

**IES FUENTE ÁLAMO  
CARRETERA DEL PALOMAR, KM. 1  
14500 - PUENTE GENIL (CÓRDOBA)**

**PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA  
CURSO 2017-2018**

**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**PROFESOR:**

**FCO. JOSÉ GINÉS MATEOS**

<b>ÍNDICE.</b>	
<b>JUSTIFICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN.</b>	<b>003</b>
<b>CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE CC CLAVE.</b>	<b>007</b>
<b>OBJETIVOS DE LA MATERIA.</b>	<b>009</b>
<b>CONTENIDOS DE LA MATERIA.</b>	<b>011</b>
<b>METODOLOGÍA.</b>	<b>012</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- INTRODUCCIÓN.</li> <li>- PROPUESTAS PARA LA MEJORA DE LOS RESULTADOS DE LAS PRUEBAS DE DIAGNÓSTICO A TRAVÉS DE LA ASIGNATURA DE EDUCACIÓN FÍSICA.</li> <li>- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.</li> <li>- MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.</li> </ul>	
<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN.</b>	<b>027</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- INTRODUCCIÓN - CRITERIOS EVAL + ESTÁNDARES x CURSOS.</li> <li>- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.</li> <li>- VALORACIÓN/PONDERACIÓN CRIT EVAL/ESTÁNDARES/CC CLAVE.</li> </ul>	
<b>ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.</b>	<b>062</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- INTRODUCCIÓN.</li> <li>- PROGRAMACIÓN PARA EL ALUMNADO CON NEE.</li> <li>- PROGRAMA DE REFUERZO PARA EL ALUMNADO PENDIENTE.</li> <li>- PLAN ESPECÍFICO PARA EL ALUMNADO REPETIDOR.</li> </ul>	
<b>CONTRIBUCIÓN DEL ÁREA DE E.F. A LA C. COMUNICATIVA (PLC).</b>	<b>096</b>
<b>PROGRAMACIÓN DE AULA PARA 1º ESO.</b>	<b>102</b>
<b>PROGRAMACIÓN DE AULA PARA 2º ESO.</b>	<b>118</b>
<b>PROGRAMACIÓN DE AULA PARA 3º ESO.</b>	<b>134</b>
<b>PROGRAMACIÓN DE AULA PARA 4º ESO.</b>	<b>150</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>167</b>

## JUSTIFICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN.

La finalidad de esta programación es desarrollar el currículum de la asignatura de educación física en la ESO, dentro del ámbito de la comunidad educativa que forma el centro, teniendo en cuenta que es parte de la función formativa general, integrada en las materias comunes del currículum.

Como punto de partida, nos hemos basado en el currículum de la Educación Secundaria Obligatoria en nuestra Comunidad Autónoma. En dicho currículum queda reflejado que nuestra asignatura no se desmarca de los aspectos comunes del resto de materias, sino que puede crearse una relación interdisciplinar que favorezca el desarrollo del alumno.

A partir de esto, podríamos destacar los siguientes conceptos a tener en cuenta:

- Uno de los aspectos formativos de la ESO es favorecer la maduración intelectual y humana del alumnado, una mayor capacidad para adquirir e integrar nuevos conocimientos y habilidades y una mejor preparación para desarrollar funciones complejas que impliquen asumir ciertas responsabilidades.
- Por otro lado se trataría de facilitar al alumnado un contacto más profundo con algunos componentes fundamentales del desarrollo actual de la sociedad.
- Un tercer propósito es la iniciación del alumnado en la metodología y problemática de las diferentes ciencias o ámbitos del saber, para favorecer la construcción de su visión del mundo desde una base bien firme.

Con relación a los fines de la etapa, se podrían resaltar los siguientes, vinculantes a todas las materias que la componen:

- Que sepan emplear los recursos básicos del lenguaje técnico, científico e icónico adecuados a su madurez.
- Que lleguen a dominar los conocimientos científicos, tecnológicos y habilidades básicas fundamentales y saberlos aplicar para la comprensión y resolución de nuevos interrogantes que se les puedan plantear.
- Que puedan utilizar un cúmulo de contenidos adquiridos para analizar, comprender y valorar los cambios que se producen en el mundo actual, además de saberlos aplicar en la realización de trabajos de investigación tanto individuales como en equipo.
- Que tengan un conocimiento adecuado de las características naturales, culturales, históricas y sociales que identifican a la Comunidad Andaluza además de valorar positivamente y respetar el patrimonio natural y cultural propio, participando de manera solidaria y responsable en el desarrollo y mejora del entorno social en el que se ubica la comunidad educativa.
- Que consigan una visión integrada de las diferentes áreas del saber y ser capaces de transferir, de una materia a otra la experiencia adquirida (interdisciplinariedad).
- Que tengan una constancia en el trabajo, confianza en sus propias posibilidades e iniciativa a la hora de saber resolver problemas.
- Que sepan recurrir a las fuentes de documentación adecuadas para obtener información, organizar su propio trabajo, perseverar en el esfuerzo diario y ser crítico con los resultados obtenidos.
- Que realicen juicios independientes que aseguren su propia autonomía, respetando y siendo tolerantes con las opiniones que manifiesten otros miembros de la comunidad.
- Que desarrollen de forma armónica las capacidades físicas y psíquicas, complementado con unos hábitos de vida saludable.

- Que sepan orientarse profesional y académicamente, valorando sobretodo sus propias capacidades con relación a sus intereses.
- Que traten de adoptar actitudes de solidaridad y tolerancia para superar todo tipo de discriminaciones y prejuicios.

Más concretamente, y haciendo referencia a nuestra asignatura, la interpretación de dicho currículum nos da a conocer los siguientes aspectos, los cuales compartimos plenamente:

- La educación física, entendida como la educación del cuerpo a través del movimiento, tiene como finalidad facilitar al alumno los elementos necesarios para desarrollar la autonomía personal de la propia actividad física, adecuada a sus propias características.
- El ejercicio físico se ha de practicar con asiduidad, durante toda la vida, teniendo un abanico suficiente de conocimientos como para determinar qué es positivo y/o negativo para la persona, de tal manera que el ejercicio físico desemboque en una fuente de placer para la ocupación del tiempo libre, contribuya en la mejora de la salud y, por tanto, de la calidad de vida.
- El alumnado tiene que conocer y valorar la contribución positiva de los hábitos higiénicos en la salud. La OMS dice: “la salud es un estado de bienestar físico, mental y social”. Y la educación física tiene que contribuir a desarrollar y armonizar estos hábitos.
- Basándonos en el nivel de abstracción que tiene el alumnado en este nivel, se ha de incidir en la adquisición de conceptos y actitudes que posibiliten la toma de decisiones y de iniciativas para resolver problemas en diferentes situaciones. Los conceptos han de permitirle formular juicios críticos delante de los fenómenos socioculturales relacionados con las actividades físicas y deportivas, entendiéndolos como un medio más de relación entre la diversidad de pueblos, razas y culturas.
- En cuanto a los contenidos a trabajar, en esta etapa ha de haber una priorización de los aspectos de decisión y ejecución de las habilidades motrices; el valor educativo de los juegos y deportes colectivos se ha de fundamentar en los valores de cooperación por encima de actitudes competitivas; no se tiene que poner énfasis en la mejora de la condición física sino en el hecho que el alumno pueda experimentar y comprobar la contribución positiva del trabajo de este contenido en la salud.
- Se tendrá especial interés en que el alumno acepte su propio cuerpo con naturalidad, motivándole y explicándole que no hay un modelo estético ideal y mejor sobre los demás.
- Se ha de inculcar al alumnado que la conservación del bienestar físico es una tarea personal a la que se llega a través del propio esfuerzo.
- En esta etapa se han de dar posibilidades para la planificación de actividades en la naturaleza que impliquen cooperación y convivencia de todos los miembros del grupo, incidiendo en el respeto y preservación del medio natural.
- Por último, después de esta etapa, el alumnado proseguirá sus estudios o se incorporará al mundo laboral. Por tanto, sería conveniente ofrecer una visión de la actividad física tanto compensadora de la actividad laboral como de la ocupación del tiempo libre. La educación física puede contribuir en la implantación de hábitos que permitan generalizar la práctica deportiva en la vida adulta, adaptándolos a sus propios intereses y necesidades.

Como resumen a todo esto, podríamos decir que el fin último de esta etapa (ESO) sería la formación integral-global del alumnado, su orientación y preparación para niveles educativos superiores (Bachillerato, Ciclos Formativos) y, sobretodo, para la transición a la vida activa, buscando la adquisición de las competencias necesarias para responsabilizarse del cuidado y mejora de su calidad de vida como futuros ciudadanos y ciudadanas, fomentando el ocio activo y hábitos de vida saludable.

Pero para poder llevar a cabo todos estos ítems, se debe conocer previamente el contexto social y educativo del centro.

Nuestro Instituto se sitúa en el término municipal de Puente Genil (Córdoba), concretamente en la carretera del Palomar, aldea de dicho municipio, en la zona ribereña junto al río Genil y, por tanto, en las afueras del casco urbano. Fue un centro creado durante el curso académico 1998-99 a partir de una sección delegada del IES Manuel Reina de Puente Genil, y llegando a ser centro independiente al curso siguiente.

El edificio fue utilizado con anterioridad como centro de educación primaria y, antes de esto, como centro de educación especial, desde finales de los años 70. Se trata, por consiguiente, de un edificio con una antigüedad de más de tres décadas que requiere una adaptación permanente a sus necesidades.

En nuestro centro se imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, existiendo un Aula de Integración en dicho nivel. Son dos los centros de Primaria adscritos a nuestro IES: El CEIP Ramiro de Maeztu, en el barrio bajo de Puente Genil, y el CEIP agrupado rural Río Genil, con unidades repartidas en cada aldea y con ubicación principal en la aldea del Palomar.

En cuanto a las dependencias, cabe decir que el fin para el que fue diseñado y construido en un principio (ed. especial) ha condicionado, y condiciona, la organización y el desarrollo de la labor educativa diaria pero se están poniendo los medios para un mejor aprovechamiento.

Así se destaca un edificio principal donde se ubican 8 aulas, de menor tamaño que el deseado. También hay un mini-aula de informática aprovechando un ancho pasillo en la planta alta así como una sala de usos múltiples y biblioteca en la parte de la terraza. En la planta baja también se encuentran las dependencias administrativas y de reuniones: sala de profesores, despachos del equipo directivo, Departamento de Orientación, conserjería, el aula de convivencia, el aula de música y el laboratorio.

En otros dos edificios anexos se encuentran el aula de apoyo, de plástica y de tecnología, dos espacios destinados a almacén, el gimnasio con vestuarios incorporados, el aula principal de informática y otra aula complementaria.

Todas las aulas y despachos dispondrán de puntos de acceso inalámbricos a la red gracias a la incorporación de las tecnologías de la información y la comunicación a la práctica docente.

También, cabe decir que la superficie útil en los alrededores del edificio es grande, contando con una pista polideportiva, zona de jardín delantero y patio central entre los edificios principales.

En los últimos años se han habilitado como aulas complementarias otros espacios, a posponer la creación de zonas también necesarias, como los departamentos, y a la necesidad de efectuar reformas constantemente. Dichas actuaciones llevadas a cabo han hecho que el centro conserve su habitabilidad y funcionalidad, aunque los muchos años de uso hace que periódicamente se produzcan averías en las instalaciones eléctricas, conducciones de agua, desperfectos en puertas, ventanas, etc. y cuya reparación exige la asignación de una cantidad presupuestaria anual.

El centro tiene unos 150 alumnos matriculados, que se dividen en 7 grupos de ESO para educación física.

La plantilla del centro se compone de unos 20 miembros, formada por personal docente y de apoyo, ayudante lingüístico para el bilingüismo y PAS (conserjería y administración), número que va aumentando o disminuyendo curso a curso en función del alumnado matriculado y de los diversos proyectos en los que estamos inmersos. Del profesorado existente, la gran mayoría tiene destino definitivo (con la titulación adecuada/afín a las especialidades que imparten) y los departamentos funcionan correctamente según la legislación vigente.

La procedencia del alumnado es mayoritariamente del ámbito rural. Nuestro centro acoge a todos los jóvenes de las aldeas de Puente Genil (Cordobilla, Los Arenales, Puerto Alegre, Ribera Baja, Ribera Alta, El Palomar, Sotogordo y La Mina) así como de núcleos rurales más pequeños (cortijos, casas de labranza, etc.) y a los alumnos del barrio bajo del pueblo (Miragenil). Como cabe suponer, todos nuestros alumnos son usuarios del servicio de Transporte Escolar que ofrece la Administración Educativa mediante las respectivas líneas de transporte creadas.

El centro participa en varios planes y/o proyectos educativos y tiene la posibilidad de solicitar otros pendientes para su aprobación.

Respecto a las relaciones con las familias, la AMPA se ve reducida a un pequeño número de padres y madres que colaboran con el centro en la medida de lo posible, pues la participación en dicha asociación es escasa debido a la dispersión y lejanía de las familias que condiciona su operatividad. No obstante, el contacto entre tutores y/o profesores con las familias es fluido y constante respecto al aprendizaje de los alumnos.

Esto favorece que haya un buen clima de convivencia en el centro, exceptuando los típicos casos aislados con algunos miembros, y las relaciones sean correctas y respetuosas.

La apertura del centro a la comunidad educativa podría facilitar aún más esta relación: el acceso a las instalaciones deportivas, a la biblioteca y a cuantas actividades organizadas por el centro; podría potenciar un nexo entre todas las aldeas que rodean la localidad.

También se percibe la necesidad de vincular la educación, formación e iniciación en el mundo laboral de acuerdo con el entorno más cercano y prestar atención al hecho de que el alumnado profundice en el respeto de su entorno, tanto natural como geográfico, social y económico.

Finalmente, las relaciones con el Ayuntamiento son bastante habituales en cuanto a la acogida y realización de actividades propuestas desde las distintas áreas de la Administración Local: exposiciones, obras de teatro, visitas de interés, actividades deportivas, etc.

## **CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE CC CLAVE.**

Las Competencias Clave a desarrollar en el marco de la etapa de la ESO son siete:

1.- competencia en comunicación lingüística (CCL): trabajar una amplia variedad de situaciones verbales y no verbales que ofrece la actividad física.

2.- competencia digital (CD): realizar tareas de acceso y gestión de la información en Internet relacionadas con la actividad física y la posterior creación y difusión de sus contenidos.

3.- competencias sociales y cívicas (CSC): fomentar el respeto, la igualdad, la cooperación y el trabajo en equipo, así como fomentar las reglas deportivas, las normas de seguridad vial, la prevención de riesgos y lesiones, el conocimiento de primeros auxilios, la conservación y protección del medio ambiente y entornos saludables...

4.- competencia conciencia y expresiones culturales (CEC): reconocer y valorar las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (juegos y deportes, actividades artísticas y expresivas, actividades en el medio natural,...).

5.- competencia aprender a aprender (CAA): desarrollar la capacidad de planificación, organización, ejecución y regulación de la actividad física, permitiendo al alumnado el diseño de su plan de acción, su adecuación para alcanzar la meta prevista y su posterior evaluación. Todo ello combinado con la motivación y la confianza en si mismo.

6.- competencia sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP): otorgar al alumnado funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, de roles de liderazgo, del trabajo en equipo y de su superación personal.

7 - competencia matemática y básica en ciencias y tecnología (CMCT): ofrecer situaciones para aplicar el razonamiento matemático (cantidades, formas, espacio, análisis de datos,...) y el científico-tecnológico (comprensión de sistemas físicos, biológicos y tecnológicos).

El desarrollo de estas CC CLAVE en el área de la educación física se puede realizar a través de los siguientes indicadores:

### **1. COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA:**

➤CB 1.1: Intercambios comunicativos verbales y no verbales, y del vocabulario específico.

### **2. COMPETENCIA DIGITAL:**

➤CB 2.1: Tratamiento de información específica a través de su búsqueda, selección y difusión relevante: uso de la biblioteca, manejo de herramientas en soporte tecnológico e informático, internet,...

### **3. COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS:**

➤CB 3.1: Integración y fomento del respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación, la igualdad y el trabajo en equipo.

