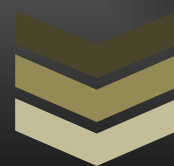


**IES MAR SERENA
PROGRAMACIÓN
EDUCACIÓN
FÍSICA
CURSO ESCOLAR
2019 -2020**



Eva Belén Ruiz Alarcos

2º ESO C-D-E.

4º ESO C-D.

Ana Rodríguez Gregory

1º ESO A-B-C-D-E.

3º A

1º BACHILLERATO A-B-C.

Francisco J. Marín García

2º ESO A-B / 3º ESO B-C-D

4º ESO º A-B

2º BACHILLERATO

INDICE

- 1. REFERENTES BÁSICOS.**
 - 1.1. Competencias básicas.
- 2. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.**
- 3. PLAN LECTOR.**
- 4. CONTRIBUCIÓN A OTROS PLANES Y PROYECTOS.**
- 5. PROGRAMACIONES ESPECÍFICAS DE CURSO:** Primero bachillerato: organización enseñanzas, evaluación, atención a la diversidad y UDIS.
- 6. ANEXOS.**
 - 6.1. Normas de clase.

1. REFERENTES BÁSICOS.

1.1. COMPETENCIAS CLAVE.

Competencia en comunicación lingüística.

A través de las actividades del Bloque de Contenidos de Expresión Corporal (dramatización, mimo...). Dentro del resto de Bloques de Contenidos se trabaja introduciendo vocabulario específico de la materia de Educación Física. Por otro lado se utiliza el libro de texto como apoyo.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.

A través de las actividades del Bloque de Contenidos de Actividades en el Medio Natural (senderismo, orientación..). Dentro del resto de Bloques de Contenidos se trabaja mediante actividades donde se utilizan diferentes espacios y orientaciones.

Competencia sociales y cívicas.

Se trabaja en todos los Bloques de contenidos mediante el trabajo en equipo, la cooperación, la comunicación, el respeto, el juego...

Conciencia y expresiones culturales.

A través de las actividades del Bloque de Contenidos de Expresión Corporal se trabajan actividades relacionadas con la cultura tradicional de la zona (juegos populares, bailes regionales...).

Competencia para aprender a aprender.

En todos los Bloques de Contenidos, ya que se busca que los alumnos adquieran independencia utilizando estilos de enseñanza mediante la búsqueda e indagación.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Se le da una importancia considerable al aprendizaje de la educación en valores mediante el respeto al compañero, profesor y material, incluso los alumnos construyen su propio material.

Competencia digital.

Programas de mejora de la orientación espacial, de la coordinación oculo-manual a través del manejo del ratón y el teclado. Registro de datos sobre la propia condición física en un archivo personal.

2. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

Actividad	Curso	Trimestre	
Deportes de nieve en Sierra Nevada	Todos	Enero (2º)	Extraescolar
“Caminando por un reto”	1º ESO	12 noviembre	Complementaria
Taller de defensa personal	3º - 4º ESO	3º	Complementaria
Multiaventura	4º ESO / 1º bach.	2º	Extraescolar
Taller primeros auxilios.	Todos	2º	Complementaria
Taller alimentación	4º ESO	2º	Complementaria
Inmersión lingüística y deportiva	1º ESO	2º	Extraescolar

3. PLAN LECTOR.

La materia de Educación Física contribuye con el plan lector del centro mediante su participación en el plan de lectura asistiendo las sesiones indicadas a la biblioteca para proceder a la sesión de lectura. Cada grupo pasará dos sesiones (una hora cada sesión) en la biblioteca y en estas sesiones el alumnado realizará juegos de lectura comprensiva relacionados con la actividad física y salud. Al finalizar cada

sesión o sesiones se realiza un recuento de errores y aciertos en las preguntas de cada equipo. En su defecto, el alumnado leerá los libros de la biblioteca o específicos de la asignatura.

4. CONTRIBUCIÓN A OTROS PLANES Y PROYECTOS DEL CENTRO.

PLAN / PROYECTO	ACTIVIDAD
Forma Joven	- Fomento de hábitos saludables como higiene (uso de bolsa de aseo), alimentación saludable (desayuno saludable y hacer hincapié en la importancia de llevar una correcta dieta alimentaria), higiene postural (a la hora de realizar gestos deportivos, calzado adecuado, peso de las mochilas, etc.)
Plan de Lectura y bibliotecas	Realización de las sesiones de lectura en la biblioteca. 2 horas en el curso.
Plan de limpieza	Limpieza del patio realizada por los grupos y días asignados.
Plan de igualdad	Práctica equitativa entre niños y niñas, formación de grupos mixtos.
Escuela espacio de paz	Fomento del respeto a los iguales, profesores y material. Juegos cooperativos.

