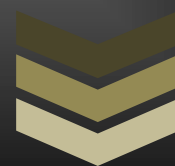


**IES MAR SERENA  
PROGRAMACIÓN  
EDUCACIÓN  
FÍSICA  
CURSO ESCOLAR  
2019 -2020**



**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. Objetivos.
- 1.2. Contenidos.
- 1.3. Competencias básicas.
- 1.4. Criterios de evaluación.

### **2. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.**

### **3. PLAN LECTOR.**

### **4. CONTRIBUCIÓN A OTROS PLANES Y PROYECTOS.**

### **5. PROGRAMACIONES ESPECÍFICAS DE CURSO:** Primero ESO: organización enseñanzas, evaluación, atención a la diversidad y UDIS.

### **6. ANEXOS.**

- 6.1. Normas de clase.

## 1. REFERENTES BÁSICOS.

### 1.1.OBJETIVOS.

#### **OBJETIVOS DE ÁREA:**

La enseñanza de la Educación Física en Enseñanza Secundaria Obligatoria tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes 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 saludable, 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.

### 1.2.CONTENIDOS.

El 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, define los contenidos como un conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que contribuyen al logro de los objetivos de cada enseñanza y etapa educativa y a la adquisición de competencias. Los contenidos se ordenan en asignaturas, que se clasifican en materias y ámbitos, en función de las etapas educativas o los programas en que participe el alumnado.

La función básica de los contenidos es la de contribuir a la adquisición de las capacidades que establecen los objetivos y, consecuentemente a la adquisición de las competencias básicas de una forma coherente; por ello nuestra selección de contenidos, basada en los contenidos que se establecen en el **Orden de 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 de aprendizaje del alumnado.** y programados en la mayoría de las Unidades Didácticas, son contenidos integrados, permitiendo que el alumno trabaje de forma globalizada el cuerpo y el movimiento.

Lo importante es no perder de vista la función básica de éstos, seleccionando los contenidos adecuados. De ésta manera habrá unidades Didácticas que integren 2 bloques de contenidos; por ejemplo, una UD que desarrollé la condición física a través de diferentes deportes o a través de la actividad en el medio natural.

Así que utilizaremos contenidos integrados en unidades didácticas integradoras, ya que representan a la educación física del nuevo sistema educativo y una corriente innovadora en la Educación Física. Hemos de señalar que los contenidos han de ser tratados de forma **cíclica**. Un mismo contenido suele aparecer en distintas unidades, siendo distinto el modo de abordarlo en cada una de ellas, según un esquema de progresión de complejidad creciente.

Haremos así referencia a 5 bloques de contenidos:

- 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.

### **1.3.COMPETENCIAS CLAVE.**

#### **CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA CONSECUCCIÓN DE LAS 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.

## **1.4.CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

### **1º ESO.**

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, SleP.
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, SleP, 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, SleP.
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, SleP.
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 artísticoexpresivas, 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, SleP.
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.

## 2. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

<i>Actividad</i>	<i>Curso</i>	<i>Trimestre</i>	
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.

<i>PLAN / PROYECTO</i>	<i>ACTIVIDAD</i>
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 ESO

A) ORGANIZACIÓN

BLOQUE	% PE SO BLOQUE	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CCBB	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
I. Salud y calidad de vida	30 %	Características de las actividades físicas saludables. La <u>alimentación</u> y la <u>salud</u> . Fomento y práctica de la <u>higiene</u> personal en la realización de actividades físicas. Fomento y práctica de fundamentos de <u>higiene postural</u> . Técnicas básicas de <u>respiración</u> y <u>relajación</u> . La <u>estructura</u> de una sesión de actividad física. El <u>calentamiento</u> general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física. Fomento de actitudes y <u>estilos de vida</u> sanos y activos relacionados con el <u>ocio</u> y la vida cotidiana. Fomento del <u>desplazamiento activo</u> en la vida cotidiana. Las <u>normas</u> en las sesiones de Educación Física. Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico. Uso responsable de las <u>tecnologías de la información</u> y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)	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. 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.	- Pruebas prácticas (cuaderno profesor) - Práctica diaria (cuaderno del profesor). - Prueba escrita (examen) - Bolsa de aseo (cuaderno profesor). - Vestimenta diaria (cuaderno profesor) Vestimenta diaria
II. Condición Física y motriz	30 %	Concepto y clasificación de las <u>capacidades físicas básicas y motrices</u> . Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud. <u>Juegos</u> para la <u>mejora</u> de las capacidades físicas básicas y motrices. <u>Indicadores de la intensidad</u> de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. La <u>frecuencia cardíaca</u> y <u>frecuencia respiratoria</u> . Las <u>habilidades</u>	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. 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.	- Pruebas prácticas (cuaderno profesor) - Práctica diaria (cuaderno del profesor). - Prueba escrita (examen) - Bolsa de aseo (cuaderno profesor). - Vestimenta diaria (cuaderno profesor)

