IES MAR SERENA PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO ESCOLAR 2021 -2022

(Versión online incluida)

Eva Belén Ruiz Alarcos	3º ESO D - E 4º ESO C-D.
Beatriz Tercero Herrero	1º ESO B-D-E 2º ESO A-C 2º BACH
Maria José García Resalt	1º ESO C – C 2º ESO B-D-E 4º A - B
Francisco J. Marín García (Jefe Departamento)	3º ESO A-B-C 1º BACH. A-B-C OPTATIVA 1º Bach

INDICE

1. LINEAS DE ACTUACIÓN.

2. REFERENTES BÁSICOS.

2.1. Objetivos.
2.2. Contenidos.
2.3. Competencias básicas.
2.4. Criterios de evaluación: 4º ESO.

3. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS.

4. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

5. CONTRIBUCIÓN A OTROS PLANES Y PROYECTOS.

6. INCORPORACIÓN DE LOS CONTENIDOS TRANSVERSALES AL CURRÍCULO.

7. PROGRAMACIONES ESPECÍFICAS DE CURSO.

7.1. Cuarto ESO: organización enseñanzas, evaluación, atención a la diversidad y temporalización.

8. PROGRAMACIÓN COVID (ONLINE).

1. LINEAS DE ACTUACIÓN.

Este departamento se propone los siguientes **objetivos a conseguir en los alumnos/as** para el presente curso, contribuyendo de manera directa en la consecución de las competencias en el conocimiento y la interacción con el mundo físico y la competencia social y ciudadana:

- Conseguir la creación y desarrollo de unos **hábitos físico- deportivos**, así como despertar en los alumnos/as el interés por practicar algún deporte o actividad física fuera del horario escolar.
- Conseguir que realicen la actividad física de forma **segura y saludable:** respetar unas normas mínimas de higiene, realizar un calentamiento adecuado como preparación para esfuerzos más intensos, respetar los principios del entrenamiento (continuidad, progresión, multilateralidad, especificidad…), cuidar su postura corporal en cada actividad…
- Seguir inculcando en nuestros alumnos/as la **necesidad higiénica** personal de cambiarse de ropa una vez realizada la actividad, para prevenir malos olores, evitar posibles resfriados y ayudar a la conservación de la salud, destacando la labor de adquisición de autonomía e iniciativa personal.
- Demostrar **compañerismo y respeto** hacia sus compañeros y compañeras, sin que el afán competitivo prime sobre la deportividad y la tolerancia.
- Seguir insistiendo en el respeto y cuidado del **material** y de las instalaciones, haciéndoles partícipes de su conservación y mejora.
- También el Departamento se propone otros **objetivos que afectan directamente al mismo:**

1. Difundir el **gusto** y disfrute por la actividad física dentro y fuera del centro.
2. Ampliar cuantitativa y cualitativamente los materiales y **recursos didácticos** necesarios para el correcto funcionamiento de las clases.
3. Emplear varios tipos de metodología didáctica con el fin de mejorar el proceso educativo, sobre todo aquella que dé autonomía y responsabilidad al alumno/a. Si fuera necesario se realizaría algún curso para ampliar conocimientos.

2. REFERENTES BÁSICOS.

2.1.OBJETIVOS.

El Decreto 111/2016, de 14 de junio, establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, de conformidad con lo dispuesto en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, tras haber sido modificada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, y en el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. A tales efectos, el Decreto integra las normas de competencia autonómica con las de competencia estatal, a fin de proporcionar una expresión sistemática del régimen jurídico aplicable.

El Decreto establece los elementos transversales y organiza el aprendizaje basado en competencias. El currículo de Educación Secundaria Obligatoria queda organizado en materias, vinculadas con los objetivos de la etapa y destinadas a su consecución, así como a la adquisición de las competencias clave definidas para la misma, siendo en el currículo específico de cada materia donde deben buscarse los referentes explícitos que permitan el desarrollo y la adquisición de dichas competencias clave.

El Decreto concreta los objetivos de etapa, los de área, las estrategias metodológicas de cada área y los contenidos y criterios de evaluación junto a las competencias asociadas.

OBJETIVOS DE LA ETAPA (Educación Secundaria Obligatoria):

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, en su artículo 3, conforme a lo dispuesto en el artículo 11 del real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, la educación Secundaria obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y en las 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) Apreciar 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.

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.

2.2. 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 la

Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas,

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 esta 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.

IMPORTANTE: EL ORDEN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS INTEGRADAS DISTRIBUIDAS PARA CADA CURSO, PUEDE VERSE ALTERADA SEGÚN LA DISPONIBILIDAD DE LA INSTALACIÓN DEPORTIVA Y SU COORDINACIÓN ENTRE PROFESORADO DE EDUCACIÓN FÍSICA (IES), COLEGIOS Y AYUNTAMIENTO.