Respecto al **PROGRAMA BILINGÜE DE INGLÉS**, comentar que en los cursos de 4º y 2º ESO, el 50% de la materia se impartirá en inglés. Igualmente, hay un trabajo de bilingüismo cada trimestre que se presenta en inglés, el cual tendrá un porcentaje variable de nota, en función de los criterios que se evalúan en cada trimestre. Éste se elabora de forma conjunta con las materias que se imparten en inglés en cada nivel.

5. PROGRAMACIONES DIDÁCTICAS ESPECÍFICAS DE CURSO

1º BACHILLERATO

Objetivos

La enseñanza de la Educación Física en Bachillerato tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

1. Valorar la actividad física como medio fundamental para la mejora de la salud y de la calidad de vida y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo un medio para la autosuperación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas.
2. Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma y sistemática un programa personal de actividad física para la mejora de la condición física y motora, y las habilidades motrices desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo, considerando el propio nivel y orientado hacia las motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.
3. Aplicar, resolver y perfeccionar situaciones motrices en diferentes contextos de práctica física aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, dando prioridad a la toma de decisiones.
4. Planificar, interpretar y valorar composiciones corporales individuales y colectivas potenciando la originalidad, expresividad y la creatividad aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición, reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal, integrándolas como prácticas de ocio activo.

5. Buscar y utilizar soluciones creativas a situaciones de oposición y colaboración con y sin oponentes en contextos deportivos o recreativos, adaptándose a las condiciones cambiantes que se producen durante la práctica.
6. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.
7. Utilizar de forma autónoma y regular, hábitos saludables de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
8. Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.
9. Respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva.
10. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente la autoría de las informaciones y archivos compartidos.

Estrategias metodológicas.

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

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

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

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

La 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. Además, se potenciará la comprensión de los procesos asociados a la práctica física.

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

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

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

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

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

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

Contenidos y criterios de evaluación

Bloque 1. Salud y calidad de vida.

Bloque 2. Condición física y motriz.

Bloque 3. Juegos y deportes.

Bloque 4. Expresión corporal.

Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.

Criterios de evaluación

1. Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.
3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones. CMCT, CAA, SIEP.
5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas. CMCT, CAA, SIEP.
6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física. CMCT, CSC, SIEP.
7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. CMCT, CAA, CSC.
8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física. CSC, SIEP.
9. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes. CCL, CD, CAA.
10. Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

A) ORGANIZACIÓN

BLOQUE	% PESO BLOQUE	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CCBB	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
1. Salud y calidad de vida	30%	<p><u>Nutrición</u> y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud.</p> <p>Relación <u>ingesta y gasto calórico</u>. Análisis de la <u>dieta</u> personal. Dieta equilibrada. Fundamentos <u>posturales</u> y funcionales que promueven la salud. Práctica regular de diferentes técnicas de <u>respiración</u> y <u>relajación</u>. Características de las <u>actividades físicas saludables</u>. Las actividades físicas como recurso de <u>ocio activo</u> y saludable. Formulación de objetivos en un <u>programa de actividad</u> física para la salud. Elaboración de diseños de prácticas de actividad física en función de las características e intereses personales del alumnado. La <u>actividad física programada</u>. Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y</p>	<p>5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas. CMCT, CAA, SIEP</p> <p>6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pruebas prácticas (cuaderno profesor) - Práctica diaria (cuaderno del profesor). - Prueba escrita (exámen) - Bolsa de aseo (cuaderno profesor). - Vestimenta diaria (cuaderno profesor) Vestimenta diaria