- CB 3.2: Integración en un proyecto común, y aceptación de las diferencias y limitaciones de los participantes, siguiendo normas democráticas en la organización del grupo y asumiendo cada integrante sus propias responsabilidades.
  - CB 3.3: Aceptación de los códigos de conducta propios de una sociedad: cumplimiento de las normas y reglamentos que rigen las actividades deportivas.
4. COMPETENCIA CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES:
- CB 4.1: Reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales de la motricidad humana: deportes, juegos tradicionales, actividades expresivas o la danza.
  - CB 4.2: Expresión de ideas o sentimientos de forma creativa: exploración y utilización de las posibilidades y recursos expresivos del cuerpo y el movimiento.
  - CB 4.3: Adquisición de habilidades perceptivas: experiencias sensoriales y emocionales propias de las actividades de la expresión corporal.
  - CB 4.4: Adquisición de una actitud abierta hacia la diversidad cultural: conocimiento de las manifestaciones lúdicas, deportivas y de expresión corporal propias de otras culturas.
  - CB 4.5: Análisis y la reflexión crítica ante la violencia en el deporte u otras situaciones contrarias a la dignidad humana que en él se producen.
5. COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER:
- CB 5.1: Planificación de determinadas actividades físicas a partir de un proceso de experimentación.
  - CB 5.2: Regulación de su propio aprendizaje y práctica de la actividad física en su tiempo libre, de forma organizada y estructurada.
  - CB 5.3: Habilidades para el trabajo en equipo en diferentes actividades deportivas y expresivas colectivas.
  - CB 5.4: Adquisición de aprendizajes técnicos, estratégicos y tácticos que son generalizables para varias actividades deportivas.
6. COMPETENCIA SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR:
- CB, 6.1: Protagonismo del alumnado en aspectos de organización individual y colectiva de jornadas y actividades físicas y deportivas o de ritmo.
  - CB 6.2: Planificación de actividades para la mejora de su condición física.
  - CB 6.3: Participación en situaciones en las que debe manifestar auto superación, perseverancia y actitud positiva ante tareas de cierta dificultad técnica o en la mejora del propio nivel de condición física.
7. COMPETENCIAS MATEMÁTICA Y BÁSICAS EN CIENCIAS Y TECNOLOGÍA:
- CB 7.1: Aplicación matemática de los resultados y valoraciones de las pruebas: cálculo de operaciones, resolución de problemas prácticos, tablas y gráficos,...
  - CB 7.2: Comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos: alimentación e hidratación, el cuerpo humano, instrumentos de la actividad física y deportiva,...



## **OBJETIVOS DE LA MATERIA.**

La enseñanza de la educación física en la etapa de ESO, en la Comunidad Andaluza, tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos generales:

- 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 el punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
- 3.- Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludable, práctica 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-creativa, 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 vida.
- 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 su 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.

Por último, cabe adaptar de forma transversal dos objetivos generales fundamentales, a través de los cuales se adopten actuaciones que favorezcan su consecución:

- Conocer y apreciar los rasgos y particularidades del habla andaluza, los elementos específicos de la historia y cultura andaluza, su medio físico y natural y otros hechos diferenciadores de nuestra Comunidad, así como su valoración positiva como patrimonio cultural propio en el marco de la cultura española y universal.

- Potenciar las capacidades de comprensión lectora y expresión oral y escrita mediante su práctica cotidiana en el aula, biblioteca y usos informáticos y audiovisuales, así como el razonamiento lógico-matemático y la educación en valores.

A partir de esta base, el departamento de educación física quiere hacer mención a una serie de factores previos que se deberían tener en cuenta para una idónea concreción de los objetivos didácticos en el centro:

- Características del alumnado: edad, estado físico-motriz, desarrollo psico-físico, características emocionales y afectivas,...
- Contenidos de la especialidad realizados en la etapa anterior (Primaria).
- Contenidos que los especialistas en educación física consideran más óptimos para desarrollar en esta nueva etapa (ESO).
- Recursos materiales, equipamientos e instalaciones que dispone el centro.

## CONTENIDOS DE LA MATERIA.

A través de los contenidos de la educación física se trabajará un amplio repertorio de acciones motrices, promoviendo que el alumnado adquiriera las destrezas, los conocimientos y actitudes necesarias para desarrollar su competencia motriz en contextos variados.

Los contenidos generales a desarrollar en la etapa de ESO en la Comunidad Andaluza se organizan alrededor de 5 grandes bloques:

### *1.- Salud y Calidad de Vida:*

- a.- Hábitos de vida saludable: alimentación, actividad física programada y descanso.
- b.- Los estilos de vida activos.
- c.- Prevención de conductas y hábitos perjudiciales para la salud,
- d.- Técnicas básicas de respiración, de relajación y alivio de la tensión y del estrés.
- e.- Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación.

### *2.- Condición Física y Motriz:*

- a.- Desarrollo de las capacidades físicas y motrices
- b.- Regulación de la práctica de actividad física.
- c.- Los sistemas de obtención de energía.

### *3.- Juegos y Deportes:*

- a.- Los juegos, recreativos y populares.
- b.- Los juegos predeportivos.
- c.- los deportes tradicionales, individuales y colectivos, con/sin colaboración – con/sin oposición.
- c.- los juegos y deportes alternativos.

### *4.- Expresión Corporal:*

- a.- La comunicación y expresión creativa.
- b.- La expresión artística a través de cuerpo.
- c.- La regulación de emociones y sentimientos.

### *5.- Actividades Físicas en el Medio Natural:*

- a.- Interacción del alumnado con el medio natural y urbano.
- b.- Beneficios positivos de la realización de su práctica.
- c.- Concienciación en el respeto y conservación del entorno.

A partir de esta clasificación, el Departamento de Educación Física ha considerado realizar una adaptación de los contenidos del bloque 1 (Salud y Calidad de Vida) en el currículo del centro, aprovechando su carácter transversal:

1.- Los subapartados A+B+C: se integrarán principalmente en el bloque 2, creando el Bloque de Condición Física y Salud.

2.- El subapartado D se integrará en el bloque 4 de Expresión Corporal.

2.- El subapartado E se integrará como contenido a desarrollar en todos los bloques.

## **METODOLOGÍA.**

### INTRODUCCIÓN.

El aspecto fundamental que define el área de la educación física es el carácter activo de su metodología, con un marcado sentido práctico, si bien la adquisición de conocimientos teóricos también juega un papel importante.

La función principal del profesorado de educación física como formador debe ser la educación integral y global del alumnado a través del movimiento.

Esta formación es viable por medio de 4 conceptos básicos para su consecución:

- La ejercitación: estimular y motivar al alumno el deseo de moverse.
- El juego: enseñar la manera de jugar para que éste sea formativo.
- El rendimiento: debe tener cabida en la actividad física pero dirigiéndolo hacia una valoración global sin provocar un comportamiento competitivo.
- La capacidad creativa: fomentar la imaginación del alumnado potenciando los valores creativos a través de la actividad.

Pero para poner en práctica estas bases se deben tener la suficiente capacidad para determinar una correcta organización del trabajo, disponiendo y aprovechando las sesiones prácticas con las mejores garantías de conseguir los objetivos propuestos.

En la organización de las sesiones se debe tener en cuenta las siguientes premisas:

#### Competencias, objetivos y contenidos:

Adaptarlos al grupo, con una progresión óptima y asumible, y que puedan ser evaluados sus resultados. Importante destacar no solamente los aspectos psicomotrices sino también los cognitivos y los socio-afectivos. Los contenidos teóricos se desarrollarán paralelamente a los prácticos y no deben sobrepasar el 20% del total del curriculum.

#### Actividades, tareas, ejercicios:

Se han de alternar las analíticas con las globales y siempre con una progresión adecuada para conseguir mejor los objetivos. Importante destacar que las actividades sean lo más motivantes posibles.

#### Estilos de enseñanza:

Variarán en función del grupo y del tipo de actividad. Principalmente usar todo el abanico posible de estilos existentes, buscando combinaciones entre ellos aunque los más utilizados serán el mando directo, la asignación de tareas y el individual para los contenidos relacionados con la condición física y los deportes, y los estilos más creativos y menos directivos en aquellas actividades donde se trabajen el aspecto recreativo y de comunicación/expresión corporal.

Importante destacar que la elección de un estilo también debe fundamentarse en la posibilidad de que profesorado y alumnado tomen parte en las decisiones de la sesión práctica (estilo socio-integrador).

#### Interacción profesorado-alumnado:

Tanto el profesorado como el alumnado deben conocer en todo momento la progresión individual y la consecución de los objetivos como medio de motivación personal. Para ello se utilizarán distintos tipos de feed-back adaptados a cada persona y a cada situación. En caso contrario, si es necesario, se debería modificar la programación.

#### Comunicación profesorado-alumnado:

Ha de ser la justa y adecuada. No se debe perder mucho tiempo en explicaciones y demostraciones, adaptándose a la comprensión del grupo. Principalmente se hará uso de la vía oral (palabra) y visual (demostración). También se puede complementar con otros medios (bibliográficos, informáticos/digitales y audiovisuales) en momentos puntuales del curso.

#### Conocimiento del grupo:

Es importante que haya una buena cohesión y estabilidad dentro del grupo. Crear un buen clima social ayudará en el funcionamiento y mantenimiento del trabajo grupal. Importante buscar la canalización de la ayuda de los “mejores” en favor de los menos capacitados a través del trabajo en equipo.

#### Control de la organización de la sesión:

Hay tres momentos clave:

##### *Antes/después de la sesión:*

Control de las entradas y salidas, pasando el control de asistencia y exigiendo el buen cumplimiento de la puntualidad.

Agilizar los cambios entre clase y clase para no perjudicar el trabajo del resto de grupos.

Exigencia de llevar equipación adecuada para la práctica deportiva.

En caso de poder disponer de vestuarios, coordinar con el grupo el orden y el control de los cambios de ropa para evitar infracciones (robos, comportamientos inadecuados,...).

##### *Durante la sesión:*

Estricto cumplimiento del horario establecido. Cualquier modificación debe ser consensuada con el resto de asignaturas y/o actividades desarrolladas en el centro por parte del profesorado.

La sistemática o secuenciación de la sesión puede abarcar las siguientes fases:

Fase previa o explicación de la estructura de la sesión.

Fase inicial o calentamiento.

Fase principal o desarrollo de contenidos y objetivos.

Fase final o vuelta a la calma

Fase de análisis de resultados o comentarios sobre la sesión: (a) con el grupo,

b) organización y valoración por parte del profesorado.

Importante que haya un óptimo control de la organización por parte del profesorado. Pero también se ha de intentar que el alumnado vaya involucrándose hasta el punto que pueda decidir en aspectos organizativos y poder llegar a tener su propia responsabilidad personal.

### Control de los aspectos instrumentales:

Hay dos elementos clave:

#### *Instalaciones:*

Se debe programar las sesiones en función de los espacios que se dispone, preocupándose de:

- a) utilización máxima del espacio asignado para la sesión.
- b) mantenimiento satisfactorio.
- c) seguridad en su uso.
- d) respeto por los espacios adyacentes y otras dependencias escolares cercanas a la zona de trabajo.

Toda sesión debe adaptarse a los espacios existentes. No obstante, los factores ambientales (lluvia, frío, calor,...) pueden afectar en algún momento las sesiones programadas. En estos casos, se debe buscar alternativas coherentes en la secuenciación de los contenidos para el desarrollo de la sesión.

#### *Material (inventariable-fungible):*

Su importancia dentro de las clases de educación física se fundamenta en 4 principios básicos:

- a) facilita la consecución de los objetivos.
- b) facilita la motivación.
- c) facilita la organización y control de la sesión.
- d) facilita el proceso social del alumnado.

Por ello, el profesorado debe tener en cuenta las siguientes premisas:

- a) saber usar el material adecuadamente, tanto el fungible como el fijo.
- b) evitar acciones o situaciones peligrosas.
- c) adaptarlo a un uso polivalente.
- d) mantenimiento y almacenaje idóneos, para alargar su duración.

### Control de la evaluación:

Dos vertientes:

#### *Evaluación del alumnado:*

Se intentará que sea lo más objetiva posible. Valoraciones:

- Evaluación del nivel inicial a principio de curso.
- Evaluación de proceso (tres trimestres). Se realizará siguiendo dos premisas:
  - a) Evaluación continua-formativa (cualitativa) durante el curso, a través del control de la participación y del comportamiento, del control de la progresión individual y de las posibles deficiencias del alumnado.
  - b) Evaluación sumativa (cuantitativa) o control del alumnado a través de las pruebas teóricas y prácticas que se puedan realizar a lo largo de los trimestres del curso.
- Evaluación extraordinaria, en septiembre, para aquellos alumnos/as que no superen la asignatura a lo largo del curso.

#### *Evaluación de la programación:*

Siempre es importante revisarla, a través de un proceso constante y continuo donde se evalúe la labor del propio profesorado, los resultados de los logros alcanzados y los resultados de las evaluaciones que realicen los alumnos. Si fuera necesario realizar las mejoras oportunas de cara a los cursos posteriores. Esta tarea no sólo debe ser competencia del departamento sino que también debe ser considerada y consensuada con el Equipo Técnico de Coordinación Pedagógica del centro a través de Jefe/a del Área.

## PROPUESTAS PARA LA MEJORA DE LOS RESULTADOS DE LAS PRUEBAS DE DIAGNÓSTICO A TRAVÉS DE LA ASIGNATURA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

### EN RELACIÓN AL CURRÍCULUM.

- Dedicación de un tiempo diario a la lectura en voz alta, mejorando la entonación, ritmo y comprensión.
- Adquisición de un vocabulario específico de la asignatura, incluyendo el conocimiento básico de su correspondencia en el idioma inglés.
- Adecuación de la programación a los ítems de las Pr. de Diagnóstico y las CC Clave.
- Realización de trabajos, resúmenes, redacciones, narraciones, descripciones, exposiciones,... referentes a la asignatura, con cohesión y corrección sintáctica, buena presentación y letra.
- Desarrollo de estrategias de resolución de problemas (comprensión de la toma de datos, planteamiento de las operaciones, análisis de las soluciones posibles y conclusión final).
- Aumentar el trabajo experimental.

### EN RELACIÓN A LA PRÁCTICA DOCENTE.

- Elaboración e interpretación de tablas y gráficos en general, así como de símbolos, gestos y otros códigos visuales típicos de la asignatura de educación física.
- Adaptación de los enunciados de los problemas y actividades a las características del alumnado, siendo lo más funcionales, objetivos y cercanos al mundo que nos rodea.
- Sistematización de actuaciones referentes a la lectura en voz alta, comprensión lectora y expresión escrita, siendo valorada por parte del profesor.
- Fomento del uso de la biblioteca como zona de lectura, trabajo de las materias,...
- Fomento de un ambiente de trabajo que facilite las relaciones de cooperación y comunicación social, el orden y la limpieza, el respeto por el material y el entorno y el desarrollo de hábitos saludables.

### EN RELACIÓN A LA TUTORÍA.

- Conocimiento y uso por parte del alumnado de diversas estrategias de aprendizaje: manejo de la agenda, técnicas de estudio, uso de los esquemas y los resúmenes,...
- Mejora de la convivencia y resolución de conflictos a través de entrevistas individuales, trabajo en grupos,... así como el conocimiento de los derechos y deberes del alumnado.
- Actuaciones en favor de erradicar el absentismo escolar, con un control y seguimiento ágil entre el centro y responsables locales/autonómicos.
- Desarrollo de la coordinación entre equipos docentes con el Depto. de Orientación.

### EN RELACIÓN A LA CONVIVENCIA Y OTRAS ACCIONES PARA LA IGUALDAD.

- Puesta en marcha a través de los equipos docentes de actuaciones consensuadas para la mejora de convivencia: organización del aula, normas de convivencia, prevención del fracaso escolar,...
- Recomendaciones para el uso de un lenguaje no sexista, ni ofensivo o discriminatorio.
- Fomento de actividades de coeducación: día de la Paz, exposiciones sobre la mujer,...
- Creación del Aula de Convivencia.

#### EN RELACIÓN A LA FAMILIA Y EL ENTORNO.

- Fomento de actividades, charlas, talleres,...para mejorar el contacto Familia y Centro.
- Fomento de la implicación de padres y madres en la educación y formación de sus hijos/as, mejorando el contacto del profesorado con las familias.
- Fomento de las relaciones del centro con organismos y entidades locales y comarcales, públicas y privadas, tales como asociaciones (sociales, pedagógicas, culturales, sanitarias y deportivas), ayuntamiento..., que permitan mejorar la atención educativa del alumnado.