2.3.COMPETENCIAS CLAVE.

A efectos del presente real decreto 1105/2014 del 26 de diciembre, las competencias del currículo serán las siguientes:

a) Comunicación lingüística.
b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
c) Competencia digital.
d) Aprender a aprender.
e) Competencias sociales y cívicas.
f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
g) Conciencia y expresiones culturales.

Para una adquisición eficaz de las competencias y su integración efectiva en el currículo, deberán diseñarse actividades de aprendizaje integradas que permitan al alumnado avanzar hacia los resultados de aprendizajes de más de una competencia al mismo tiempo.

Se potenciará el desarrollo de las competencias Comunicación lingüística, Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.

La Educación Física contribuye en mayor medida a la adquisición de la competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología, en todo lo relacionado con el ámbito de los sistemas biológicos de las competencias básicas en ciencia y tecnología, concretamente en el tratamiento de contenidos relativos a la condición física orientada a la salud tales como la adecuada alimentación, higiene postural y adquisición de hábitos saludables.

De igual forma desarrolla las competencias sociales y cívicas en la adquisición de contenidos referidos a actitudes, valores y normas tales como igualdad, no discriminación, tolerancia, trabajo en equipo y aceptación de las diferencias, entre otros.

También ayuda en los aspectos que tienen que ver con la competencia de aprender a aprender, que se concretan en estrategias para un aprendizaje cada vez más eficaz y autónomo, en estrategias de planificación de actividades físicas, en las que se reflejan los objetivos que se persiguen, así como el plan de acción que se tiene previsto aplicar para alcanzarlos; estrategias de supervisión desde las que el alumno va examinando la adecuación de las acciones que está desarrollando y la aproximación a los objetivos.

Otras competencias a las que se contribuye son: sentido de iniciativa y espíritu emprendedor, conciencia y expresiones culturales, comunicación lingüística y competencia digital.

Hemos de tener en cuenta que los contenidos con los cuales el área de educación física contribuye a la adquisición de las competencias básicas, pertenecen de forma integrada y común a los 5 bloques de contenidos que establece la legislación actual.

La materia de Educación Física contribuye de manera directa y clara a la consecución de dos competencias clave: Competencias sociales y cívicas y conciencia y expresiones culturales. También contribuye a la consecución del resto de competencias de una forma integrada.

CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA CONSECUCIÓN 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.

Competencias 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.

2.4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

4º ESO

1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CAA, SIEP.

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA.

5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud. CMCT, CAA.

6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. CMCT, CAA, CSC.

7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados. CAA, CSC, SIEP.

8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. CAA, CSC.

9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno. CMCT, CAA, CSC.

10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes. CAA, CD, SIEP.

11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas. CSC, SIEP, CEC.

12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. CCL, CAA, SIEP, CEC.

4. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS:

Los estilos de enseñanza y aprendizaje y las 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 requiera 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.

En las sesiones de Educación física se utilizarán tanto ***técnicas*** reproductivas (por ejemplo en las sesiones de aeróbic en la unidad de expresión corporal) como de indagación (por ejemplo en el aprendizaje de los huesos y músculos en la unidad de condición física) siempre teniendo en cuenta las adaptaciones o individualizaciones del alumnado a estilos que fomenten la individualización (por ejemplo grupos por niveles en la unidad de baloncesto), socialización (por ejemplo en la realización de juegos cooperativos o deportes de equipo como baloncesto o comba grupal), autonomía (dejando al alumnado que experimente por sí sólo encontrando las soluciones a problemas motrices), confianza (ofreciendo refuerzo positivo especialmente en el alumnado que posee una autoestima más limitada), creatividad (por ejemplo en la unidad de expresión corporal o creación de variantes en los juegos) y participación del alumnado.

Se fomentará la actividad física inclusiva respondiendo a las necesidades del alumnado, especialmente de aquellos que requieren de adaptaciones curriculares. Algunas ***actuaciones*** que se llevarán a cabo en este aspecto son las siguientes:

– *Alumnado que por lesión no puede realizar la práctica deportiva en sesiones puntuales:* estos alumnos deben presentar justificante médico que acredite que no puede realizar actividad física. Durante la sesión se le proporcionará una tarea alternativa relacionada con el tema que están trabajando los compañeros. Por ejemplo: copiar la sesión en una ficha de trabajo.
– *Alumnado que por lesión o enfermedad no puede realizar la práctica deportiva durante un periodo prolongado:* estos alumnos realizarán tareas teóricas alternativas siempre relacionadas con la temática que están trabajando los compañeros. Este tipo de alumnos realizará el trabajo y examen final igual que el grupo de clase.
– *Alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo:* en este caso los alumnos que reciben sesiones de apoyo en otras materias se integran con normalidad en el resto de grupo clase. Se tendrán en cuenta sus características en el caso de tener algunas dificultades de comprensión de juegos, ejercicios o pruebas escritas.