		<p>expectativas del alumnado. <u>Asociacionismo</u>, práctica programada de actividad física, voluntariado, etc. <u>Entidades deportivas</u> y asociaciones andaluzas. Valoración de los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas las actividades físicas y sus posibilidades profesionales futuras. Identificación de los <u>aspectos organizativos de las actividades</u> físicas y los materiales y recursos necesarios. Las profesiones del deporte y oferta educativa en Andalucía. Concienciación de los <u>efectos negativos</u> que tienen algunas prácticas de actividad física para la salud individual o colectiva y fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. El <u>doping</u>, el <u>alcohol</u>, el <u>tabaco</u>, etc. La responsabilidad y la gestión de riesgos asociados a las actividades físicas y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Identificación y uso de <u>materiales y equipamientos</u> para la actividad física y deportiva atendiendo a las especificaciones técnicas. Conocimiento y aplicación de las normas de uso y seguridad de los mismos. Fomento de la <u>integración de otras personas</u> en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. Actividades de <u>sensibilización hacia distintos tipos de discapacidad</u>. Criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. <u>Fuentes de documentación fiable</u> en el ámbito de la actividad física. <u>Tratamiento de información</u> del ámbito de la actividad física con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. <u>Aplicaciones para dispositivos móviles</u>. <u>Datos obtenidos de una ruta de BTT y/o senderismo</u> (GPS, desnivel positivo, negativo, perfil, etc.), aplicaciones de control para el trabajo de las capacidades físicas y motrices, etc.</p>	<p>actividad física. CMCT, CSC, SIEP</p> <p>8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física. CSC, SIEP.</p> <p>9. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes. CCL, CD, CAA.</p>	
2. Condi- ción física y motriz	30%	<p>Los <u>niveles de condición física</u> dentro de los márgenes saludables. La responsabilidad de la puesta en práctica de un programa de actividades físicas personalizado. Las <u>capacidades físicas</u> y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la <u>planificación de la mejora de las mismas</u> en relación con la salud. <u>Planes y programas de entrenamiento</u> de la condición física y motriz en relación con la salud. El programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y recuperación. <u>Evaluación del nivel de logro</u> de los objetivos de su programa de actividad física. Reorientación de los objetivos y/o las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. <u>Técnicas de activación y de recuperación</u> en la actividad física. La fatiga y el cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades físicas que requieren altos niveles de atención o esfuerzo. Las <u>capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora</u> de las habilidades motrices específicas y especializadas</p>	<p>1. Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones. CMCT, CAA, SIEP.</p>	<p>- Pruebas prácticas (cuaderno profesor)</p> <p>- Práctica diaria (cuaderno del profesor).</p> <p>- Prueba escrita (exámen)</p>
3. Juegos y depor- tes	25%	<p>Habilidades específicas y/o especializadas de <u>juegos y deportes individuales</u> que respondan a los intereses del alumnado y al entorno del centro. <u>Habilidades específicas</u> y/o especializadas apropiadas a los condicionantes generados por los compañeros y compañeras, y los adversarios y adversarias en las situaciones colectivas. Situaciones motrices en un <u>contexto competitivo</u>. Acciones que conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. <u>Deportes de raqueta y/o de lucha</u>. Actividades físico-deportivas en las que se produce <u>colaboración o colaboración-oposición</u>. <u>Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos</u> puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. Los sistemas de juego. Los</p>	<p>1. Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. CMCT, CAA,</p>	<p>- Pruebas prácticas (cuaderno profesor)</p> <p>- Práctica diaria (cuaderno del profesor).</p> <p>- Prueba escrita (exámen)</p>

		<p><u>sistemas de juego</u> de los deportes de colaboración-oposición como sistemas inestables. Oportunidad y riesgo de las acciones propias en las actividades físico-deportivas. La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas. <u>Estrategias</u> ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptadas a las características de las personas participantes.</p>	<p>CSC, SIEP.</p> <p>4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones. CMCT, CAA, SIEP.</p> <p>7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. CMCT, CAA, CSC.</p>	
4. Expresión corporal	10%	<p>Realización de <u>composiciones o montajes</u> artísticos-expresivos individuales y colectivos, como por ejemplo: representaciones teatrales, musicales, actividades de circo, acrosport, etc. Realización de composiciones o montajes de expresión corporal <u>individuales</u> o <u>colectivos</u>, ajustados a una intencionalidad estética o expresiva. Acciones motrices orientadas al sentido del proyecto artístico-expresivo. Reconocimiento del <u>valor expresivo y comunicativo</u> de las manifestaciones artístico-expresivas propias de Andalucía.</p>	<p>2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.</p> <p>7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. CMCT, CAA, CSC.</p>	<p>Pruebas prácticas (cuaderno profesor)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Práctica diaria (cuaderno del profesor). - Prueba escrita (exámen)
5. Actividades físicas en el medio natural	5%	<p><u>Programación y realización</u> de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y <u>ocupación activa del ocio</u> y tiempo libre, como por ejemplo ruta de BTT, raids de aventura, acampada, vela, kayaks, surf, etc. Desarrollo de <u>técnicas específicas de las actividades en entornos</u> no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios. <u>Sensibilización</u> y <u>respeto</u> hacia las normas de cuidado del entorno en el que se realizan las actividades físicas. Sensibilización y respeto hacia las <u>normas básicas</u> de uso de los espacios para prácticas de actividades físicas en el medio natural. <u>Toma de conciencia y sensibilización</u> del potencial de Andalucía como escenario para la práctica de actividades físicas en el medio natural.</p>	<p>7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. CMCT, CAA, CSC.</p> <p>8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física. CSC, SIEP.</p> <p>10. Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>Pruebas prácticas (cuaderno profesor)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Práctica diaria (cuaderno del profesor). - Prueba escrita (exámen)