		<u>motrices genéricas</u> como tránsito a las específicas.		
III. Juegos y deportes	25 %	<p><u>Juegos predeportivos.</u> Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas <u>individuales y colectivas.</u> Desarrollo de las habilidades <u>gimnásticas</u> deportivas y artísticas. <u>Equilibrios</u> individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc. Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de <u>colaboración, oposición y oposición-colaboración.</u> Línea de <u>pase</u>, creación y ocupación de <u>espacios</u>, etc. La organización de <u>ataque y de defensa</u> en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición. Objetivos del juego de ataque y defensa. <u>Juegos alternativos</u>, como por ejemplo: hockey escolar, ultimate, rugby escolar, etc. Juegos cooperativos. Fomento de actitudes de <u>tolerancia y deportividad</u> como participantes en actividades físico-deportivas. <u>Aceptación</u> del propio nivel de ejecución y disposición a la <u>mejora.</u> Desarrollo de habilidades de <u>trabajo en equipo</u> y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. La actividad física y la corporalidad en el contexto social. Los <u>juegos populares</u> y tradicionales de Andalucía.</p>	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.</p> <p>13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva. CCL, CD, CAA.</p>	<p>- Pruebas prácticas (cuaderno profesor)</p> <p>- Práctica diaria (cuaderno del profesor).</p> <p>- Prueba escrita (exámen)</p> <p>- Bolsa de aseo (cuaderno profesor).</p> <p>- Vestimenta diaria (cuaderno profesor)</p>
IV. Expresión corporal	10 %	<p>Utilización de técnicas de <u>expresión corporal</u> de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. El cuerpo expresivo: la <u>postura</u>, el <u>gesto</u> y el <u>movimiento</u> como medio de expresión. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. <u>Juegos</u> de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. <u>Improvisaciones</u> colectivas e individuales como medio de</p>	<p>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.</p> <p>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.</p>	<p>- Pruebas prácticas (cuaderno profesor)</p> <p>- Práctica diaria (cuaderno del profesor).</p> <p>- Prueba escrita (exámen)</p> <p>- Vestimenta diaria (cuaderno profesor)</p>



		comunicación y expresión. Integración del <u>ritmo</u> como elemento fundamental del movimiento. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal. Juegos rítmicos, <u>malabares</u> , <u>combas</u> , etc.		
V. Actividades físicas en el medio natural	5 %	Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la <u>mejora de la salud</u> y la calidad de vida y <u>ocupación activa</u> del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc. Técnicas de progresión en entornos no estables. <u>Senderismo</u> , descripción, tipos de senderos, material, <u>vestimenta</u> necesaria, etc. <u>Uso de forma responsable</u> de espacios deportivos equipados, espacios <u>urbanos</u> y espacios naturales del entorno próximo. Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc. <u>Respeto</u> por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.	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. 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. 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. 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.	- Pruebas prácticas (cuaderno profesor) - Práctica diaria (cuaderno del profesor). - Prueba escrita (examen) - Vestimenta diaria (cuaderno profesor)

## 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.

Los contenidos a trabajar en 1º de la ESO se distribuyen en las siguientes unidades:

TEMPORALIZACIÓN UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO		
EVALUACIÓN	UNIDAD	Nº DE SESIONES
PRIMERA	1. CALENTAMIENTO	6
	2. CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD	7
	3. MULTIDEPORTE	9
SEGUNDA	4. ACROSPORT	8
	5. BALONCESTO	5
	6. JUEGOS Y DEPORTES TRADICIONALES.	7
TERCERA	7. DEPORTES DE RAQUETA	6
	8. DEPORTES ALTERNATIVOS: HOCKEY	5
	9. SENDERISMO, CABUYERÍA	3
	10. EXPRESIÓN CORPORAL: DRAMATIZACIÓN	6

### C) ADAPTACIONES

En la materia de Educación Física, puesto que es eminentemente práctica, los alumnos con dificultades de comprensión y de idioma realizarán los mismos ejercicios prácticos que el resto del grupo. El profesor se asegura después de cada explicación de que lo ha entendido correctamente. Las pruebas escritas se realizan con el apoyo del profesor que le explica con más detalle cada una de las preguntas.

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.

### D) RECUPERACIÓN DE LAS PARTES NO SUPERADAS.

Para aquellos alumnos que tienen la materia pendiente de cursos anteriores, se plantea un plan de recuperación de pendientes de los cuales se examinará en el mes de noviembre, febrero y mayo.

El alumno debe entregar el día del examen un dossier de preguntas basadas en todos los contenidos trabajados el curso anterior (si no lo entrega, no tiene opción a realizar el examen). El examen serán 10 preguntas sobre esas cuestiones y tendrá un valor del 60% de la nota; a ello se le suma la parte práctica que realiza el alumno diariamente en el curso presente que tiene un valor del 40% de la nota. Es imprescindible que el alumno obtenga un mínimo de 4 en el examen teórico para hacer la media con la parte práctica. Si el alumno obtiene una calificación de 5 o más en la recuperación de noviembre, la materia quedará aprobada del curso anterior quedará recuperada.

## 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.