Dentro de las clases de educación física se incorporarán actividades de ***evaluación compartida*** y ***autoevaluación*** dando oportunidad al alumnado de poder participar activamente en el proceso de evaluación. Por ejemplo, en las fichas de tareas y autoevaluación de baloncesto o de la unidad de combas.

La ***estructura*** *de las sesiones* tiene el objetivo de hacer que el alumnado no sólo tenga el mayor tiempo de compromiso motor, sino que pueda recibir las indicaciones básicas y necesarias para ampliar los conocimientos:

1º) 5' de pasar lista y comprobar la bolsita de aseo y ropa de cambio.
2º) 3-5' de explicación del objetivo de la sesión.
3º) 10' de calentamiento en pequeños grupos.
4º) 35' de parte principal
5º) 5' de vuelta a la calma con juegos, estiramientos, reflexiones o relajaciones.

Dentro de la metodología queremos detallar las ***instalaciones*** y ***materiales*** que se utilizarán en las sesiones:

Instalaciones del IES	- Gimnasio / aula usos múltiples. - Aulas asignadas - Patio / pista polideportiva.
Instalaciones municipales	- Campo de hierba fútbol 7. - Campo de hierba fútbol 11. - Pistas polideportivas. - Pabellón deportivo. - Piscina municipal.
Recursos y materiales	Vallas, aros, colchonetas, espalderas, balones de baloncesto, voleibol, balonmano y rugby, pelotas de tenis, palas de tenis, raquetas de badminton, stick de hockey, pelotas de floorball, conos, elástico, combas, brújulas, cintas métricas, balones medicinales, indiacas, pesos, discos, fressbies, combas.

A continuación, abordaré los principios pedagógicos, así como las orientaciones metodológicas generales y las específicas, para tratar este punto de la programación.

Principios Pedagógicos

1. Al amparo de lo dispuesto por la normativa legal actualmente vigente las competencias del currículo deben estar integradas en las materias de la propuesta curricular de la etapa, las cuales deben participar, desde su ámbito correspondiente, en el desarrollo de las distintas competencias del alumnado.
2. Conforme a lo establecido en el artículo 15.2 del Real Decreto 1.105/2014, de 26 de diciembre, en esta etapa se prestará una atención especial a la adquisición y el desarrollo de las competencias establecidas en el artículo 4.3 del presente decreto y se fomentará la correcta expresión oral y escrita y el uso de las matemáticas.
3. Al amparo de lo dispuesto en el artículo 6.1 del Real Decreto 1.105/2014, de 26 de diciembre, sin perjuicio de su tratamiento específico en algunas de las materias de la etapa, la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las Tecnologías de la Información y la Comunicación (en adelante, TIC), el emprendimiento y la educación cívica y constitucional se trabajarán en todas las materias.
4. Asimismo, conforme a lo dispuesto en el artículo 6.3 del citado real decreto, se fomentará que el alumnado participe en actividades que le permita afianzar el espíritu emprendedor y la iniciativa empresarial a partir de aptitudes como la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico.

Orientaciones Metodológicas Generales.

1. De acuerdo con las competencias atribuidas en el artículo 6 bis 2.c).3. o de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, y las orientaciones para facilitar el desarrollo de estrategias metodológicas recogidas en el anexo II de la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, se realizan las siguientes recomendaciones de metodología didáctica:

a) Se diseñarán actividades de aprendizaje integradas que permitan a los alumnos avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.

b) Se secuenciará la enseñanza de tal modo que se parta de aprendizajes más simples para avanzar gradualmente hacia otros más complejos.

c) Se potenciarán metodologías activas y contextualizadas que faciliten la participación e implicación del alumnado y la adquisición y uso de conocimientos en situaciones reales.

d) La acción docente incluirá las estrategias interactivas que permitan compartir y construir el conocimiento y dinamizar las sesiones de clase mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas.

e) Se fomentará la reflexión e investigación, así como la realización de tareas que supongan un reto y desafío intelectual para los alumnos.

f) Los métodos docentes deberán favorecer en los alumnos la motivación, la curiosidad y la necesidad por adquirir conocimientos, destrezas, actitudes y valores.

g) Se podrán planificar estrategias, procedimientos y acciones que permitan el aprendizaje por proyectos, la experimentación, los centros de interés, el estudio de casos o el aprendizaje basado en problemas y que supongan el uso significativo de la lectura, escritura, TIC y la expresión oral mediante debates o presentaciones orales.

h) Se arbitrarán estrategias metodológicas que tengan en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje, favorezcan la capacidad de aprender por sí mismos y promuevan el trabajo en equipo.

i) Asimismo, podrán realizarse agrupamientos flexibles en función de la tarea y de las características individuales de los alumnos con objeto de realizar tareas puntuales de enriquecimiento o refuerzo.

j) El espacio deberá organizarse en condiciones básicas de accesibilidad y no discriminación necesaria para garantizar la participación de todos los alumnos en las actividades del aula y del centro.

k) Se procurará seleccionar materiales y recursos didácticos diversos, variados, interactivos y accesibles, tanto en lo que se refiere al contenido, como al soporte.

l) Se valorará el uso del portfolio como herramienta para potenciar la autonomía y el pensamiento crítico en los alumnos.