#### EN RELACIÓN A LA ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO DEL CENTRO.

- Revisión y modificación de la programación para incluir las propuestas de mejora surgidas tanto en la competencia lingüística, matemática y científica.
- Generalización de medidas de atención a la diversidad: desdobles de grupos, adaptaciones no significativas o atención individualizada en casos que lo han requerido, plan de acompañamiento,...



## ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

### Recreo:

El departamento intentará organizar en el tiempo de recreo (30 minutos) las siguientes actividades para todas las clases:

- Competición de baloncesto.
- Competición de fútbol sala.
- Competición de tenis de mesa.

### Proyecto el Deporte en la Escuela:

El departamento intentará que el alumnado del centro pueda realizar actividades deportivas en horario de tarde. Para ello se propondrá la colaboración del profesorado del centro o, en su defecto, de la Delegación de Deportes del IMSC del Ayuntamiento de Puente Genil y otras entidades deportivas de la localidad, con la aportación de personal deportivo y consensuado con el centro a través del departamento de educación física.

### Celebraciones-festividades:

El departamento, junto con el resto del profesorado, participará en la organización y ejecución de actividades de carácter festivo-recreativas para la celebración y conmemoración de actos de arraigo entre la comunidad educativa: Día de la Constitución, Día de Andalucía,...

### Salidas fuera del centro:

El departamento tiene intención de:

- Proponer salidas de carácter deportivo-educativo-recreativo: actividades en la nieve en Sierra Nevada, actividades en la naturaleza en la Subbética o Algámitas o Cazorla, piragüismo o remo en Sevilla, karting de Casariche, actividades acuáticas en la piscina de P. Genil y actividades deportivas en las instalaciones del Pádel el Silo,...
- Participar en competiciones y espectáculos lúdico-deportivos organizados por entidades públicas y/o privadas: competiciones deportivas municipales: fútbol, baloncesto, balonmano, voleibol, atletismo, bádminton,...
- Participar en salidas programadas por los departamentos y en especial en aquellas donde pueda existir una interdisciplinariedad.
- Colaborar y/o acompañar a los alumnos de 4º ESO en el Viaje de Fin de Estudios.

## NORMATIVA PARA LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES FUERA DEL CENTRO.

Siempre que la actividad implique una salida fuera del centro, el profesor organizador, bien directamente o a través del Jefe del Departamento de Actividades Extraescolares, deberá entregar el listado de los alumnos, curso al que pertenecen y autorizaciones de los padres al Jefe de Estudios con una antelación no inferior a 3 días lectivos. Si algún alumno no reúne los requisitos para participar en dicha actividad se le comunicará al profesor antes de 48 horas.

Estará excluido de estas actividades fuera del centro el alumnado que:

- 1.- En el último mes haya sido objeto de una expulsión del centro.
- 2.- En el último mes haya tenido una amonestación, a excepción de aquellos casos que considere oportuno el equipo directivo a petición del profesorado participante.
- 3.- No muestren un mínimo de interés por la asignatura que organiza dicha actividad.
- 4.- No aporten la autorización familiar para tal actividad.

Los padres, madres y otros adultos podrán participar como responsables de dichas actividades, siempre que estén autorizados por el Consejo Escolar y previo aviso a Jefatura de Estudios, al/a la jefe/a de Actividades Extraescolares y al profesorado organizador.

#### NORMATIVA PARA EL ALUMNADO QUE PARTICIPA EN ACTIVIDADES FUERA DEL CENTRO.

- 1.- El alumnado deberá obedecer las instrucciones de los acompañantes (profesores, padres, adultos) y cooperar con ellos para la buena marcha de la actividad, así como comportarse con la corrección debida en cada momento.
- 2.- El alumnado no podrá ausentarse ni del grupo y ni del lugar de alojamiento sin la expresa autorización de los adultos acompañantes.
- 3.- El alumnado no podrá utilizar o alquilar vehículos de transporte o deportivos con motor. Tampoco podrá desplazarse a lugares y localidades distintas a las programadas ni participar en actividades que no sean las organizadas que impliquen un riesgo para su integridad física y la de los demás.
- 4.- El alumnado realizará las salidas nocturnas siempre en grupo, evitando el consumo de alcohol, tabaco y otros estupefacientes, sin provocar conflictos e incidentes con otras personas y sin realizar actos vandálicos.
- 5.-El alumnado mostrará un comportamiento correcto en el lugar de alojamiento, respetando las normas básicas de convivencia y evitando situaciones que puedan generar tensiones o producir daños personales y materiales, tales como alterar el descanso de los restantes huéspedes, producir destrozos en el mobiliario, consumir alcohol, tabaco y otros estupefacientes, realizar actos de vandalismo y bromas de mal gusto, mostrar actitudes chulescas y de mala educación con todo el personal,...

#### SANCIONES.

Los daños causados a personas o bienes ajenos y los destrozos realizados en habitaciones y dependencias del lugar de alojamiento por uso indebido de sus enseres e instalaciones serán de responsabilidad del causante. De no poderse identificar al culpable, el grupo de habitación o todo el grupo, según el caso, serán los responsables. Por tanto, son los padres y madres los que correrán con los gastos y multas ocasionados por sus hijos/as.

Los acompañantes responsables podrán comunicarlo telefónicamente a los padres y madres, o en su defecto a los tutores legales, y a la Jefatura de Estudios del centro, para tomar las medidas pertinentes e incluso para acordar su regreso antes de finalizar la actividad.

El incumplimiento de estas normas por parte del alumnado participante en la actividad será sancionado según lo previsto en la normativa vigente sobre derechos y deberes de los alumnos.

Además, el alumnado quedará excluido temporal o permanentemente de poder participar en las sucesivas actividades fuera del centro.

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**COMPETICIONES DEPORTIVAS**

Se comunica al alumnado que, a partir del mes de noviembre, se iniciarán las competiciones deportivas de equipo en el centro.

Van dirigidas a todas las clases, las cuales se organizarán en dos grupos:

Grupo 1: 1ºA, 2ºA y 3º.

Grupo 2: 1ºB, 2ºB y 4º.

Los deportes en los que se pueden participar son:

Baloncesto.

Fútbol Sala.

La competición en cada deporte estará formada por dos fases:

1ª Fase: liga a una sola vuelta.

2ª Fase: semifinales y finales.

Los partidos se jugarán en la franja horaria del recreo (de 11:30 a 12:00). La duración máxima será de 30 minutos. Pero si los partidos no comienzan a su hora, éstos se verán reducidos sin posibilidad de jugar la totalidad del tiempo estimado.

Los partidos aplazados por razones justificadas se jugarán en las fechas libres que se dispongan.

Los equipos pueden ser mixtos y todos sus componentes de la misma clase. Como mínimo han de haber 5 jugadores por clase para poder jugar en cada uno de los deportes.

La participación del alumnado es voluntaria, pero todos aquellos que se inscriban tienen el derecho de jugar.

Normas básicas de la competición:

Se regirá por el reglamento correspondiente a cada deporte. El arbitraje será compartido por los equipos. Cualquier problema, infracción,... debe ser comunicado al Departamento de Educación Física para poder tomar las medidas pertinentes y sancionar a aquellos jugadores y/o equipos implicados.

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**COMPETICIÓN DE BALONCESTO**

<b>GRUPO 1</b> 1ª 2ª 3ª	<b>GRUPO 2</b> 1ªB 2ªB 4ª
----------------------------	------------------------------

**1ª FASE: LIGA A UNA SOLA VUELTA**

FECHA	EQUIPOS	TANTEO	FECHA	EQUIPOS	TANTEO

**2ª FASE: SEMIFINALES**

FECHA	EQUIPOS	TANTEO	FECHA	EQUIPOS	TANTEO

**2ª FASE: FINALES**

FECHA	EQUIPOS	TANTEO	FECHA	EQUIPOS	TANTEO

<b>CAMPEÓN GRUPO 1</b>	<b>CAMPEÓN GRUPO 2</b>

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**COMPETICIÓN DE FÚTBOL SALA**

<b>GRUPO 1</b> 1ª 2ª 3º	<b>GRUPO 2</b> 1ºB 2ºB 4º
----------------------------	------------------------------

**1ª FASE: LIGA A UNA SOLA VUELTA**

FECHA	EQUIPOS	TANTEO	FECHA	EQUIPOS	TANTEO

**2ª FASE: SEMIFINALES**

FECHA	EQUIPOS	TANTEO	FECHA	EQUIPOS	TANTEO

**2ª FASE: FINALES**

FECHA	EQUIPOS	TANTEO	FECHA	EQUIPOS	TANTEO

<b>CAMPEÓN GRUPO 1</b>	<b>CAMPEÓN GRUPO 2</b>

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**COMPETICIONES DEPORTIVAS**

Se comunica al alumnado que, durante el mes de febrero, se realizará la competición de tenis de mesa en el centro para conmemorar el “Día de Andalucía”.

Va dirigida a todas las clases, las cuales se organizarán en dos grupos:

Grupo 1: 1ºA, 2ºA y 3º.

Grupo 2: 1ºB, 2ºB y 4º.

La competición estará formada por dos fases:

1ª Fase: eliminatoria entre los participantes de cada clase, clasificándose dos componentes de cada clase para la segunda fase.

2ª Fase: eliminatoria entre los ganadores de la primera fase hasta llegar al campeón de cada grupo. Como punto final, se realizará una eliminatoria entre el vencedor de cada grupo para conocer el campeón absoluto del centro.

La eliminatoria de la 1ª fase se jugará en las sesiones de educación física y en la franjas horarias del recreo (de 11:30 a 12:00), previas a la 2ª fase.

La eliminatoria de la 2ª fase se jugará en la fecha asignada por el centro para conmemorar el “Día de Andalucía”.

Las eliminatorias no se podrán aplazar bajo ningún concepto. En el caso de no presentarse un participante quedará eliminado automáticamente.

La competición será mixta, con eliminatorias individuales a partido único al mejor de 21 puntos.

La participación del alumnado es voluntaria, pero todos aquellos/as que se inscriban tienen el derecho de jugar.

Normas básicas de la competición:

Se regirá por el reglamento correspondiente a este deporte pero adaptado a esta competición. El arbitraje será compartido por los participantes. Cualquier problema, infracción,... debe ser comunicado al Departamento de Educación Física para poder tomar las medidas pertinentes y sancionar a los infractores.

Reglas principales:

- a. Partidos individuales y mixtos al mejor de 21 puntos, con una diferencia mínima de 2 puntos para ganar.
- b. Saque libre sobre cualquier zona del campo contrario.
- c. Si se falla el saque no hay un 2º intento (“media”) y es punto para el contrario.
- d. Si la pelota toca la red en el saque y pasa al campo contrario, se repite.
- e. El cambio de saque entre jugadores se realizará cada 5 puntos.

**IES FUENTE ÁLAMO  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CURSO 2017-2018**

**COMPETICIÓN DE TENIS DE MESA “DÍA DE ANDALUCÍA”**

<b>GRUPO 1</b> 1ºA 2ºA 3º	<b>GRUPO 2</b> 1ºB 2ºB 4º
------------------------------	------------------------------

**1ª FASE: ELIMINATORIA x CLASES**

Cada clase tendrá un calendario propio de la primera fase.  
Para conocer el sorteo de los emparejamientos ponerse en  
contacto con el Departamento de Educación Física.

**2ª FASE: ELIMINATORIA x GRUPOS**

<b>GRUPO 1</b>	<b>CAMPEÓN</b>
3º 3º 1ºA 1ºA 2ºA 2ºA	

<b>GRUPO 2</b>	<b>CAMPEÓN</b>
2ºB 2ºB 1ºB 1ºB 4º 4º	

**2ª FASE: ELIMINATORIA FINAL**

<b>CAMPEÓN GRUPO 1</b>		
<b>CAMPEÓN GRUPO 2</b>	<b>VENCEDOR ABSOLUTO</b>	

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**PROYECTO EL DEPORTE EN LA ESCUELA**

ALUMN@	F. NACIMIENTO	GRUPO	1º TR.	2º TR.	3º TR.
<b>Nº DE INSCRIPCIONES DE ALUMN@S</b>					



## MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.

Se pueden destacar, entre otros, los siguientes:

### Medios materiales:

Los propios que se pueden utilizar en una clase de educación física (inventariable-fungible), siempre limitado por el existente en el centro (ver inventario) y el presupuesto anual que pueda disponer el departamento de educación física para la compra de nuevo material.

### Recursos didácticos:

Todos aquellos que pueden beneficiar la asimilación de los contenidos por parte del alumnado en el proceso de enseñanza-aprendizaje:

Hojas con las tareas a realizar.

Hojas de registro-valoración de los procedimientos trabajados.

Esquemas-resúmenes de los conceptos teóricos.

Guiones para la confección de trabajos teóricos de investigación.

Material bibliográfico (libros, CD, DVD).

Material informático (aplicación de las nuevas tecnologías al desarrollo de la asignatura).

Material audiovisual (vídeo, TV).

### Libros de texto:

A pesar de que no es obligatorio tener libro de texto, el profesorado atenderá en todo momento las necesidades del alumnado para su formación en los contenidos conceptuales y procedimentales, proporcionándole material teórico y orientándole sobre la bibliografía a consultar para el cumplimiento de los mínimos exigidos en la asignatura.

## NECESIDADES DE MATERIAL DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Balones fútbol sala	10	Balones baloncesto	10
Balones balonmano	10	Balones voleibol	10
Balones rugby	2	Porterías móviles	2
Raquetas bádminton	10	Volantes bádminton	5 botes
Sticks hockey	10	Pelotas hockey	10
Vallas atletismo	10	Jabalinas atletismo inic.	2
Pesos atletismo iniciación	2	Discos atletismo iniciación	2
Martillos atletismo inic.	2	Raquetas tenis mesa	10

Material específico: juegos populares y tradicionales, expresión corporal y actividades en la naturaleza

Pack audiovisual: tv, vídeo, minicadena, videocámara

Pack informático: el deporte en soporte informático, actualizaciones de software y hardware

Videoteca de la actividad física y el deporte relacionada con los 4 bloques de contenidos

Biblioteca de la actividad física y el deporte relacionada con los 4 bloques de contenidos

## INVENTARIO DEL MATERIAL DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Bancos	6	Pelotas medicinales	10
Aros	45	Red bádminton	1
Barra de equilibrio	1	Red voleibol	1
Mazas rítmica	8	Redes tenis mesa	2
Canastas baloncesto	4	Discos voladores	8
Canastas recreación fijas	2	Silbatos	4
Canastas recreación móviles	2	Mallas portabalones	9
Aros de ringo	4	Escurreaguas	3
Goma musculación	1	Dado espuma	1
Cronómetros	2	Cintas métricas	2
Balones voleibol	19	Colchonetas	14
Sticks hockey	17	Pelotas hockey	10
Pelotas tenis mesa	1 caja	Espalderas	15
Volantes bádminton	7 botes	Hinchador manual	1
Balones fútbol sala	10	Hinchador eléctrico	1
Pelotas tenis	1 caja	Balones baloncesto	30
Mesas tenis mesa	2	Raquetas tenis mesa	11
Balones rugby	2	Balones balonmano	10
Raquetas pádel	4	Raquetas tenis	2
Picas plástico	12	Ladrillos plástico	33
Balones fútbol	2	Picas madera	21
Porterías fut-bm	2	Indiacas	12
Postes vol.-bad-tenis	2	Pelotas goma pequeñas	40
Palas madera	18	Pelotas goma medianas	8
Protecciones canastas bc	4	Raquetas bádminton	14
Pelotitas goma mini	10	Pelotas rítmica	20
Engarces picas	10	Petos	22
Goma elástica	1 rollo	Bates béisbol	2
Botiquín	1	Multiconos	48
Testigos atletismo	4	Escalera psicomotricidad	1
Pesos atletismo iniciación	2	Discos atletismo iniciación	2
Martillos atletismo inic.	2	Jabalinas atletismo inic.	2
Cuerdas colectivas	2	Cuerdas individuales	18
Juegos petanca	2	Tabla flexibilidad	1
Juegos bolos	1	Juegos herraduras	2
Pizarra corcho	1	Pizarra portátil	1
Sillas vestuarios	12	Aspiradora	1
Extintores	1		

Material mantenimiento raquetas bádminton (1 rollo cordaje, 1 cinta adhesiva, 1 cútex, 2 alicates y 2 punzones)

Material bibliográfico, informático y audiovisual (biblioteca-departamento)

Material recreativo de fabricación casera/Donaciones entidades

Mobiliario departamento/Material oficina/Material de limpieza.

## CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

### INTRODUCCIÓN.

Los criterios de evaluación de la asignatura por cursos, y sus respectivos estándares de aprendizaje, fijados por ley en el contexto educativo de la Comunidad Andaluza y a alcanzar en la etapa de ESO son:

#### **Criterios de Evaluación/Estándares de Aprendizaje para 1º ESO:**

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

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

02.- 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.

- 02.01.- Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
- 02.02.- Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- 02.03.- Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
- 02.04.- Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

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

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

04.- 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.

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

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

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

04.04.- Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

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

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

05.- 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.

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

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

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

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

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

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

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

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

07.- 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.

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

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

07.03.- Respeta las normas dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

08.- 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.

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

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

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

09.- 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.

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

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

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

10.- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.

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

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

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

11.01.- Practica actividades físico-deportivas y/o artístico-expresivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

11.02.- Realiza actividades físico-deportivas y/o artístico-expresivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

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

12.01.- Busca, confecciona, expone y aplica de forma práctica juegos recreativos con/sin material conocidos en Andalucía por parte del alumnado.

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

13.01.- Busca, confecciona y expone contenidos relacionados con la actividad física y deportiva por parte del alumnado.

### **Crterios de Evaluación/Estándares de Aprendizaje para 2º ESO:**

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

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

01.02.- Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico-táctico planteado.

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

01.04.- Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnico-tácticas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

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

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

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

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

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

02.04.- Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

03.- Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.

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

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

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

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

04.- Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

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

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

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

04.04.- Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

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

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

05.- Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.

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

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

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

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

06.- Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.

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

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

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

07.- Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y 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.

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

08.- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

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

09.- Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.

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

10.- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

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

11.- Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.

- 11.01.- Busca, confecciona y expone contenidos relacionados con la igualdad en la actividad física y deportiva por parte del alumnado.

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



- 12.01.- Practica actividades físico-deportivas y/o artístico-expresivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.
- 12.02.- Realiza actividades físico-deportivas y/o artístico-expresivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

### **Criterios de Evaluación/Estándares de Aprendizaje para 3º ESO:**

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

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

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

- 02.01.- Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
- 02.02.- Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- 02.03.- Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
- 02.04.- Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

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

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

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

- 04.01.- Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
- 04.02.- Asocia sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
- 04.03.- Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.
- 04.04.- Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
- 04.05.- Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
- 04.06.- Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

05.- Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.

- 05.01.- Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
- 05.02.- Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
- 05.03.- Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- 05.04.- Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

11.01.- Practica actividades físico-deportivas y/o artístico-expresivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

11.02.- Realiza actividades físico-deportivas y/o artístico-expresivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

### **Crterios de Evaluación/Estándares de Aprendizaje para 4º ESO:**

01.- Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.

01.01.- Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnico-tácticos en las situaciones motrices individuales, perseverando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.

01.02.- Ajusta la realización de las habilidades específicas a los conocimientos generados por compañeros/as y adversarios/as en situaciones colectivas.

01.03.- Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.

02.- Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.

02.01.- Elabora composiciones de carácter artístico-expresivas, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.

02.02.- Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.

02.03.- Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico-expresivos, aportando y aceptando propuestas.

03.- Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos.

03.01.- Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del/de la adversario/a.

03.02.- Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.

03.03.- Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.

03.04.- Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.

03.05.- Justifica las situaciones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

03.06.- Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.

04.- Argumentar la relación entre hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre la actividad física y salud.

04.01.- Demuestra conocimientos sobre características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.

04.02.- Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.

04.03.- Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.

04.04.- Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.

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

05.01.- Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

05.02.- Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

05.03.- Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.

05.04.- Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.

06.- Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.

06.01.- Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.

06.02.- Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.

06.03.- Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

07.- 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.

07.01.- Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.

07.02.- Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de personas implicadas.

07.03.- Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.

08.- 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.

08.01.- Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

08.02.- Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.

08.03.- Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.

09.- 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.

09.01.- Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.

09.02.- Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.

09.03.- Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.

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

10.01.- Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios en práctica.

10.02.- Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.

10.03.- Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuente producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas.

11.- Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.

11.01.- Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.

11.02.- Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de compañeros y/o compañeras en los trabajos de grupo.

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.

12.01.- Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.

12.02.- Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.

12.03.- Comunica y comparte información e ideas en deportes y entornos apropiados.

13.- 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.

13.01.- Practica actividades físico-deportivas y/o artístico-expresivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

13.02.- Realiza actividades físico-deportivas y/o artístico-expresivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

Todos estos criterios de evaluación y sus correspondientes estándares de aprendizaje, se clasificarán en cada una de las Unidades Didácticas que componen cada una de las correspondientes Programaciones de Aula referentes a cada Curso, las cuales se exponen más adelante.

Partiendo de las indicaciones y parámetros indicados en la ley y entendida la evaluación como un proceso sistemático para conseguir la mejora continua del proceso de enseñanza-aprendizaje, se tendrá en cuenta los siguientes parámetros para llegar a una óptima y objetiva evaluación del alumnado:

- Valorar el progreso individual del alumnado tomando como referencia su situación inicial y el trabajo desarrollado en clase.
- Determinar el nivel de conocimiento, capacidades y destrezas conseguido por el alumnado con relación a las competencias, objetivos y contenidos.
- Indicar las principales dificultades encontradas en la consecución de los objetivos.
- Informar al profesorado del grado de eficacia de la programación y de la metodología con el fin de mejorar la calidad de los contenidos impartidos.
- En las pruebas de capacidad física, se establecen unos niveles mínimos a superar por parte del alumnado que serán aplicados con un criterio flexible considerando las características individuales de cada uno. Estos niveles se establecerán en función de sus posibilidades y los medios disponibles.

En conclusión, cabe decir que la evaluación no se limitará solo a la calificación final sino que ha de ser continua y diferenciada, formativa y orientadora tomando como referencias principales las competencias básicas y los objetivos generales de la etapa, todo ello estipulado en la programación, y conjugándolo con la atención a la diversidad y con la acción tutorial.

A continuación se enumeran los principios básicos para la evaluación de la asignatura, que el departamento de educación física considera necesarios tener en cuenta en el seguimiento y que el alumnado ha de conocerlos desde el inicio de curso:

- Conocer el nivel inicial y buscar la progresión individual.
- Conocer el valor de la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.
- Asimilar adecuadamente los contenidos teóricos y prácticos trabajados en clase.
- Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades para la clase.
- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo e instalaciones deportivas.

## CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

El alumnado ha de conocer los detalles más esenciales de los criterios de calificación desde el inicio de curso.

También ha de tener claro que no podrá abandonar la asignatura bajo ningún concepto, ni faltar o negarse a hacer las pruebas que se le realicen, lo cual motivará su valoración negativa.

La base para la calificación del alumnado vendrá dada por la evaluación inicial que se le practique, que tendrá carácter orientativo para el profesor, para la configuración de la evaluación de proceso, en la cual serán valorados por trimestres.

El curso escolar consta de 3 trimestres y por lo tanto habrá 3 evaluaciones. En cada evaluación, los criterios de calificación se registrarán por los siguientes instrumentos de evaluación:

TÉCNICAS DE EVALUACIÓN	INTRUMENTOS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN	TIPO: CONTENIDOS--CALIFICACIÓN
Observación Directa Sistemática	Cuaderno del Profesor: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro control participación activa.</li> <li>- Registro acontecimientos significativos de la práctica diaria.</li> <li>-----</li> <li>- Registro incidencias comportamiento y convivencia: interés, conflictos,...</li> <li>- Registro incidencias de la normativa de la asignatura en relación a: material e instalaciones, equipación deportiva, hábitos de higiene,...</li> </ul>	Procedimentales Actitudinales  Cualitativa ----- Actitudinales  Cualitativa
Catálogo Destrezas Específicas	Pruebas Teóricas: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Controles orales/escritos para el conocimiento objetivo de la materia.</li> <li>- Análisis de trabajos de investigación.</li> <li>- Seguimiento de la Rúbrica de las Exposiciones Orales (PLC).</li> <li>-----</li> </ul> Pruebas Prácticas-Escalas de Valoración: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Test motores y funcionales.</li> <li>- Pruebas de ejecución físico-deportivas.</li> <li>- Pruebas de ejecución artístico-expresivas.</li> </ul>	Conceptuales Procedimentales  Cualitativa Cuantitativa ----- Procedimentales Actitudinales  Cualitativa Cuantitativa
Catálogo Actividades Complementarias y Extraescolares	Registro de actividades realizadas fuera del horario lectivo de E.F.  Acreditación documental de la actividad.	Procedimentales Actitudinales ----- Cuantitativa



VALORACIÓN/PONDERACIÓN DE CRITERIOS Y ESTÁNDARES POR CURSOS.

CURSO: 1º ESO					EVAL: 1ª EVALUACIÓN		
BLOQUE	UNIDAD	CRIT EVAL	POND %	EST APR	POND %	CC CLAVE	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
1	1	04	20	04.01 04.02 04.03 04.04 04.05 04.06	2 3 2 5 5 3	CAA CMCT CMCT CMCT CMCT CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1	1	05	30	05.01 05.02 05.03 05.04	10 10 5 5	CMCT CAA CMCT CAA	A) TESTS MOTOR/FUNCIONAL B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2	1-1	06	10	06.01 06.02 06.03	2 5 3	CMCT CAA CSC	A) PRUEBAS EJEC FÍSICO/DEPORTIVAS PRÁCTICAS
1-2	1-1	09	10	09.01 09.02 09.03	2 3 5	CSC CCL CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2	1-1	10	15	10.01 10.02	5 10	CD CCL	A) TRAB INV (PLC) B) EXP ORAL
1-2	1-1	13	5	13.01	5	CAA	A) TRAB INV (PLC)
*	*	11	10	11.01 11.02	5 5	SIEP CSC	ACREDIT/REGISTRO DOCUMENTACIÓN
			<b>100%</b>		<b>100%</b>		

CURSO: 1º ESO					EVAL: 2ª EVALUACIÓN		
BLOQUE	UNIDAD	CRIT EVAL	POND %	EST APR	POND %	CC CLAVE	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
2	2	01	15	01.01 01.02 01.03 01.04	5 3 2 5	CSC CMCT CAA SIEP	A) PRUEBAS EJE FÍSICO/DEPORTIVAS B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	03	15	03.01 03.02 03.03 03.04	5 5 3 2	SIEP CAA CMCT CSC	A) PRUEBAS EJE FÍSICO/DEPORTIVAS B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	06	10	06.01 06.02 06.03	2 5 3	CMCT CAA CSC	A) PRUEBAS EJE FÍSICO/DEPORTIVAS PRÁCTICAS
2	2	07	5	07.01 07.02 07.03	1 3 1	CAA SIEP CSC	A) OBS DIRECTA B) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	08	5	08.01 08.02 08.03	1 3 1	CMCT CSC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	09	10	09.01 09.02 09.03	2 3 5	CSC CCL CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	10	15	10.01 10.02	5 10	CD CCL	A) TRAB INV (PLC) B) EXP ORAL
2	2	13	5	13.01	5	CAA	A) TRAB INV (PLC)
*	*	11	20	11.01 11.02	10 10	SIEP CSC	ACREDIT/REGISTRO DOCUMENTACIÓN
			<b>100%</b>		<b>100%</b>		

CURSO: 1º ESO					EVAL: 3ª EVALUACIÓN		
BLOQUE	UNIDAD	CRIT EVAL	POND %	EST APR	POND %	CC CLAVE	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
4	1	01	2	01.05	2	SIEP	A) OBS DIRECTA B) REGISTROS CUADERNO PROF
3	1	02	8	02.01 02.02 02.03 02.04	2 2 2 2	CSC CAA CEC SIEP	A) PRUEBAS EJEC ARTÍSTICO/EXPRES PRÁCTICAS
1	1	05	30	05.01 05.02 05.03 05.04	10 10 5 5	CMCT CAA CMCT CAA	A) TESTS MOTOR/FUNCIONAL B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2-3-4	1-3-1-1	06	10	06.01 06.02 06.03	2 5 3	CMCT CAA CSC	A) PRUEBAS EJEC FÍSICO/DEPORTIVAS PRÁCTICAS
2-3	3-1	07	5	07.01 07.02 07.03	1 3 1	CAA SIEP CSC	A) OBS DIRECTA B) REGISTROS CUADERNO PROF
2-4	3-1	08	5	08.01 08.02 08.03	1 3 1	CMCT CSC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2-3-4	1-3-1-1	09	10	09.01 09.02 09.03	2 3 5	CSC CCL CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2-3-4	3-1-1	10	10	10.01 10.02	5 5	CD CCL	A) TRAB INV (PLC) B) EXP ORAL
2	3	12	5	12.01	5	CEC	A) TRAB INV (PLC)
2-3-4	3-1-1	13	5	13.01	5	CAA	A) TRAB INV (PLC)
*	*	11	10	11.01 11.02	5 5	SIEP CSC	ACREDIT/REGISTRO DOCUMENTACIÓN
			<b>100%</b>		<b>100%</b>		

CURSO: 2º ESO					EVAL: 1ª EVALUACIÓN		
BLOQUE	UNIDAD	CRIT EVAL	POND %	EST APR	POND %	CC CLAVE	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
1	1	04	20	04.01 04.02 04.03 04.04 04.05 04.06	2 3 2 5 5 3	CAA CMCT CMCT CMCT CMCT CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1	1	05	30	05.01 05.02 05.03 05.04	10 10 5 5	CMCT CAA CMCT CAA	A) TESTS MOTOR/FUNCIONAL B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2	1-1	06	10	06.01 06.02 06.03	2 5 3	CMCT CAA CSC	A) PRUEBAS EJEC FÍSICO/DEPORTIVAS PRÁCTICAS
1-2	1-1	09	10	09.01 09.02 09.03	2 3 5	CSC CCL CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2	1-1	10	20	10.01 10.02	10 10	CD CCL	A) TRAB INV (PLC) B) EXP ORAL
*	*	12	10	12.01 12.02	5 5	SIEP CSC	ACREDIT/REGISTRO DOCUMENTACIÓN
			<b>100%</b>		<b>100%</b>		

CURSO: 2º ESO					EVAL: 2ª EVALUACIÓN		
BLO QUE	UNID DID	CRIT EVAL	POND %	EST APR	POND %	CC CLAVE	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
2	2	01	15	01.01 01.02 01.03 01.04	5 3 2 5	CSC CMCT CAA SIEP	A) PRUEBAS EJE FÍSICO/DEPORTIVAS B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	03	15	03.01 03.02 03.03 03.04	5 5 3 2	SIEP CAA CMCT CSC	A) PRUEBAS EJE FÍSICO/DEPORTIVAS B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	06	10	06.01 06.02 06.03	2 5 3	CMCT CAA CSC	A) PRUEBAS EJE FÍSICO/DEPORTIVAS PRÁCTICAS
2	2	07	5	07.01 07.02 07.03	1 3 1	CAA SIEP CSC	A) OBS DIRECTA B) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	08	5	08.01 08.02 08.03	1 3 1	CMCT CSC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	09	10	09.01 09.02 09.03	2 3 5	CSC CCL CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	10	15	10.01 10.02	5 10	CD CCL	A) TRAB INV (PLC) B) EXP ORAL
2	2	11	5	11.01	5	CEC	A) TRAB INV (PLC)
*	*	12	20	12.01 12.02	10 10	SIEP CSC	ACREDIT/REGISTRO DOCUMENTACIÓN
			<b>100%</b>		<b>100%</b>		

CURSO: 2º ESO					EVAL: 3ª EVALUACIÓN		
BLO QUE	UNID DID	CRIT EVAL	POND %	EST APR	POND %	CC CLAVE	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
4	1	01	2	01.05	2	SIEP	A) OBS DIRECTA B) REGISTROS CUADERNO PROF
3	1	02	8	02.01 02.02 02.03 02.04	2 2 2 2	CSC CAA CEC SIEP	A) PRUEBAS EJEC ARTÍSTICO/EXPRES PRÁCTICAS
1	1	05	30	05.01 05.02 05.03 05.04	10 10 5 5	CMCT CAA CMCT CAA	A) TESTS MOTOR/FUNCIONAL B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2-3-4	1-3-1-1	06	10	06.01 06.02 06.03	2 5 3	CMCT CAA CSC	A) PRUEBAS EJEC FÍSICO/DEPORTIVAS PRÁCTICAS
2-3	3-1	07	5	07.01 07.02 07.03	1 3 1	CAA SIEP CSC	A) OBS DIRECTA B) REGISTROS CUADERNO PROF
2-4	3-1	08	5	08.01 08.02 08.03	1 3 1	CMCT CSC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2-3-4	1-3-1-1	09	10	09.01 09.02 09.03	2 3 5	CSC CCL CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2-3-4	3-1-1	10	20	10.01 10.02	10 10	CD CCL	A) TRAB INV (PLC) B) EXP ORAL
*	*	12	10	12.01 12.02	5 5	SIEP CSC	ACREDIT/REGISTRO DOCUMENTACIÓN
			<b>100%</b>		<b>100%</b>		