B) EVALUACIÓN.

Como he mencionado anteriormente, hemos de evaluar los diferentes estándares en los que se desglosan los criterios de evaluación en cada una de las UDIs. De esta forma, la calificación de cada ámbito para mi curso, y mi programación didáctica será:

Cada UDI tendrá una serie de Estándares/Objetivos a superar, los cuales serán evaluados a través de diferentes instrumentos de evaluación, obteniendo una calificación dentro de la rúbrica que evalúa toda la UDI. Siendo la nota de la UDI una media equitativa de los niveles de desempeño conseguidos en la evaluación de cada uno de los estándares.

Para superar el **trimestre** sería necesario que la media de las calificaciones obtenidas en cada una de las UDIs impartidas fuese igual o superior a 5 puntos y para la superación de la

materia en el **curso escolar** sería necesario que la nota media de los trimestres igualase o superase de igual modo los 5 puntos.

En el caso de que un alumno **no superase la materia** y tuviese que ir a la convocatoria de septiembre se le entregaría un informe de pendientes donde se especificaría los objetivos no superados y la forma de recuperar la asignatura, que en nuestro caso será la combinación de un examen teórico tipo test, trabajo teórico y prueba práctica en función de cuales hayan sido los objetivos no superados.

En el caso de alumnos exentos de realizar alguna actividad por lesión, realizarán un trabajo adaptado a su nivel funcional, que podría incluso ser teórico primando siempre el que estén integrados en clase y que en la medida de lo posible colaboren en la organización de la misma.

- ☞ U.D Condición Física.
- ☞ U.D El baloncesto: técnica y táctica aplicada.
- ☞ U.D Deportes de raqueta.
- ☞ U.D El voleibol como deporte inclusivo.
- ☞ U.D Expresión corporal: baile en tu cuerpo.
- ☞ U.D. Juegos tradicionales y alternativos.

C) ADAPTACIONES

En el caso de alumnos con lesiones permanentes que no puedan realizar la práctica en todo el trimestre / curso se les propone tareas alternativas a la práctica, manteniéndose el valor de las pruebas escritas (tipo examen): capitán de equipos, ayudante de material, copiar las sesiones en papel, responder a preguntas sobre el bloque que se está trabajando.

ANEXO I

NORMAS DE CLASE

- ☞ El alumno irá al cuarto de baño antes y después de la sesión, de no ser así recibirá una amonestación de “-” en comportamiento.
- ☞ Llevar una botella de agua para beber durante las clases, quedando terminantemente prohibido salir a beber agua a la fuente durante las sesiones.
- ☞ No se recomiendan complementos tales como collares, anillos, pulseras, etc. por resgo de lesión ante tirones o golpesos.
- ☞ No se puede comer durante las clases de educación física, incluyendo chicles por el riesgo de atragantamiento que conlleva.
- ☞ Únicamente podrá acceder al almacén de material el alumnado responsable de material o autorizado por el profesorado de educación física.
- ☞ Durante las guardias el material a utilizar será el que el departamento ha seleccionado en el despacho de secretaría.
- ☞ El grupo junto con el profesor irán a la instalación deportiva necesaria una vez haya tocado el segundo timbre, aquellos alumnos que no estén en clase a la hora (injustificadamente) y la puerta de salida haya sido cerrada, se quedarán en convivencia sancionados con un anexo I.
- ☞ El respeto es la base de toda educación, por tanto se deberá respetar a los compañeros, profesor, material e instalaciones.