Orientaciones Metodológicas Específicas:

- Se favorecerá el desarrollo de aprendizajes significativos, en el sentido de que exista una conexión entre lo que saben y lo que se pretende enseñar. En la concreción de contenidos se considerarán prioritariamente aquellos que motiven al alumno, contribuyendo a la adquisición de conocimientos aplicables a situaciones reales, en los que el alumno encuentre sentido a lo que aprende y le provoquen aprendizajes funcionales, favoreciendo la continuidad de la práctica de actividad física en horario extraescolar de forma autónoma.

- La adecuada combinación del amplio espectro de estilos de enseñanza será la metodología más apropiada, tendiendo siempre hacia la utilización de metodologías activas, colaborativas y contextualizadas, en las que el alumno pueda gestionar su propio ritmo de aprendizaje, ser autónomo y creativo.

- Las metodologías que más van a favorecer el desarrollo de las competencias, la motivación y la participación activa de los alumnos son las que contextualizan el aprendizaje dentro de un entorno lo más real posible, potenciando el aprendizaje por proyectos, los centros de interés, las estrategias interactivas, los estilos de enseñanza productivos, tanto cognoscitivos (resolución de problemas o descubrimiento guiado) como los creativos, u otras más innovadoras como la clase invertida o la ludificación.
- El buen clima de convivencia, así como el respeto y juego limpio, debe ser una constante a mantener en el día a día del alumno, especialmente durante el desarrollo de cualquier práctica físico-deportiva. La participación del alumno en la elaboración de las normas de funcionamiento, puede ser una estrategia metodológica para crear una óptima dinámica de clase, así como la aplicación correcta del reglamento y la intervención de mediadores en la resolución de conflictos.
- El carácter pedagógico de la competición debe suponer la satisfacción por el logro alcanzado, la diversión en el juego competitivo, saber ganar y perder, aprender a aceptar y cumplir unas reglas determinadas y a respetar a los contrarios. Con ello, el elemento competitivo pierde su carácter negativo, pasando a ser una herramienta pedagógica muy apropiada para trabajar contenidos asociados a la inteligencia emocional y habilidades sociales, entre otros.
- Las características de la Educación Física convierten esta materia en un entorno propicio para el desarrollo de valores personales y sociales, todos ellos muy presentes en el desarrollo de cualquier actividad físico-deportiva. Se debe prestar especial atención a los principios de respeto, igualdad y coeducación, procurando erradicar todo tipo de estereotipos o prejuicios, fomentando la aceptación, la participación de todos y el trabajo cooperativo, contribuyendo así de forma clara a la consecución de los elementos transversales.
- Las actividades o retos propuestos tendrán la suficiente variedad como para atender a los distintos ritmos de aprendizaje presentes en el aula, considerando los diferentes niveles de competencia motriz y permitiendo que sean alcanzables por todos los alumnos.
- Se fomentará la organización de actividades complementarias y la participación en proyectos interdisciplinares que beneficien el diseño y desarrollo de tareas competenciales.
- Las actividades de evaluación deben estar presente en todo el proceso de enseñanza-aprendizaje, será de carácter formativo y cumplirá su función de comprobación de los logros obtenidos. El alumno ha de sentirse partícipe no solo de su propia evaluación, sino de la de sus compañeros y del proceso de enseñanza-aprendizaje. Se tratará de conseguir que el alumno tome parte activa de este proceso a través de experiencias de autoevaluación, evaluación recíproca, reflexión crítica sobre sus desempeños y los de sus compañeros, así como del propio proceso de enseñanza-aprendizaje, otorgándole roles de observador y evaluador. Para tal propósito, cada unidad didáctica finalizará con una actividad de evaluación final teórico- práctica que permitirá valorar de forma objetiva la adquisición de los conocimientos y las destrezas básicas.
- La Educación Física tiene un carácter eminentemente práctico, por lo que se procurará que el aprendizaje se produzca prioritariamente a través del movimiento, buscando que el tiempo de compromiso motor durante las sesiones sea el mayor posible, utilizando metodologías, recursos didácticos, espacios y organizaciones que así lo permitan.