CURSO: 3º ESO					EVAL: 1ª EVALUACIÓN		
BLOQUE	UNIDAD	CRIT EVAL	POND %	EST APR	POND %	CC CLAVE	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
1	1	04	20	04.01 04.02 04.03 04.04 04.05 04.06	2 3 2 5 5 3	CAA CMCT CMCT CMCT CMCT CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1	1	05	30	05.01 05.02 05.03 05.04	10 10 5 5	CMCT CAA CMCT CAA	A) TESTS MOTOR/FUNCIONAL B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2	1-1	06	10	06.01 06.02 06.03	2 5 3	CMCT CAA CSC	A) PRUEBAS EJEC FÍSICO/DEPORTIVAS PRÁCTICAS
1-2	1-1	09	10	09.01 09.02 09.03	2 3 5	CSC CCL CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2	1-1	10	20	10.01 10.02	10 10	CD CCL	A) TRAB INV (PLC) B) EXP ORAL
*	*	11	10	11.01 11.02	5 5	SIEP CSC	ACREDIT/REGISTRO DOCUMENTACIÓN
			<b>100%</b>		<b>100%</b>		

CURSO: 3º ESO					EVAL: 2ª EVALUACIÓN		
BLOQUE	UNIDAD	CRIT EVAL	POND %	EST APR	POND %	CC CLAVE	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
2	2	01	15	01.01 01.02 01.03 01.04	5 3 2 5	CSC CMCT CAA SIEP	A) PRUEBAS EJE FÍSICO/DEPORTIVAS B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	03	15	03.01 03.02 03.03 03.04	5 5 3 2	SIEP CAA CMCT CSC	A) PRUEBAS EJE FÍSICO/DEPORTIVAS B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	06	10	06.01 06.02 06.03	2 5 3	CMCT CAA CSC	A) PRUEBAS EJE FÍSICO/DEPORTIVAS PRÁCTICAS
2	2	07	5	07.01 07.02 07.03	1 3 1	CAA SIEP CSC	A) OBS DIRECTA B) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	08	5	08.01 08.02 08.03	1 3 1	CMCT CSC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	09	10	09.01 09.02 09.03	2 3 5	CSC CCL CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	10	20	10.01 10.02	10 10	CD CCL	A) TRAB INV (PLC) B) EXP ORAL
*	*	11	20	11.01 11.02	10 10	SIEP CSC	ACREDIT/REGISTRO DOCUMENTACIÓN
			<b>100%</b>		<b>100%</b>		



CURSO: 3º ESO					EVAL: 3ª EVALUACIÓN		
BLO QUE	UNID DID	CRIT EVAL	POND %	EST APR	POND %	CC CLAVE	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
4	1	01	2	01.05	2	SIEP	A) OBS DIRECTA B) REGISTROS CUADERNO PROF
3	1	02	8	02.01 02.02 02.03 02.04	2 2 2 2	CSC CAA CEC SIEP	A) PRUEBAS EJEC ARTÍSTICO/EXPRES PRÁCTICAS
1	1	05	30	05.01 05.02 05.03 05.04	10 10 5 5	CMCT CAA CMCT CAA	A) TESTS MOTOR/FUNCIONAL B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2-3-4	1-3-1-1	06	10	06.01 06.02 06.03	2 5 3	CMCT CAA CSC	A) PRUEBAS EJEC FÍSICO/DEPORTIVAS PRÁCTICAS
2-3	3-1	07	5	07.01 07.02 07.03	1 3 1	CAA SIEP CSC	A) OBS DIRECTA B) REGISTROS CUADERNO PROF
2-4	3-1	08	5	08.01 08.02 08.03	1 3 1	CMCT CSC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2-3-4	1-3-1-1	09	10	09.01 09.02 09.03	2 3 5	CSC CCL CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2-3-4	3-1-1	10	20	10.01 10.02	10 10	CD CCL	A) TRAB INV (PLC) B) EXP ORAL
*	*	11	10	11.01 11.02	5 5	SIEP CSC	ACREDIT/REGISTRO DOCUMENTACIÓN
			<b>100%</b>		<b>100%</b>		

CURSO: 4º ESO					EVAL: 1ª EVALUACIÓN		
BLOQUE	UNIDAD	CRIT EVAL	POND %	EST APR	POND %	CC CLAVE	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
1	1	04	20	04.01 04.02 04.03 04.04	5 5 5 5	CAA CMCT CMCT CMCT	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1	1	05	30	05.01 05.02 05.03 05.04	5 10 5 10	CMCT CAA CMCT CAA	A) TESTS MOTOR/FUNCIONAL B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIRECTA D) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2	1-1	06	10	06.01 06.02 06.03	2 3 5	CMCT CSC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) PRUEBAS EJEC FÍSICO/DEPORTIVAS PRÁCTICAS
1-2	1-1	10	6	10.01 10.02 10.03	2 2 2	CSC CSC CCL	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2	1-1	11	4	11.01 11.02	2 2	SIEP CSC	A) OBS DIRECTA B) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2	1-1	12	20	12.01 12.02 12.03	5 5 10	CAA CD CCL	A) TRAB INV (PLC) B) EXP ORAL
*	*	13	10	13.01 13.02	5 5	SIEP CSC	ACREDIT/REGISTRO DOCUMENTACIÓN
			<b>100%</b>		<b>100%</b>		

CURSO: 4º ESO					EVAL: 2ª EVALUACIÓN		
BLOQUE	UNIDAD	CRIT EVAL	POND %	EST APR	POND %	CC CLAVE	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
2	2	01	15	01.01 01.02	10 5	CAA CSC	A) PRUEBAS EJE FÍSICO/DEPORTIVAS B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIR D) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	03	15	03.01 03.02 03.03 03.04 03.05 03.06	3 3 3 2 2 2	CAA SIEP CSC CAA CAA CMCT	A) PRUEBAS EJE FÍSICO/DEPORTIVAS B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIR D) REGISTROS CUADERNO PROF
2	1-1	06	10	06.01 06.02 06.03	2 3 5	CMCT CSC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) PRUEBAS EJE FÍSICO/DEPORTIVAS PRÁCTICAS
2	2	07	4	07.01 07.02 07.03	1 1 2	SIEP CSC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	08	3	08.01 08.02 08.03	1 1 1	CSC CEC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	09	3	09.01 09.02 09.03	1 1 1	CAA CMCT CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	10	6	10.01 10.02 10.03	2 2 2	CSC CSC CCL	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2	2	11	4	11.01 11.02	2 2	SIEP CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF

2	2	12	20	12.01 12.02 12.03	5 5 10	CAA CD CCL	A) TRAB INV (PLC) B) EXP ORAL
*	*	13	20	13.01 13.02	10 10	SIEP CSC	ACREDIT/REGISTRO DOCUMENTACIÓN
			<b>100%</b>		<b>100%</b>		

CURSO: 4º ESO					EVAL: 3ª EVALUACIÓN		
BLOQUE	UNIDAD	CRIT EVAL	POND %	EST APR	POND %	CC CLAVE	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN
4	1	01	2	01.03	2	SIEP	A) OBS DIRECTA B) REGISTROS CUADERNO PROF
3	1	02	8	02.01 02.02 02.03	3 2 3	CAA CEC CSC	A) PRUEBAS EJEC ARTÍSTICO/EXPRES PRÁCTICAS
1	1	05	30	05.01 05.02 05.03 05.04	5 10 5 10	CMCT CAA CMCT CAA	A) TESTS MOTOR/FUNCIONAL B) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES C) OBS DIR D) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2-3-4	1-3-1-1	06	10	06.01 06.02 06.03	2 3 5	CMCT CSC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) PRUEBAS EJEC FÍSICO/DEPORTIVAS PRÁCTICAS
2-3	3-1	07	4	07.01 07.02 07.03	1 1 2	SIEP CSC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2-3	3-1	08	3	08.01 08.02 08.03	1 1 1	CSC CEC CAA	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF

2-4	3-1	09	3	09.01 09.02 09.03	1 1 1	CAA CMCT CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2-3-4	1-3-1-1	10	6	10.01 10.02 10.03	2 2 2	CSC CSC CCL	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
1-2-3-4	1-3-1-1	11	4	11.01 11.02	2 2	SIEP CSC	A) PRUEBAS TEÓRICAS/ORALES B) OBS DIRECTA C) REGISTROS CUADERNO PROF
2-3-4	3-1-1	12	20	12.01 12.02 12.03	5 5 10	CAA CD CCL	A) TRAB INV (PLC) B) EXP ORAL
*	*	13	10	13.01 13.02	5 5	SIEP CSC	ACREDIT/REGISTRO DOCUMENTACIÓN
			<b>100%</b>		<b>100%</b>		

## VALORACIÓN/PONDERACIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE.

Cada asignatura ha de contribuir a su adquisición positiva. En educación física, como en el resto de materias, hay 7 competencias clave que se valoran en la etapa de la ESO, las cuales ya se han definido en un apartado anterior de la programación.

Cada competencia se ha de calificar en función del nivel de adquisición obtenido, siguiendo los siguientes criterios:

I: Iniciado          M: Medio          A: Avanzado

Atención: para que un alumno/a promocione es necesario que supere el 50% de las CC Clave.

## VALORACIÓN CUANTITATIVA DE LAS CC CLAVE EN EDUCACIÓN FÍSICA.

<b>CC CLAVE</b>	<b>CURSOS</b>	<b>1º ESO</b>	<b>2º ESO</b>	<b>3º ESO</b>	<b>4º ESO</b>	<b>OBSERVACIONES ENLACES</b>
<b>COMPETENCIA COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA</b>		11,33 %	13,00 %	13,00 %	12,00 %	PLC: Exposición Práctica Oralidad
<b>COMPETENCIA DIGITAL</b>		05,00 %	08,33 %	10,00 %	05,00 %	PLC: Trabajo Investigación Escrito
<b>COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS</b>		22,33 %	22,33 %	22,33 %	21,33 %	
<b>COMPETENCIA CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES</b>		02,33 %	02,33 %	00,66 %	01,33 %	
<b>COMPETENCIA APRENDER A APRENDER</b>		26,00 %	21,00 %	21,00 %	34,33 %	
<b>COMPETENCIA SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR</b>		13,33 %	13,33 %	13,33 %	11,00 %	
<b>COMPETENCIAS MATEMÁTICA Y BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGIA</b>		19,66 %	19,66 %	19,66 %	15,00 %	
<b>PORCENTAJE TOTAL</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>%</b>

## EVALUACIÓN ORDINARIA.

Para obtener la calificación final de la asignatura se realizará la media de las calificaciones obtenidas en los tres trimestres, siempre y cuando estén superados positivamente, con una nota igual o superior a 5. En caso contrario, la asignatura quedará pendiente hasta la recuperación de los estándares suspensos en la Prueba Extraordinaria de Septiembre:

$$1^{\text{a}}\text{eval} + 2^{\text{a}}\text{eval} + 3^{\text{o}}\text{eval}: 3 = \text{notal final de la evaluación ordinaria}$$

## RECUPERACIÓN DE LA ASIGNATURA POR PARTE DEL ALUMNADO.

### Evaluación final extraordinaria (convocatoria de septiembre).

Si el alumnado suspende la asignatura por no haber superado los estándares valorados con instrumentos teóricos y de observación/registro del profesorado, deberá presentar un trabajo de investigación sobre los contenidos trabajados en el curso.

Si el alumnado suspende la asignatura por no haber superado los estándares valorados con instrumentos prácticos, deberá realizar/repetir las pruebas prácticas trabajadas en el curso.

Las actividades de recuperación y sus correspondientes porcentajes de valoración están reflejados en el Informe de Recuperación de la Convocatoria Extraordinaria de Septiembre.

El alumnado que no asista y no participe en esta convocatoria será valorado negativamente como NO PRESENTADO.

### Recuperación del curso anterior (Convocatoria extraordinaria de pendientes).

Si el alumnado tiene suspensa la asignatura del curso escolar anterior, deberá presentar un trabajo de investigación sobre los contenidos trabajados en dicho curso. Además se tendrá en cuenta la evolución, interés y pruebas realizadas en el presente curso.

Será el jefe del departamento el encargado de llevar a cabo el seguimiento del alumnado pendiente teniendo en cuenta el asesoramiento del resto de los miembros.

Con todo ello se configurará la nota de la recuperación del alumnado que tenga la asignatura pendiente. Dicha valoración tendrá como fecha límite el 31 de mayo.

## ALUMNADO EXENTO DE LA PRÁCTICA.

En el caso de alumnos/as con problemas físicos y/o fisiológicos que no le permitan realizar la parte práctica durante un período parcial o total del curso escolar, deberán justificarlo documentalmente por la persona u organismo especializado.

No obstante, dicho alumnado no estará exento de la asignatura y por lo tanto la valoración se regirá por los mismos criterios de evaluación/calificación, exceptuando el apartado práctico, que será complementado con otras actividades valorables.

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**ALUMNO/A:**  
**GRUPO/CLASE:**

**REALIZACIÓN DE UN TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:**

- ( ) DE AMPLIACIÓN DE CONTENIDOS TEÓRICOS DE LA \_\_\_ EVALUACIÓN.  
(ALUMNADO VOLUNTARIO).
- ( ) DE DESARROLLO DE CONTENIDOS TEÓRICOS DE LA \_\_\_ EVALUACIÓN.  
(ALUMNADO EXENTO TOTAL O PARCIAL EN LA EVAL.).
- ( ) DE REFUERZO DE CONTENIDOS TEÓRICOS DE LA \_\_\_ EVALUACIÓN.  
(ALUMNADO CON 5 INCIDENCIAS DE PRÁCTICA EN LA EVAL.).
- ( ) DE RECUPERACIÓN DE LA \_\_\_ EVALUACIÓN.  
(ALUMNADO SUSPENSO EN LA EVAL.).

**Nº DE HOJAS:** \_\_\_ + PORTADA (ESTA HOJA). SE REALIZARÁ A MANO.

**CONTENIDOS:**

**FECHA DE ENTREGA:** ANTES DE FINALIZAR LA EVALUACIÓN ( / / ).

**OBSERVACIONES:** JUSTIFICACIÓN FALTAS DE PRÁCTICA: ( ) SÍ - ( ) NO.  
OTRAS:

El/La profesor/a.

El/La alumno/a.

Fecha de aviso: \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_\_.

Fecha de entrega: \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_\_.



## TEMARIO TEÓRICO PARA LOS TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN.

### 1º ESO.

#### 1ª EVALUACIÓN:

El calentamiento. Concepto. Importancia de su realización. Tipos: general y específico.  
El calentamiento general y específico. Ejercicios prácticos para su desarrollo.  
Las cualidades físicas básicas. Concepto, tipos y generalidades.  
Las habilidades gimnásticas en el suelo. Ejercicios prácticos

#### 2ª EVALUACIÓN:

El baloncesto. Técnica individual y colectiva.  
Ejercicios y actividades para desarrollar la técnica del baloncesto.  
El voleibol. Técnica individual y colectiva.  
Ejercicios y actividades para desarrollar la técnica del voleibol.

#### 3ª EVALUACIÓN:

Los juegos recreativos. Concepto. Tipos. Invención de juegos no conocidos.  
La expresión dinámica. Concepto y generalidades. Ejercicios prácticos.  
Las actividades en la naturaleza en el entorno urbano.  
El monopatín. Material necesario. Técnica de aprendizaje. Actividades lúdicas.

### 2º ESO.

#### 1ª EVALUACIÓN:

La condición física. Concepto. Factores que inciden de forma positiva y negativa en ella.  
Las cualidades físicas básicas. Ejercicios prácticos para su desarrollo.  
Las habilidades gimnásticas con aparatos y otros materiales. Ejercicios prácticos.  
El acrosport. Concepto y generalidades. Ejercicios prácticos.

