Los instrumentos van ligados a la calificación, pudiendo diferenciar entre estándares avanzados, intermedios o básicos (en función del peso que se le asigne a cada uno por el profesor/a).

Desde este departamento nos hemos adaptado a la legislación vigente y ya no tenemos un porcentaje para cada ámbito (conceptos, procedimientos y actitudes) como ocurría con anteriores leyes, sino que asignamos un peso de la calificación a cada estándar de aprendizaje evaluable y que a su vez pertenece a un criterio de evaluación propuesto por la ley para cada curso (Orden 14 julio 2916). Cada unidad didáctica tendrá uno o varios criterios de evaluación para evaluar al alumno, y éstos criterios a su vez, varios estándares que nos ayudarán a concretar más el criterio de evaluación.

Para ello nos ayudamos del uso de los instrumentos de evaluación que se elijan en cada unidad didáctica por el profesor/a (pudiendo ser los mismos o distintos según la unidad), por lo que un instrumento asumirá varios estándares, es decir el profesor/a evalúa esos estándares a través de unos instrumentos como siempre se ha hecho anteriormente a esta ley, pero actualmente de forma más concreta. Al asumir estos estándares por parte de los instrumentos, engloba también el peso que tenía cada estándar teniendo un total de puntuación (por porcentaje o por puntos) para saber qué instrumento evalúa a cada estándar, es decir, a cada criterio de evaluación.

Desde el departamento se ha acordado dar unos contenidos clave en cada curso para asegurar la continuidad entre los mismos con el paso de los cursos escolares y del profesorado que pertenezca al departamento (situación de profesorado interino, provisional o en expectativa que hoy día nos encontramos).

Lo haremos a través de unidades didácticas y en cada trimestre. Por tanto, en cada curso al menos habrá 3 contenidos clave a enseñar a través de unidades didácticas y el resto de oferta de contenidos los integrará el profesor siguiendo las pautas de la legislación para cada curso, donde se aconseja unos contenidos u otros en función del curso.

La unidad didáctica del trimestre en cuestión, valdrá 40%, un porcentaje superior al resto de unidades didácticas del mismo trimestre, para asegurar así el desarrollo y la importancia del contenido en concreto y además, poner en valor el acuerdo de departamento como conjunto y grupo coordinado en vez de apostar por un trabajo aislado y no progresivo para nuestro alumnado.

El peso del resto de unidades didácticas en cada trimestre, es decir el 60% restante hasta completar el 100%, lo decidirá y repartirá cada profesor/a del departamento a criterio personal entre las dos o tres unidades didácticas que falten en cada uno de los trimestres.

Recuperación en septiembre

El alumnado con la materia pendiente para septiembre realizará un examen y una entrega de trabajos.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 29700242

Fecha Generación: 09/06/2020 16:57:13