- Los recursos y materiales didácticos que favorecen el uso de las TIC fomentan un proceso de enseñanza aprendizaje motivador para el alumno. En Educación Física destacan aquellas con las que monitorizar entrenamientos, registrar itinerarios en dispositivos con GPS, analizar gestos técnicos o coreografías, gestionar el aula, evaluar el proceso de enseñanza-aprendizaje, presentar de forma más atractiva los contenidos por medio de video lecciones u otros recursos tecnológicos, diseñar actividades de refuerzo o ampliación, así como usar de forma eficiente y responsable las redes sociales.

Estilos de enseñanza

Los ***ESTILOS DE ENSEÑANZA*** se corresponderán con los objetivos que se pretendan en cada unidad didáctica. Normalmente **se *combinarán estilos,*** aún dentro de la misma unidad didáctica, siendo los objetivos didácticos propuestos los que determinen la conveniencia de que predomine la utilización de uno u otro método. Los **MÉTODOS PEDAGÓGICOS** "se adaptarán a las características de los alumnos, favorecerán la capacidad para aprender por sí mismos y para trabajar en equipo promoviendo la creatividad y el dinamismo..."

Así, tomando como punto de partida la idea de que no se pretende buscar a toda costa un rendimiento deportivo concreto, cuando se trate de la enseñanza y aprendizaje de elementos técnicos de los deportes, el estilo de ***instrucción directa*** puede ser aconsejable, pues en ellos existen soluciones bien definidas por su probado rendimiento y su ejecución requiere unos programas motores específicos. También utilizaremos una ***enseñanza mediante la búsqueda*** y la plantearemos en forma de ***resolución de problemas*** en algunas actividades, como puede ser el caso de deportes individuales y colectivós, la orientación,... Asimismo, también se propondrán situaciones de ***enseñanza recíproca,*** ya que el hecho de que un alumno/a tenga que corregir a su compañero/a no sólo ayuda al que está ejecutando la acción, sino que también, el que hace la función de enseñante, adquiere una idea más clara de la actividad al verse obligado a analizar la ejecución del compañero/a y a detectar los errores que comete (actividades danzadas por parejas, grupos..).

En todo momento, en el desarrollo del currículo, la práctica irá reforzada por los conceptos teóricos que le den sentido, y una base sólida y significativa, así como una orientación hacia una actitud positiva y abierta a la actividad física.

Actividades.

Las actividades que realizaremos serán de diferentes tipos según el objetivo a alcanzar y los contenidos necesarios para alcanzarlo. Tipos de Actividades:

• De introducción – motivación- conocimientos previos. Se realizarán en la primera sesión de trabajo y se dirigirán a promover el interés del alumnado. También para detectar los conocimientos previos, como: Presentación del Tema • Lluvia de ideas • Asociación de palabras. • Analizar problemas, con emisión de hipótesis • Elaboración de mapas conceptuales. • Visualización de vídeos • Realización de salidas

• De desarrollo. Encaminadas a adquirir los conocimientos programados. Se realizan las exposiciones precisas y se plantearán ejercicios o supuestos sobre los contenidos tratados, que permitan extraer las primeras conclusiones.
Comparación y discriminación de ideas • Búsqueda de información. Uso de las TIC • Realización de actividades físicas • Introducción de conceptos • Diseño y/o realización de experiencias • Elaboración de registro personal • Exposiciones, explicaciones • Aplicación de las ideas a situaciones reales • Resolución y análisis de problemas.

• Finales o de síntesis: Permitirán comprobar el estado del proceso de aprendizaje y la capacidad de los alumnos para transferir conocimientos
Resumen, obtención de conclusiones • Estudio de casos • Simulaciones • Elaboración de mapas conceptuales • Visitas, salidas • Realización de pruebas escritas, exámenes.

• De ampliación y refuerzo. Para aquellos alumnos y alumnas que superen con facilidad las propuestas de trabajo ordinarias, o para aquellos alumnos que tengan dificultad para seguir el ritmo del grupo.
Refuerzo: • Utilización de información básica • Utilización de los contenidos fundamentales
• Síntesis y resumen de conclusiones
Ampliación: • Realización de pequeñas investigaciones e informes • Revisión bibliográfica
• Resolución de ejercicios más complejos • Realización de lecturas guiadas
• De evaluación al final de cada Unidad Didáctica.

Cada unidad didáctica finalizará con una actividad de evaluación final teórico- práctica que permitirá valorar de forma objetiva la adquisición de los conocimientos y las destrezas básicas.
Así pues, en las unidades de Condición Física la actividad práctica final será la realización de test físicos (adecuando los objetivos al nivel inicial de cada alumno/a). En las unidades de Deportes, la actividad práctica final será la realización de un partido en el que se apliquen los principales aspectos técnicos tácticos -reglamentarios vistos. En las unidades de Expresión y Comunicación la actividad práctica final será la realización de una coreografía de baile o representación grupal dramática. En las unidades de Actividad Física en el Medio Natural, la actividad práctica final será la realización de carreras de pistas, juegos de orientación o rutas de senderismo que permitirán valorar las habilidades adquiridas.
Por su parte, al final de cada trimestre se realizará una actividad teórica escrita con carácter de prueba evaluativa, a través de la cual se valorará la adquisición de los conocimientos teóricos impartidos en cada unidad didáctica.