#### 2ª EVALUACIÓN:

El baloncesto. Estrategias del juego: táctica individual y colectiva. Ejercicios prácticos.  
El baloncesto. El reglamento. Clasificación y generalidades de sus variantes.  
El voleibol. Estrategias del juego: táctica individual y colectiva. Ejercicios prácticos.  
El voleibol. El reglamento. Clasificación y generalidades de sus variantes.

#### 3ª EVALUACIÓN:

Los juegos populares y tradicionales de Andalucía, España o de otros países. Ejemplos.  
Las técnicas de relajación. Concepto y generalidades. Ejercicios prácticos.  
Las actividades en la naturaleza en el entorno rural-natural.  
El senderismo. Material necesario. Técnica de aprendizaje. Actividades lúdicas.

### 3º ESO.

#### 1ª EVALUACIÓN:

La resistencia. Concepto, tipos y generalidades.

La flexibilidad. Concepto, tipos y generalidades. Diferencias y semejanzas con la elasticidad.

La resistencia y la flexibilidad. Ejercicios prácticos para su desarrollo.

El atletismo. La marcha y la carrera. Pruebas con/sin obstáculos. Los relevos. Ejercicios.

#### 2ª EVALUACIÓN:

El balonmano. Técnica individual y colectiva.

Ejercicios y actividades para desarrollar la técnica del balonmano.

El fútbol. Técnica individual y colectiva.

Ejercicios y actividades para desarrollar la técnica del fútbol.

#### 3ª EVALUACIÓN:

Los juegos con implementos. Concepto. Tipos. Invención de juegos no conocidos.

Las actividades rítmicas. Concepto y generalidades. Ejercicios prácticos.

Las actividades en la naturaleza en los 3 medios (terrestre, acuático y aéreo).

Las actividades en la nieve. Material necesario. Técnica de aprendizaje. Actividades lúdicas.

### 4º ESO.

#### 1ª EVALUACIÓN:

La velocidad. Concepto, tipos y generalidades.

La fuerza. Concepto, tipos y generalidades.

La velocidad y la fuerza. Ejercicios prácticos para su desarrollo.

El atletismo. Los saltos (4). Los lanzamientos (4). Ejercicios prácticos.

#### 2ª EVALUACIÓN:

El balonmano. Estrategias del juego: táctica individual y colectiva. Ejercicios prácticos.

El balonmano. El reglamento. Clasificación y generalidades de sus variantes.

El fútbol. Estrategias del juego: táctica individual y colectiva. Ejercicios prácticos.

El fútbol. El reglamento. Clasificación y generalidades de sus variantes.

#### 3ª EVALUACIÓN:

Los juegos predeportivos relacionados con el bádminton y el hockey. Ejemplos.

Las actividades escénicas. Concepto y generalidades. Ejercicios prácticos.

Las AANN. Técnicas de orientación. Primeros auxilios. Materias relacionadas con ellas.

La acampada. Preparación y organización. Material necesario. Actividades lúdicas.

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**INFORME PARA LA RECUPERACIÓN DE LA ASIGNATURA**  
**CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA DE SEPTIEMBRE**

**ALUMNO/A:**

**GRUPO:**

<b>OBJETIVOS NO ALCANZADOS</b>	<b>CONTENIDOS RELACIONADOS</b>	<b>ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN</b>
<p>( ) Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades físico-deportivas para la asimilación de la condición física.</p> <p>( ) Asimilar los contenidos teóricos y prácticos referidos a la condición física.</p>	<p>( ) Calentamiento.</p> <p>( ) Cualidades físicas básicas:</p> <p>( ) Resistencia.</p> <p>( ) Velocidad.</p> <p>( ) Fuerza.</p> <p>( ) Flexibilidad.</p>	<p>( ) Prueba teórica sobre los contenidos relacionados con la condición física.</p> <p>( ) Trabajo de investigación sobre los contenidos relacionados con la condición física.</p> <p>( ) Prueba práctica sobre los aprendizajes relacionados con la condición física.</p> <p>( ) Realización de batería de pruebas de condición física.</p>
<p>( ) Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades físico-deportivas para la asimilación de las habilidades motrices específicas de los deportes individuales y de equipo.</p> <p>( ) Asimilar los contenidos teóricos y prácticos referidos a los deportes individuales y de equipo.</p>	<p>( ) Habilidades gimnásticas:</p> <p>( ) Trabajo en suelo.</p> <p>( ) Trabajo con aparatos.</p> <p>( ) Atletismo:</p> <p>( ) Carreras y relevos.</p> <p>( ) Saltos y lanzamientos.</p> <p>( ) Baloncesto - ( ) Voleibol</p> <p>( ) Balonmano - ( ) Fútbol:</p> <p>( ) Técnica individual y colectiva.</p> <p>( ) Táctica, reglamento y variantes.</p>	<p>( ) Prueba teórica sobre los contenidos relacionados con los deportes.</p> <p>( ) Trabajo de investigación sobre los contenidos relacionados con los deportes.</p> <p>( ) Prueba práctica sobre los aprendizajes relacionados con los deportes.</p>
<p>( ) Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades físico-deportivas de tipo lúdicas y recreativas.</p> <p>( ) Asimilar los contenidos teóricos y prácticos referidos a las actividades físico-deportivas de tipo lúdicas y recreativas.</p>	<p>( ) Juegos recreativos.</p> <p>( ) Juegos populares y tradicionales.</p> <p>( ) Juegos recreativos de pala, raqueta, bateo y golpeo.</p> <p>( ) Juegos predeportivos relacionados con el hockey y el bádminton.</p>	<p>( ) Prueba teórica sobre los contenidos relacionados con los juegos</p> <p>( ) Trabajo de investigación sobre los contenidos relacionados con los juegos.</p> <p>( ) Prueba práctica sobre los aprendizajes relacionados con los juegos.</p>

<p><input type="checkbox"/> Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades físico-deportivas de tipo expresivas y de comunicación corporal.</p> <p><input type="checkbox"/> Asimilar los contenidos teóricos y prácticos referidos a las actividades físico-deportivas de tipo expresivas y de comunicación corporal.</p>	<p><input type="checkbox"/> Expresión dinámica.</p> <p><input type="checkbox"/> Técnicas de relajación.</p> <p><input type="checkbox"/> Actividades rítmicas y musicales.</p> <p><input type="checkbox"/> Actividades escénicas y teatrales.</p>	<p><input type="checkbox"/> Prueba teórica sobre los contenidos relacionados con la expresión corporal.</p> <p><input type="checkbox"/> Trabajo de investigación sobre los contenidos relacionados con la expresión corporal.</p> <p><input type="checkbox"/> Prueba práctica sobre los aprendizajes relacionados con la expresión corporal</p>
<p><input type="checkbox"/> Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades físico-deportivas en el medio natural.</p> <p><input type="checkbox"/> Asimilar los contenidos teóricos y prácticos referidos a las actividades físico-deportivas en el medio natural.</p>	<p><input type="checkbox"/> Actividades en la naturaleza:</p> <p><input type="checkbox"/> Medio terrestre.</p> <p><input type="checkbox"/> Urbano.</p> <p><input type="checkbox"/> Rural-Natural.</p> <p><input type="checkbox"/> Medio acuático.</p> <p><input type="checkbox"/> Medio aéreo.</p> <p><input type="checkbox"/> La Acampada.</p>	<p><input type="checkbox"/> Prueba teórica sobre los contenidos relacionados con las actividades en la naturaleza.</p> <p><input type="checkbox"/> Trabajo de investigación sobre los contenidos relacionados con las actividades en la naturaleza.</p> <p><input type="checkbox"/> Prueba práctica sobre los aprendizajes relacionados con las actividades en la naturaleza.</p>

**VALORACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN:**

PRUEBA TEÓRICA: \_\_\_\_\_ %.

PRUEBA PRÁCTICA: \_\_\_\_\_ %.

BATERÍA DE PRUEBAS FÍSICAS: \_\_\_\_\_ %.

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN: \_\_\_\_\_ %.

**TOTAL: 100 %.**

El/La profesor/a.

El/La alumno/a.

Puente Genil, a \_\_\_\_\_ de junio de 2018.

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**LISTADO DEL ALUMNADO PARA LA RECUPERACIÓN DE LA ASIGNATURA**  
**CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA DE SEPTIEMBRE**

**ENTREGA DEL INFORME DE RECUPERACIÓN.**

<b>ALUMNO/A:</b>	<b>GRUPO:</b>	<b>FECHA/FIRMA RECEPCIÓN:</b>

## **ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.**

### INTRODUCCIÓN.

El desarrollo de un área como es la educación física, principalmente práctica, se debe hacer tomando las medidas oportunas para que el trabajo motor tenga en cuenta los criterios de diversidad del alumnado, ya que las diferencias individuales entre los alumnos del mismo nivel pueden ser acusadas:

- Por un lado, podemos encontrarnos con alumnos con un buen nivel de condición física y excelentes aptitudes para la práctica deportiva debido a una buena formación previa.
- Por otro lado, otros alumnos con importantes carencias psicomotrices.

Aunque se parta de un trabajo de grupo, el concepto de enseñanza individualizada debe reflejarse permitiendo que cada uno trabaje a su ritmo, según sus posibilidades y límites a alcanzar, valorando positivamente las progresiones alcanzadas por uno mismo.

Por tanto, estas diferencias deben ser tratadas por el profesor, realizando pruebas iniciales a principio de curso para ver el nivel del alumnado y teniendo en cuenta los resultados para enfocar la programación y la puesta en práctica de los contenidos a desarrollar.

También hay que hacer mención de aquel alumnado que por problemas físicos y/o fisiológicos pueden estar exentos de la parte práctica. En los criterios para la evaluación y calificación del alumnado se expone el procedimiento a seguir en estos casos para su objetiva valoración.

Cabe destacar que en el centro hay cierto alumnado con necesidades educativas especiales (NEE). Ante este hecho, el departamento, en colaboración con el Departamento de Orientación, realizará un estudio de la ACI de cada uno de ellos y buscará realizar un trabajo paralelo, si el caso así lo requiere, en el ámbito de la condición física, esquema corporal, coordinación dinámica general y específica y percepción espacio-temporal, pero sin descuidar el trabajo con el grupo en todas aquellas tareas en las que puedan participar. Por ello, y siempre que sea posible, propondremos que sea una Adaptación No Significativa, cuyo currículum se identifica en negrita en la programación de los objetivos/contenidos por cursos.

Por último, se resalta la interconexión del centro con todas las escuelas de primaria adscritas a éste para crear grupos de trabajo por especialidades con el objetivo de tener un mejor conocimiento del alumnado que llega a secundaria y refrendarlo con las pruebas iniciales que se les realicen a éstos.

## DOCUMENTO INFORMATIVO PARA 1º ESO DE EDUCACIÓN FÍSICA.

<p><b>CONTENIDOS:</b></p> <p><u>Primer trimestre:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Condición física: Calentamiento - Acondicionamiento físico – Pruebas evaluación inicial.</li><li>- Habilidades gimnásticas: Trabajo en suelo.</li></ul> <p><u>Segundo trimestre:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Baloncesto: Fundamentos de la técnica individual y colectiva.</li><li>- Voleibol: Fundamentos de la técnica individual y colectiva.</li></ul> <p><u>Tercer trimestre:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Condición física: Pruebas evaluación final.</li><li>- Juegos recreativos con y sin material.</li><li>- Expresión corporal: Iniciación en la expresión dinámica.</li><li>- Actividades físico-recreativas en el medio urbano.</li></ul> <p><b>PRINCIPIOS DE LA EVALUACIÓN:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Conocer el nivel inicial y buscar la progresión individual.</li><li>- Conocer el valor de la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.</li><li>- Asimilar adecuadamente los contenidos teóricos y prácticos trabajados en clase.</li><li>- Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades para la clase.</li><li>- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo e instalaciones deportivas.</li></ul> <p><b>ALUMNADO EXENTO DE E.F.:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Aportar documentación acreditativa.</li><li>- Exención de la parte práctica pero se mantienen el resto de los criterios de calificación.</li></ul>	<p><b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:</b></p> <p>La calificación vendrá dada por los porcentajes asignados a cada estándar de aprendizaje que el alumno ha de trabajar en el curso.</p> <p>La suma de todas las valoraciones realizadas configurará la nota del alumnado</p> <p>Los instrumentos de evaluación utilizados para ello son:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Registros en el cuaderno del profesor.</li><li>- Pruebas teóricas.</li><li>- Pruebas prácticas.</li><li>- Registro de Act. Extraescolares.</li></ul> <p><u>Competencias Clave: 50%.</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Superar de forma positiva las CC Clave establecidas en la asignatura según la normativa legal y el porcentaje arriba indicado por el centro.</li></ul> <p><b>RECUPERACIÓN DE LA MATERIA:</b></p> <p><u>Una o varias evaluaciones del curso actual:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Realización trabajo de investigación sobre contenidos de la materia.</li><li>- Repetición y mejora de las pruebas realizadas.</li></ul> <p><u>Pendiente de recuperar del curso anterior:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Seguimiento positivo de la participación y del comportamiento en clase y de la realización de todas las pruebas del presente curso.</li><li>- Realización trabajo de investigación sobre contenidos del curso anterior.</li></ul>
---	---

## DOCUMENTO INFORMATIVO PARA 2º ESO DE EDUCACIÓN FÍSICA.

<p><b>CONTENIDOS:</b></p> <p><u>Primer trimestre:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Condición física: Calentamiento - Cualidades físicas básicas – Pruebas evaluación inicial.</li><li>- Habilidades gimnásticas: Trabajo con materiales-aparatos.</li></ul> <p><u>Segundo trimestre:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Baloncesto: Estrategias de juego – Reglamento – Variantes.</li><li>- Voleibol: Estrategias de juego – Reglamento – Variantes.</li></ul> <p><u>Tercer trimestre:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Condición física: Pruebas evaluación final.</li><li>- Juegos populares y tradicionales.</li><li>- Expresión corporal: Iniciación en las técnicas de relajación.</li><li>- Actividades físico-recreativas en el medio rural-natural.</li></ul> <p><b>PRINCIPIOS DE LA EVALUACIÓN:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Conocer el nivel inicial y buscar la progresión individual.</li><li>- Conocer el valor de la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.</li><li>- Asimilar adecuadamente los contenidos teóricos y prácticos trabajados en clase.</li><li>- Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades para la clase.</li><li>- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo e instalaciones deportivas.</li></ul> <p><b>ALUMNADO EXENTO DE E.F.:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Aportar documentación acreditativa.</li><li>- Exención de la parte práctica pero se mantienen el resto de los criterios de calificación.</li></ul>	<p><b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:</b></p> <p>La calificación vendrá dada por los porcentajes asignados a cada estándar de aprendizaje que el alumno ha de trabajar en el curso.</p> <p>La suma de todas las valoraciones realizadas configurará la nota del alumnado</p> <p>Los instrumentos de evaluación utilizados para ello son:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Registros en el cuaderno del profesor.</li><li>- Pruebas teóricas.</li><li>- Pruebas prácticas.</li><li>- Registro de Act. Extraescolares.</li></ul> <p><u>Competencias Clave: 50%.</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Superar de forma positiva las CC Clave establecidas en la asignatura según la normativa legal y el porcentaje arriba indicado por el centro.</li></ul> <p><b>RECUPERACIÓN DE LA MATERIA:</b></p> <p><u>Una o varias evaluaciones del curso actual:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Realización trabajo de investigación sobre contenidos de la materia.</li><li>- Repetición y mejora de las pruebas realizadas.</li></ul> <p><u>Pendiente de recuperar del curso anterior:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Seguimiento positivo de la participación y del comportamiento en clase y de la realización de todas las pruebas del presente curso.</li><li>- Realización trabajo de investigación sobre contenidos del curso anterior.</li></ul>
---	---



## DOCUMENTO INFORMATIVO PARA 3º ESO DE EDUCACIÓN FÍSICA.

<p><b>CONTENIDOS:</b></p> <p><u>Primer trimestre:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Condición física: Resistencia – Flexibilidad – Pruebas evaluación inicial.</li><li>- Atletismo: Carreras con y sin obstáculos - Relevos.</li></ul> <p><u>Segundo trimestre:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Balonmano: Fundamentos de la técnica individual y colectiva.</li><li>- Fútbol: Fundamentos de la técnica individual y colectiva.</li></ul> <p><u>Tercer trimestre:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Condición física: Pruebas evaluación final.</li><li>- Actividades físico-recreativas con implementos: Juegos predeportivos de pala, raqueta, bateo y golpeo.</li><li>- Expresión corporal: Actividades con ritmos musicales (sevillanas, bailes de salón, aeróbic).</li><li>- Actividades en la naturaleza: Medios en los que se pueden realizar (terrestre, acuático y aéreo).</li></ul> <p><b>PRINCIPIOS DE LA EVALUACIÓN:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Conocer el nivel inicial y buscar la progresión individual.</li><li>- Conocer el valor de la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.</li><li>- Asimilar adecuadamente los contenidos teóricos y prácticos trabajados en clase.</li><li>- Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades para la clase.</li><li>- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo e instalaciones deportivas.</li></ul> <p><b>ALUMNADO EXENTO DE E.F.:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Aportar documentación acreditativa.</li><li>- Exención de la parte práctica pero se mantienen el resto de los criterios de calificación.</li></ul>	<p><b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:</b></p> <p>La calificación vendrá dada por los porcentajes asignados a cada estándar de aprendizaje que el alumno ha de trabajar en el curso.</p> <p>La suma de todas las valoraciones realizadas configurará la nota del alumnado</p> <p>Los instrumentos de evaluación utilizados para ello son:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Registros en el cuaderno del profesor.</li><li>- Pruebas teóricas.</li><li>- Pruebas prácticas.</li><li>- Registro de Act. Extraescolares.</li></ul> <p><u>Competencias Clave: 50%.</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Superar de forma positiva las CC Clave establecidas en la asignatura según la normativa legal y el porcentaje arriba indicado por el centro.</li></ul> <p><b>RECUPERACIÓN DE LA MATERIA:</b></p> <p><u>Una o varias evaluaciones del curso actual:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Realización trabajo de investigación sobre contenidos de la materia.</li><li>- Repetición y mejora de las pruebas realizadas.</li></ul> <p><u>Pendiente de recuperar del curso anterior:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Seguimiento positivo de la participación y del comportamiento en clase y de la realización de todas las pruebas del presente curso.</li><li>- Realización trabajo de investigación sobre contenidos del curso anterior.</li></ul>
--	---

## DOCUMENTO INFORMATIVO PARA 4º ESO DE EDUCACIÓN FÍSICA.

<p><b>CONTENIDOS:</b></p> <p><u>Primer trimestre:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Condición física: Velocidad –Fuerza – Pruebas evaluación inicial.</li><li>- Atletismo: Saltos - Lanzamientos.</li></ul> <p><u>Segundo trimestre:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Balonmano: Estrategias de juego – Reglamento – Variantes.</li><li>- Fútbol: Estrategias de juego – Reglamento – Variantes.</li></ul> <p><u>Tercer trimestre:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Condición física: Pruebas evaluación final.</li><li>- Actividades deportivas con implementos: Bádminton – Hockey.</li><li>- Expresión corporal: Actividades escénicas y teatrales (mimo, teatro).</li><li>- Actividades en la naturaleza: Aspectos organizativos de una acampada - Técnicas básicas de orientación – Primeros auxilios.</li></ul> <p><b>PRINCIPIOS DE LA EVALUACIÓN:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Conocer el nivel inicial y buscar la progresión individual.</li><li>- Conocer el valor de la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.</li><li>- Asimilar adecuadamente los contenidos teóricos y prácticos trabajados en clase.</li><li>- Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades para la clase.</li><li>- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo e instalaciones deportivas.</li></ul> <p><b>ALUMNADO EXENTO DE E.F.:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Aportar documentación acreditativa.</li><li>- Exención de la parte práctica pero se mantienen el resto de los criterios de calificación.</li></ul>	<p><b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:</b></p> <p>La calificación vendrá dada por los porcentajes asignados a cada estándar de aprendizaje que el alumno ha de trabajar en el curso.</p> <p>La suma de todas las valoraciones realizadas configurará la nota del alumnado</p> <p>Los instrumentos de evaluación utilizados para ello son:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Registros en el cuaderno del profesor.</li><li>- Pruebas teóricas.</li><li>- Pruebas prácticas.</li><li>- Registro de Act. Extraescolares.</li></ul> <p><u>Competencias Clave: 50%.</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Superar de forma positiva las CC Clave establecidas en la asignatura según la normativa legal y el porcentaje arriba indicado por el centro.</li></ul> <p><b>RECUPERACIÓN DE LA MATERIA:</b></p> <p><u>Una o varias evaluaciones del curso actual:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Realización trabajo de investigación sobre contenidos de la materia.</li><li>- Repetición y mejora de las pruebas realizadas.</li></ul> <p><u>Pendiente de recuperar del curso anterior:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Seguimiento positivo de la participación y del comportamiento en clase y de la realización de todas las pruebas del presente curso.</li><li>- Realización trabajo de investigación sobre contenidos del curso anterior.</li></ul>
---	---

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**PRUEBA INICIAL DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LOS ALUMN@S DE 1º ESO**

**ALUMN@:** \_\_\_\_\_ **CURSO:** \_\_\_\_\_

**PRUEBA TEÓRICA:**

Responder VERDADERO o FALSO en el siguiente cuestionario:

- 1.- Una carrera de 100 metros es una prueba de resistencia..... V-F
- 2.- En ciclismo, una contrarreloj de 50 kilómetros es una prueba de velocidad..... V-F
- 3.- Al realizar una prueba de abdominales, estamos trabajando la fuerza..... V-F
- 4.- La flexibilidad es una cualidad física que valora la fuerza de brazos y piernas..... V-F
- 5.- La gimnasia rítmica se diferencia de la gimnasia deportiva por el uso de música... V-F
- 6.- El pase de pecho es un gesto técnico del baloncesto..... V-F
- 7.- En el tiro de suspensión de baloncesto, los pies deben estar apoyados en el suelo.. V-F
- 8.- En el voleibol, el saque de abajo se hace con la palma de la mano..... V-F
- 9.- El toque de antebrazo en voleibol se realiza con las muñecas de la mano..... V-F
- 10.- El patinete sirve para realizar una actividad en el medio urbano principalmente... V-F

Nº de preguntas acertadas:

Valoración: 1 2 3 4 5

**PRUEBA PRÁCTICA:**

- 1.- Prueba de resistencia: 5 min. c.continua    Nº paradas:    Valoración: 1 2 3 4 5
- 2.- Prueba de técnica individual de voleibol    Valoración: 1 2 3 4 5

**VALORACIÓN DE LA PRUEBA INICIAL:**

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**PRUEBA INICIAL DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LOS ALUMN@S DE 2º ESO**

**ALUMN@:** \_\_\_\_\_ **CURSO:** \_\_\_\_\_

**PRUEBA TEÓRICA:**

Responder VERDADERO o FALSO en el siguiente cuestionario:

- 1.- El calentamiento puede ser general o específico..... V-F
- 2.- A partir de 3 minutos de carrera estamos trabajando la velocidad máxima..... V-F
- 3.- Al realizar una prueba de salto de longitud, se trabaja la velocidad y la fuerza..... V-F
- 4.- La flexibilidad intenta valorar el grado de estiramiento de los músculos..... V-F
- 5.- La gimnasia deportiva se basa en pruebas donde se usan solo aparatos..... V-F
- 6.- Un jugador de baloncesto no puede dar más de 3 pasos sin botar la pelota..... V-F
- 7.- Un partido de baloncesto dura 4 cuartos de 10 minutos cada uno..... V-F
- 8.- En el voleibol, la red está a una altura de 3 metros..... V-F
- 9.- Un equipo de voleibol está formado por 6 jugadores de campo..... V-F
- 10.- El senderismo se practica en el medio rural-natural principalmente..... V-F

Nº de preguntas acertadas:

Valoración: 1 2 3 4 5

**PRUEBA PRÁCTICA:**

- 1.- Prueba de velocidad: 100 metros                      Tiempo:                      Valoración: 1 2 3 4 5
- 2.- Partido de baloncesto 3x3 a una sola canasta                      Valoración: 1 2 3 4 5

**VALORACIÓN DE LA PRUEBA INICIAL:**

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**PRUEBA INICIAL DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LOS ALUMN@S DE 3º ESO**

**ALUMN@:** \_\_\_\_\_ **CURSO:** \_\_\_\_\_

**PRUEBA TEÓRICA:**

Responder VERDADERO o FALSO en el siguiente cuestionario:

- 1.- En la resistencia aeróbica, la energía principal es el oxígeno..... V-F
- 2.- Las pruebas de fondo sirven para valorar la velocidad máxima..... V-F
- 3.- La flexibilidad valora el grado de movilidad articular..... V-F
- 4.- La flexibilidad se va deteriorando con la edad..... V-F
- 5.- Las pruebas atléticas se realizan todas de forma individual..... V-F
- 6.- En el fútbol, la conducción consiste en pasarse la pelota entre 2 o más compañeros. V-F
- 7.- El pase más efectivo en fútbol se realiza con el interior del pie..... V-F
- 8.- Un pase picado en balonmano se realiza con bote del balón en el suelo..... V-F
- 9.- El armado del balón es un gesto previo al pase o el tiro en balonmano..... V-F
- 10.- El parapente se practica en el medio aéreo principalmente..... V-F

Nº de preguntas acertadas:

Valoración: 1 2 3 4 5

**PRUEBA PRÁCTICA:**

- 1.- Prueba de resistencia: 1500 metros Tiempo: Valoración: 1 2 3 4 5
- 2.- Prueba de técnica individual de balonmano Valoración: 1 2 3 4 5

**VALORACIÓN DE LA PRUEBA INICIAL:**

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**PRUEBA INICIAL DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LOS ALUMN@S DE 4º ESO**

**ALUMN@:** \_\_\_\_\_ **CURSO:** \_\_\_\_\_

**PRUEBA TEÓRICA:**

Responder VERDADERO o FALSO en el siguiente cuestionario:

- 1.- En la velocidad el uso del oxígeno como energía es secundario..... V–F
- 2.- A través de las pruebas de 100 y 200 metros trabajamos la resistencia..... V–F
- 3.- La fuerza valora el grado de movilidad articular..... V–F
- 4.- La fuerza explosiva se llama también potencia..... V–F
- 5.- Las pruebas de salto en atletismo son: pértiga, altura y longitud..... V–F
- 6.- En el fútbol, las faltas se tiran todas con barrera..... V–F
- 7.- Actualmente, un futbolista puede convertirse en portero en ciertas ocasiones..... V–F
- 8.- Un jugador de balonmano no puede dar más de 3 pasos sin botar la pelota..... V–F
- 9.- Los jugadores de campo en balonmano no pueden invadir el área del portero..... V–F
- 10.- En el medio natural, el norte se deduce sólo a través de la brújula..... V–F

Nº de preguntas acertadas: \_\_\_\_\_ Valoración: 1 2 3 4 5

**PRUEBA PRÁCTICA:**

- 1.- Prueba de velocidad: 200 metros          Tiempo:          Valoración: 1 2 3 4 5
- 2.-Partido de fútbol 5x5                          Valoración: 1 2 3 4 5

**VALORACIÓN DE LA PRUEBA INICIAL:**

## PROGRAMACIÓN PARA EL ALUMNADO CON NEE.

### INTRODUCCIÓN.

Tomando como base los principios del sistema educativo con relación a la atención a la diversidad del alumnado y adaptándolos en el currículum de la asignatura para aquellos alumnos con NEE, el departamento hace constar las siguientes premisas metodológicas referentes al proceso de enseñanza-aprendizaje a seguir con ellos:

- Se partirá de la Educación Física de Base para desarrollar el trabajo del alumnado.
- Se buscará que la atención a la diversidad se encamine a “crear” un hábito deportivo, inducido o motivado por el profesor y por la propia actividad.
- Se pretenderá que el alumnado esté integrado en todo momento dentro del grupo, participando en todas aquellas actividades que ellos puedan.
- Solo en aquellos contenidos en que tengan una atención individualizada, se encaminará el trabajo de forma paralela a los desarrollados por la clase.
- Por último, el objetivo del departamento es conseguir que el alumnado con NEE pueda trabajar con el grupo-clase (a pesar de sus limitaciones físicas, psíquicas o sensoriales) y que, siempre que sea posible, se realice una Atención Individualizada, un Refuerzo o una ACINS con ellos.

### OBJETIVOS DIDÁCTICOS DE LA PROGRAMACIÓN.

El alumno/a debería ser capaz de:

- Participar en actividades físicas relacionadas con la condición física, incidiendo en los conceptos de resistencia, velocidad, fuerza y flexibilidad, así como realizar la batería de pruebas físicas para conocer su nivel de capacidad física.
- Participar en actividades físicas que incidan en el desarrollo y mejora del esquema corporal, incidiendo en los conceptos de actitud, lateralidad, relajación y respiración.
- Participar en actividades físicas que incidan en el desarrollo y mejora de la coordinación dinámica general, incidiendo en los conceptos de marcha, carrera, salto, trepas, cuadrupedia y reptaciones.
- Participar en actividades físicas que incidan en el desarrollo y mejora de la coordinación dinámica especial (óculo-manual, óculo-pédica), incidiendo en los conceptos de habilidad y agilidad.
- Participar en actividades físicas que incidan en el desarrollo y mejora de la coordinación espacio-temporal, incidiendo en el concepto del ritmo.

Estos objetivos son básicos para configurar los criterios de evaluación del alumno/a con NEE.

## CONTENIDOS DE LA PROGRAMACIÓN.

*Relacionados o paralelos a la CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD (1ª - 3ª evaluación).*

- Realización de actividades físicas basadas en las Cualidades Físicas Básicas (resistencia, velocidad, fuerza y flexibilidad).
- Realización del calentamiento (general, específico).
- Realización de la batería de pruebas físicas para conocer el nivel de capacidad física.

*Relacionados o paralelos a los JUEGOS, DEPORTES y AANN (1ª-2ª-3ª evaluación).*

- Realización de actividades físicas basadas en el Esquema Corporal, atendiendo principalmente a la:
  - lateralidad.
  - actitud.
  - respiración.
  - relajación.
- Realización de actividades físicas basadas en la Coordinación Dinámica General, atendiendo principalmente a los:
  - desplazamientos eficaces (marcha, carrera).
  - desplazamientos menos eficaces (cuadrupedia, reptaciones, saltos, trepas).
- Realización de actividades físicas basadas en la Coordinación Dinámica Específica, atendiendo principalmente a la:
  - coordinación óculo-manual.
  - coordinación óculo-pédica.

*Relacionados o paralelos a la EXPRESIÓN CORPORAL (3ª evaluación).*

- Realización de actividades físicas basadas en la Coordinación Espacio-Temporal, atendiendo principalmente al ritmo.

*Relacionados o paralelos a las RELACIONES INTRA-INTER PERSONALES (1ª-2ª-3ª evaluación):*

- Integración en el grupo basada en la cooperación y respeto por las relaciones de amistad.
- Comunicación social (alumno-profesor, alumno-grupo).
- Superación de miedos e inhibiciones.
- Recreación con la práctica individual y en grupo, manteniendo una actitud positiva y abierta.
- Sensibilización de los peligros que se pueden derivar de la práctica deportiva.



## CRITERIOS PARA LA EVALUACIÓN/CALIFICACIÓN DEL ALUMNADO CON NEE.

Para su valoración, se debe tener en cuenta los siguientes principios básicos:

- Conocer el nivel inicial y buscar la progresión individual dentro de sus posibilidades.
- Conocer el valor de la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.
- Asimilar adecuadamente los contenidos prácticos trabajados en clase.
- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo e instalaciones deportivas.

Partiendo de la programación general de la asignatura, se establecen los siguientes estadios de calificación en cada trimestre:

ESTADIO INICIAL: Asimilación Físico-Deportivo: 40% de la nota.

Corresponde a la parte básica de la asignatura y vendrá dado por el registro y valoración de acciones e incidencias llevadas a cabo por el alumnado, plasmadas en el Cuaderno del Profesor, en relación a:

- A) Participación en la práctica diaria de la asignatura: 20%.
- B) Cumplimiento de la normativa y de la convivencia en la asignatura: 20%.

ESTADIO MEDIO: Desarrollo Físico-Deportivo: 50% de la nota.

Corresponde a la parte principal de la asignatura y vendrá dado por el registro y valoración de las pruebas prácticas realizadas en cada evaluación:

- 1.- Pruebas de Condición Física.
- 2.- Pruebas de asimilación de los aprendizajes relacionados con EC, CDG, CDE, CET.