Agrupamientos y Organización espacio-temporal.

En cuanto a la ***ORGANIZACIÓN DE LA CLASE,*** se favorecerá tanto el ***trabajo individual*** como el ***trabajo en grupos*** (gran grupo, pequeños y medianos grupos, tríos, parejas,.) para realizar los trabajos teóricos y para desarrollar las actividades de clase.

Otro aspecto importante es la adecuada ***ESTRUCTURACIÓN DEL ESPACIO*** disponible. No se debe responder con esquemas rígidos de organización del espacio en un área cuya riqueza de actividades y estrategias de enseñanza posibilita diferentes alternativas para su uso basadas en las características de las actividades y en los objetivos propuestos para la sesión. La organización del espacio y la ubicación del profesor/a deben conseguir que todos los alumnos/as tengan acceso a la información. Será fundamental no facilitar la automarginación que determinados alumnos/as provocan (normalmente porque se sienten menos capaces e inseguros) ubicándose en los rincones más alejados a la situación del profesor/a.
Los contenidos se presentarán en todo momento de forma ordenada, progresiva y con la claridad suficiente para que el alumno/a vea la interrelación de los mismos y comprenda su secuenciación. Así mismo se buscará **interconexión** con otras áreas de la educación.

Mediante la ***evaluación inicial*** se establecerá el punto de partida para una ***metodología individualizada,*** facilitando el desarrollo mediante ***adaptaciones concretas de la programación*** a cada grupo determinado de alumnos/as, según sus propias necesidades de evolución, así como el de la utilización de los distintos recursos de ayuda del alumno/a. Dichos recursos permitirán llevar a cabo la línea metodológica propuesta.

5. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

Actividad	***Curso***	***Trimestre***	
Deportes de nieve en Sierra Nevada	Todos	Enero (2º)	Extraescolar
Multiaventura	4º ESO / 1º Bach.	Tercer trimestre	Extraescolar
Taller primeros auxilios.	4º ESO	1º	Complementaria
Taller yoga y ansiedad	2º ESO	1º	Complementaria
Carrera orientación	3º ESO	Tercer trimestre	Extraescolar

6. 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	Cada profesor llevará a cabo dicho plan a través de varias opciones como por ejemplo lectura en clase de artículos relacionados con la asignatura. (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.
Patrimonio	Valor de los juegos tradicionales.
Comunica	Elaboración carteles salud.
Aldea	Materiales autoconstruidos y conciencia microplásticos en medio acuático.

Respecto al **PROGRAMA BILINGÜE DE INGLÉS,** comentar que, en los cursos de 4º y 3º 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, francés y lengua castellana en cada nivel.

7. INCORPORACIÓN DE LOS ELEMENTOS TRANSVERSALES AL CURRÍCULO.

Sin perjuicio de su tratamiento específico en las materias de la educación Secundaria obligatoria que se vinculan directamente con los aspectos detallados a continuación, el currículo incluirá de manera transversal los siguientes elementos:

a) el respeto al estado de Derecho y a los derechos y libertades fundamentales recogidos en la constitución española y en el estatuto de Autonomía para Andalucía.

b) el desarrollo de las competencias personales y las habilidades sociales para el ejercicio de la participación, desde el conocimiento de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, el pluralismo político y la democracia.

c) La educación para la convivencia y el respeto en las relaciones interpersonales, la competencia emocional, el auto-concepto, la imagen corporal y la autoestima como elementos necesarios para el adecuado desarrollo personal, el rechazo y la prevención de situaciones de acoso escolar, discriminación o maltrato, la promoción del bienestar, de la seguridad y de la protección de todos los miembros de la comunidad educativa.

d) el fomento de los valores y las actuaciones necesarias para el impulso de la igualdad real y efectiva entre mujeres y hombres, el reconocimiento de la contribución de ambos sexos al desarrollo de nuestra sociedad y al conocimiento acumulado por la humanidad, el análisis de las causas, situaciones y posibles soluciones a las desigualdades por razón de sexo, el respeto a la orientación y a la identidad sexual, el rechazo de comportamientos, contenidos y actitudes sexistas y de los estereotipos de género, la prevención de la violencia de género y el rechazo a la explotación y abuso sexual.

e) el fomento de los valores inherentes y las conductas adecuadas a los principios de igualdad de oportunidades, accesibilidad universal y no discriminación, así como la prevención de la violencia contra las personas con discapacidad.

f) el fomento de la tolerancia y el reconocimiento de la diversidad y la convivencia intercultural, el conocimiento de la contribución de las diferentes sociedades, civilizaciones y culturas al desarrollo de la humanidad, el conocimiento de la historia y la cultura del pueblo gitano, la educación para la cultura de paz, el respeto a la libertad de conciencia, la consideración a las víctimas del terrorismo, el conocimiento de los elementos fundamentales de la memoria democrática vinculados principalmente con hechos que forman parte de la historia de Andalucía, y el rechazo y la prevención de la violencia terrorista y de cualquier otra forma de violencia, racismo o xenofobia.

g) el desarrollo de las habilidades básicas para la comunicación interpersonal, la capacidad de escucha activa, la empatía, la racionalidad y el acuerdo a través del diálogo.

h) La utilización crítica y el autocontrol en el uso de las tecnologías de la información y la comunicación y los medios audiovisuales, la prevención de las situaciones de riesgo derivadas de su utilización inadecuada, su aportación a la enseñanza, al aprendizaje y al trabajo del alumnado, y los procesos de transformación de la información en conocimiento.

i) La promoción de los valores y conductas inherentes a la convivencia vial, la prudencia y la prevención de los accidentes de tráfico. Asimismo, se tratarán temas relativos a la protección ante emergencias y catástrofes.

j) La promoción de la actividad física para el desarrollo de la competencia motriz, de los hábitos de vida saludable, la utilización responsable del tiempo libre y del ocio y el fomento de la dieta equilibrada y de la alimentación saludable para el bienestar individual y colectivo, incluyendo

conceptos relativos a la educación para el consumo y la salud laboral.

k) La adquisición de competencias para la actuación en el ámbito económico y para la creación y desarrollo de los diversos modelos de empresas, la aportación al crecimiento económico desde principios y modelos de desarrollo sostenible y utilidad social, la formación de una conciencia ciudadana que favorezca el cumplimiento correcto de las obligaciones tributarias y la lucha contra el fraude, como formas de contribuir al sostenimiento de los servicios públicos de acuerdo con los principios de solidaridad, justicia, igualdad y responsabilidad social, el fomento del emprendimiento, de la ética empresarial y de la igualdad de oportunidades.

l) La toma de conciencia sobre temas y problemas que afectan a todas las personas en un mundo globalizado, entre los que se considerarán la salud, la pobreza en el mundo, la emigración y la desigualdad entre las personas, pueblos y naciones, así como los principios básicos que rigen el funcionamiento del medio físico y natural y las repercusiones que sobre el mismo tienen las actividades humanas, el agotamiento de los recursos naturales, la superpoblación, la contaminación o el calentamiento de la tierra, todo ello, con objeto de fomentar la contribución activa en la defensa, conservación y mejora de nuestro entorno como elemento determinante de la calidad de vida.

Consideramos que estos contenidos deben impregnar la actividad docente y estar presentes en el aula de forma permanente. Se trata de contenidos de gran valor educativo, que tocan aspectos y problemas relevantes de la sociedad actual, pero que no tienen cabida en el marco estricto del campo conceptual y metodológico de nuestra disciplina.

En la materia de Educación física contribuirá a la adquisición de contenidos como:

Educación en valores	
Educación para la Paz.	El desarrollo de las actividades físico-deportivas en un marco educativo, que implica la participación bajo premisa de cooperación y respeto, contribuye a fomentar en los alumnos/as actitudes favorables a la tolerancia. Esta tiene su expresión más específica en el campo de los juegos y deportes, al entender la oposición como una estrategia de los mismos y no como una actitud frente a los demás. La tolerancia y la deportividad en el juego constituyen actitudes que, en el plano educativo, priman sobre la propia eficacia de la actividad y se convierten en actitudes favorables para una educación para la paz. La competición se utilizará como un medio, no como un fin.
Educación para la Igualdad de Oportunidades entre los Sexos.	Se pretende que las mujeres dejen de estar en los márgenes y pasen a ocupar el centro en igualdad de condiciones con los hombres. Esto supone un cambio que se producirá en la medida en que todas las personas sean educadas para ello. En el intento de llegar a una verdadera **"Coeducación Física"** (y no sólo a una educación mixta), el Departamento adopta los siguientes recursos: - Valorar la actitud en las clases y tratar de forma personalizada a cada alumno/a. - No comparar los resultados de rendimiento de los alumnos/as entre sí, con fines de selección o de clasificación, valorando la progresión personal. - Utilizar, en la misma proporción, a las chicas aventajadas para las demostraciones - Elegir actividades en las que las chicas puedan destacar y sentirse valoradas. - Integrar tanto los valores considerados "masculinos" como "femeninos

Educación ambiental	Pretende que los alumnos/as entiendan el medio en toda su complejidad de manera que puedan identificar y analizar problemas ambientales Y contribuir también con la participación activa en su conservación y mejora.
Educación para la salud	En la escuela hay que crear desde la infancia unos hábitos de higiene física, mental y social que desarrollen la autoestima y mejoren la calidad de vida. No obstante, su mayor sentido de transversalidad se alcanzará en temas tales como el consumo de drogas (tabaco, alcohol,...) o la alimentación, ya que son susceptibles de ser abordados conjuntamente con otras asignaturas (y, por tanto, de ser tratados de forma interdisciplinar).
Educación sexual	Se trata, no sólo de conocer los aspectos biológicos de la sexualidad, sino informar, orientar y educar sus aspectos afectivos, emocionales y sociales, entendiéndola como una actividad plena de comunicación entre las personas
Educación vial	Puntualmente se hará referencia a las normas de seguridad de los deportes y actividades físicas que se desarrollan en las vías públicas de circulación (calles, carreteras,...): marcha-paseo, carreras a pie, ciclismo,... Se puede aprovechar para trabajarla con el contenido de Orientación.

8. PROGRAMACIONES DIDÁCTICAS ESPECÍFICAS DE CURSO

7.4. CUARTO ESO.

A) ORGANIZACIÓN

BLOQUE	% PESO BLOQUE	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CCBB	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
I. Salud y calidad de vida	30%	Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva. La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc. La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas. La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza. Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma. Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz. Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas. El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas. Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana. Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las	4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA. 10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes. CAA, CD, SIEP. 12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. CCL, CAA, SIEP, CEC.	- Pruebas prácticas (cuaderno profesor) - Práctica diaria (cuaderno del profesor). - Prueba escrita (exámen) - Bolsa de aseo (cuadenro profesor). - Vestimenta diaria (cuaderno profesor) Vestimenta diaria

		compañeras en los trabajos en grupo, etc. Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso. Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.		
II. Condi-ción Física y motriz	30%	Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud. La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz. Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas. Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física.	2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajus-tando los elementos de la motricidad expre-siva. CAA, SIEP. 3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas pro-puestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos. CMCT, CAA, CSC, SIEP. 6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. CMCT, CAA, CSC.	- Pruebas prácticas (cuaderno profesor) - Práctica diaria (cuaderno del profesor). - Prueba escrita (exámen) - Bolsa de aseo (cuadenro profesor). - Vestimenta diaria (cuaderno profesor)
III. Juegos y depor-tes	25%	Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos. La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico- deportivas. Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración- oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambiando de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc. La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones. Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices. Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores. Las características de cada participante. Los	7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas. CAA, CSC, SIEP. 8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. CAA, CSC, CEC. 11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas. CCL, CAA, CSC, SIEP.	- Pruebas prácticas (cuaderno profesor) - Práctica diaria (cuaderno del profesor). - Prueba escrita (exámen) - Bolsa de aseo (cuadenro profesor). - Vestimenta diaria (cuaderno profesor)

		factores presentes en el entorno. Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa. Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como de de espectador o espectadora.		
IV. Expre-sión corpo-ral	10%	Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal. Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas. Diseño y realización de los montajes artístico- expresivos como, por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc.	1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las acti-vidades físicodeportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIEP. 2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC. 11. Demostrar actitudes persona-les inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la reso-lución de situaciones desconocidas. CAA, SIEP.	- Pruebas prácticas (cuaderno profesor) - Práctica diaria (cuaderno del profesor). - Prueba escrita (exámen) - Vestimenta diaria (cuaderno profesor)
V. Activi-dades físicas en el medio natural	5%	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: escalada, vela, kayaks, etc. Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía. La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes. Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura. Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura. Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural. Fomento de los desplazamientos	1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las acti-vidades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIEP. 4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA. 5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identifican-do las	- Pruebas prácticas (cuaderno profesor) - Práctica diaria (cuaderno del profesor). - Prueba escrita (exámen) - Vestimenta diaria (cuaderno profesor)

		activos. Sensibilización de los efectos de las diferentes actividades físicas realizadas en el medio natural y su relación con la forma de vida, la salud y la calidad de vida. Fomento de hábitos y actitudes de conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano.	adaptaciones orgánicas y su relación con la salud. CMCT, CAA. 9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno. CMCT, CAA, CSC.	

Los contenidos a trabajar en 4º de la ESO se distribuyen en las siguientes unidades:

1er Trimestre	U.D.1: Deportes de raqueta (Bádminton/ Tenis) U.D.2: Condición Física
2º Trimestre	U.D. 3: Torneos deportivos U.D. 4: Parkour U.D. 5: Prevención de lesiones
3 er Trimestre	U.D. 6: Expresión Corporal U.D.7: AFMN U.D. 8: Deportes colectivos

El C.E. Uso de las TIC y las TAC se trabaja de forma transversal en todas las UU.DD. ya que parte de la tarea se realizará de forma telemática debido a que este nivel es semipresencial.

En los grupos bilingües se trabajará interdisciplinarmente con otras materias el proyecto de bilingüismo. Este trabajo se evaluará con el C.E.9

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.

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.

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 le 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.