ESTADIO SUPERIOR: Perfeccionamiento Físico-Deportivo: 10% de la nota.

Corresponde a la parte externa de la asignatura y vendrá dado por Registro y Valoración de todo tipo de actividades afines a la asignatura o susceptibles de ser tenidas en cuenta, realizadas fuera del horario lectivo de la asignatura.

Los instrumentos de evaluación tendrán las mismas características que el resto del alumnado, siendo adaptados aquellos que sean necesarios para una valoración más objetiva.

## PROGRAMA DE REFUERZO PARA EL ALUMNADO PENDIENTE DE 1º ESO.

### COMPETENCIAS CLAVE:

1. COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA.
2. COMPETENCIA DIGITAL.
3. COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS.
4. COMPETENCIA CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES.
5. COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER.
6. COMPETENCIA SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR.
7. COMPETENCIAS MATEMÁTICA Y BÁSICAS EN CIENCIAS Y TECNOLOGÍA.

### OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas para la asimilación de la condición física.
- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas para la asimilación de las habilidades motrices específicas de los deportes individuales y de equipo.
- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas de tipo lúdica y recreativa.
- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas de tipo expresivas y de comunicación corporal.
- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas en el medio natural.

### CONTENIDOS:

#### *CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.*

- Conocimiento de las diferentes partes del trabajo físico: parte inicial o calentamiento, parte principal o desarrollo de contenidos y parte final o vuelta a la calma.
- Conocimiento de las diferentes partes que consta el calentamiento general y específico.
- Conocimiento de las diferentes cualidades físicas básicas.

#### *JUEGOS Y DEPORTES.*

- Conocimiento de los conceptos de coordinación y equilibrio y sus manifestaciones.
- Conocimiento de la técnica de los deportes principales del curso (baloncesto y voleibol).
- Conocimiento de distintos tipos de juegos recreativos.
- Conocimiento de las posibilidades de utilización de las instalaciones de los alrededores.
- Conocimiento de sus propias capacidades en los diferentes juegos y deportes.

### *EXPRESIÓN CORPORAL.*

- Conocimiento de diferentes medios y técnicas corporales relacionadas con la expresión dinámica para dar mayor expresividad al cuerpo.
- Conocimiento de las reacciones corporales a las técnicas propuestas.

### *ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.*

- Conocimiento de diferentes actividades físico-recreativas que se pueden realizar en el medio urbano próximo (patinaje, patinete, monopatín, bici, bolera, actividades acuáticas en la piscina cubierta,...).
- Conocimiento de lugares, grupos y asociaciones donde poder practicar las actividades físico-recreativas.
- Conocimiento de las normas mínimas de seguridad y comportamiento en la práctica de actividades en el medio urbano.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- Conocer el nivel del pasado curso y mejorar la progresión individual en el presente curso.
- Mejorar la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.
- Asimilar los contenidos teóricos y prácticos trabajados en clase en el presente curso.
- Saber buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades en clase.
- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo y espacios donde se realicen las actividades.

Estos criterios se relacionan con los del curso presente y además se condiciona la superación de la asignatura pendiente a las siguientes estrategias de evaluación:

- Participación, interés en clase durante el curso presente.
- Mejora de los resultados del trabajo en el presente curso.
- Por último, realización de un trabajo de investigación sobre los contenidos desarrollados en el curso anterior. Para preparar este trabajo, el profesor responsable realizará durante el curso un seguimiento con el alumnado implicado para orientarle y facilitarle el material teórico que se debe consultar.

### INFORMACIÓN GENERAL PARA EL ALUMNADO PENDIENTE:

#### PROFESORADO RESPONSABLE:

El jefe del departamento de educación física será el encargado de organizar, ejecutar y calificar las pruebas del alumnado pendiente teniendo en cuenta el asesoramiento del resto de los miembros.

#### ATENCIÓN AL ALUMNADO:

El seguimiento se llevará a cabo a través de 2 vías:

##### a) asesoramiento personal:

En el horario lectivo de educación física.

- En el recreo.
- b) asesoramiento virtual:  
A través de la web del centro-Plataforma Educativa Helvia/Pasen.

FECHA ORIENTATIVA PARA LA ENTREGA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

Última semana del mes de mayo.

PROGRAMA DE REFUERZO PARA EL ALUMNADO PENDIENTE DE 2º ESO.

COMPETENCIAS CLAVE:

1. COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA.
2. COMPETENCIA DIGITAL.
3. COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS.
4. COMPETENCIA CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES.
5. COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER.
6. COMPETENCIA SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR.
7. COMPETENCIAS MATEMÁTICA Y BÁSICAS EN CIENCIAS Y TECNOLOGÍA.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas para la asimilación de la condición física.
- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas para la asimilación de las habilidades motrices específicas de los deportes individuales y de equipo.
- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas de tipo lúdica y recreativa.
- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas de tipo expresivas y de comunicación corporal.
- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas en el medio natural.

CONTENIDOS:

*CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD*

- Conocimiento de la relación existente entre ejercicio físico y mantenimiento corporal.
- Conocimiento de los factores de los que depende la condición física de un individuo.
- Conocimiento de factores y actitudes que inciden negativamente en la salud: tabaco, alcohol, drogas,...
- Conocimiento de ejercicios y trabajos para el entrenamiento de la condición física.
- Conocimiento y control de la frecuencia cardiaca para su posterior tratamiento.

### *JUEGOS Y DEPORTES.*

- Conocimiento de las cualidades coordinativas y sus posibles combinaciones.
- Conocimiento de la táctica, el reglamento y posibles variantes de los deportes principales del curso (baloncesto y voleibol).
- Conocimiento de distintos tipos de juegos populares y tradicionales del entorno, Andalucía y resto del mundo.

### *EXPRESIÓN CORPORAL.*

- Conocimiento de diferentes medios y técnicas para la relajación y autocontrol corporal: Schultz, Jacokson, Tai-Chi, Yoga, estiramientos, masajes,...
- Conocimiento de las reacciones corporales a las técnicas propuestas.

### *ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.*

- Conocimiento de diferentes actividades físico-recreativas que se pueden realizar en el medio rural-natural próximo (senderismo, cicloturismo, escalada,...).
- Conocimiento de lugares, grupos y asociaciones donde poder practicar las actividades físico-recreativas.
- Conocimiento de las normas mínimas de seguridad y comportamiento en la práctica de actividades en el medio rural-natural.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- Conocer el nivel del pasado curso y mejorar la progresión individual en el presente curso.
- Mejorar la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.
- Asimilar los contenidos teóricos y prácticos trabajados en clase en el presente curso.
- Saber buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades en clase.
- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo y espacios donde se realicen las actividades.

Estos criterios se relacionan con los del curso presente y además se condiciona la superación de la asignatura pendiente a las siguientes estrategias de evaluación:

- Participación, interés en clase durante el curso presente.
- Mejora de los resultados del trabajo en el presente curso.
- Por último, realización de un trabajo de investigación sobre los contenidos desarrollados en el curso anterior. Para preparar este trabajo, el profesor responsable realizará durante el curso un seguimiento con el alumnado implicado para orientarle y facilitarle el material teórico que se debe consultar.

### INFORMACIÓN GENERAL PARA EL ALUMNADO PENDIENTE:

PROFESORADO RESPONSABLE:

El jefe del departamento de educación física será el encargado de organizar, ejecutar y calificar las pruebas del alumnado pendiente teniendo en cuenta el asesoramiento del resto de los miembros.

#### ATENCIÓN AL ALUMNADO:

El seguimiento se llevará a cabo a través de 2 vías:

a) asesoramiento personal:

En el horario lectivo de educación física.

En el recreo.

b) asesoramiento virtual:

A través de la web del centro-Plataforma Educativa Helvia/Pasen.

#### FECHA ORIENTATIVA PARA LA ENTREGA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

Última semana del mes de mayo.

#### PROGRAMA DE REFUERZO PARA EL ALUMNADO PENDIENTE DE 3º ESO.

#### COMPETENCIAS CLAVE:

1. COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA.
2. COMPETENCIA DIGITAL:
3. COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS.
4. COMPETENCIA CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES.
5. COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER.
6. COMPETENCIA SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR.
7. COMPETENCIAS MATEMÁTICA Y BÁSICAS EN CIENCIAS Y TECNOLOGÍA.

#### OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas para la asimilación de la condición física.
- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas para la asimilación de las habilidades motrices específicas de los deportes individuales y de equipo.
- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas de tipo lúdica y recreativa.
- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas de tipo expresivas y de comunicación corporal.
- Buscar, confeccionar, exponer y saber aplicar actividades físico-deportivas en el medio natural.

#### CONTENIDOS:

*CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.*

- Profundización en el conocimiento de la resistencia. Tipos de resistencia.
- Profundización en el conocimiento de la flexibilidad. Diferencias entre flexibilidad y elasticidad.
- Conocimiento de sistemas de entrenamiento para la mejora de la resistencia y de la flexibilidad.
- Conocimiento de hábitos beneficiosos para la salud: higiene, alimentación,...

#### *JUEGOS Y DEPORTES.*

- Conocimiento de las técnicas de salida, de la marcha y de las carreras en las pruebas atléticas (sin-con obstáculos, individuales-relevos).
- Conocimiento de la técnica de los deportes principales del curso (balonmano y fútbol).
- Conocimiento de distintos tipos de juegos y deportes con implementos.

#### *EXPRESIÓN CORPORAL.*

- Conocimiento de diferentes actividades y expresiones rítmicas que utilizan como medio de ejecución la música.
- Conocimiento de las implicaciones psicofísicas de estas actividades: sensibilidad, ritmo, posturas, inhibiciones, bloqueos,...

#### *ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.*

- Profundización en el conocimiento de las diferentes actividades físico-recreativas que se pueden realizar en los medios terrestre, acuático y aéreo.
- Conocimiento de los requisitos para la realización de estas actividades (coste, materiales, técnicas, seguridad,...).

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- Conocer el nivel del pasado curso y mejorar la progresión individual en el presente curso.
- Mejorar la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.
- Asimilar los contenidos teóricos y prácticos trabajados en clase en el presente curso.
- Saber buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades en clase.
- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo y espacios donde se realicen las actividades.

Estos criterios se relacionan con los del curso presente y además se condiciona la superación de la asignatura pendiente a las siguientes estrategias de evaluación:

- Participación, interés en clase durante el curso presente.
- Mejora de los resultados del trabajo en el presente curso.
- Por último, realización de un trabajo de investigación sobre los contenidos desarrollados en el curso anterior. Para preparar este trabajo, el profesor responsable realizará durante el curso un seguimiento con el alumnado implicado para orientarle y facilitarle el material teórico que se debe consultar.

## INFORMACIÓN GENERAL PARA EL ALUMNADO PENDIENTE:

### PROFESORADO RESPONSABLE:

El jefe del departamento de educación física será el encargado de organizar, ejecutar y calificar las pruebas del alumnado pendiente teniendo en cuenta el asesoramiento del resto de los miembros.

### ATENCIÓN AL ALUMNADO:

El seguimiento se llevará a cabo a través de 2 vías:

a) asesoramiento personal:

En el horario lectivo de educación física.

En el recreo.

b) asesoramiento virtual:

A través de la web del centro-Plataforma Educativa Helvia/Pasen.

### FECHA ORIENTATIVA PARA LA ENTREGA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

Última semana del mes de mayo.



**IES FUENTE ÁLAMO  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CURSO 2017-2018**

**DOCUMENTO PARA EL SEGUIMIENTO DEL ALUMNADO PENDIENTE**

**ALUMNO/A:**

**GRUPO:**

**PROFESOR/A RESPONSABLE:**

**ATENCIÓN PERSONALIZADA DEL ALUMNO/A:**

**1. Resultados de la evaluación inicial:**

**Parte teórica:                      Parte práctica C.F.:                      Parte práctica Deporte:**

**2. Control temporal del seguimiento:**

**Fecha:                      Actuaciones:**

**3. Valoración del seguimiento para la consecución de las CCBB, objetivos y contenidos:**

**4. Valoración del seguimiento para la consecución de:**

**Criterios de evaluación:**

**Estrategias de evaluación:**

**5. Evolución del alumno/a y propuestas de mejora:**

**Calificación final curso anterior:**

**Calificación final curso presente:**

**Propuestas para el curso próximo:**

## PLAN ESPECÍFICO PARA EL ALUMNADO REPETIDOR DE 1º ESO.

### COMPETENCIAS CLAVE:

1. COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA.
2. COMPETENCIA DIGITAL:
3. COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS.
4. COMPETENCIA CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES.
5. COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER.
6. COMPETENCIA SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR.
7. COMPETENCIAS MATEMÁTICA Y BÁSICAS EN CIENCIAS Y TECNOLOGÍA.

### OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

- 1.- comprobar la incidencia de una buena condición física en la práctica de actividades físico-deportivas, así como de los hábitos higiénicos en la mejora de la calidad de vida y en la salud.
- 2.- practicar un programa de acondicionamiento físico utilizando alguno de los sistemas de entrenamiento básicos, teniendo en cuenta el nivel inicial de condición física y adaptando las aspiraciones personales a las propias características individuales.
- 3.- valorar el esfuerzo físico a realizar según el tipo de actividad física que se practica con relación a las diferentes etapas y situaciones de las personas.
- 4.- emitir juicios respecto a los riesgos y ventajas de las actividades físicas que se ofrecen a la sociedad, valorando las propias necesidades e intereses para la mejora de la salud.
- 5.- conocer los elementos básicos del cuerpo humano con relación a su anatomía y fisiología y las consecuencias que tiene sobre ellas la práctica deportiva.
- 6.- reconocer las características de las diferentes vertientes de la actividad físico-deportiva en el contexto social actual.
- 7.- desarrollar estrategias de juego en situaciones socio-motrices de complejidad creciente utilizando habilidades específicas adecuadas y valorando la cooperación entre diferentes personas.
- 8.- perfeccionar las habilidades motrices específicas en los deportes individuales, con y sin oposición, valorando el esfuerzo físico como medio de aprendizaje motor y de superación personal.
- 9.- practicar actividades físico-deportivas alternativas en el medio urbano, siempre respetando el entorno donde se realicen y cooperando con los compañeros y compañeras en la mejora de la convivencia y la comunicación entre ellos.
- 10.- elaborar individualmente y/o en grupo una actividad expresiva, con y sin acompañamiento musical, valorando las propias posibilidades comunicativas y cooperativas.

### CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

#### *CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.*

- Conocimiento de las diferentes partes del trabajo físico: parte inicial o calentamiento, parte principal o desarrollo de contenidos y parte final o vuelta a la calma.
- Conocimiento de las diferentes partes que consta el calentamiento general y específico.

- Conocimiento de las diferentes cualidades físicas básicas.
- 
- **Realización de la batería de pruebas físicas para conocer el nivel de capacidad física.**
- **Realización de ejercicios para desarrollar las diferentes cualidades físicas básicas.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de un calentamiento respetando sus partes.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.
- 
- **Valoración de la importancia para la salud del ejercicio físico continuado.**
- **Búsqueda por mantener un mínimo estado de funcionalidad muscular, articular y cardiovascular.**

### *JUEGOS Y DEPORTES.*

- Conocimiento de los conceptos de coordinación y equilibrio y sus manifestaciones.
- Conocimiento de la técnica de los deportes principales del curso (baloncesto y voleibol).
- Conocimiento de distintos tipos de juegos recreativos.
- Conocimiento de las posibilidades de utilización de las instalaciones de los alrededores.
- Conocimiento de sus propias capacidades en los diferentes juegos y deportes.
- 
- **Práctica de habilidades gimnásticas en suelo para el desarrollo de la coordinación y el equilibrio.**
- **Práctica de la técnica deportiva (individual y de equipo) del baloncesto y del voleibol.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de ejercicios para el trabajo de la técnica deportiva del baloncesto y del voleibol.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de juegos recreativos por parte del alumnado (con y sin material).**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.
- 
- Aceptación de sus propios niveles de habilidad con relación a otros compañeros/as.
- **Superación de miedos e inhibiciones en la práctica de las actividades deportivas.**
- **Recreación con la práctica en grupo de juegos y deportes.**
- **Respeto por las normas y reglas de juegos y deportes.**

### *EXPRESIÓN CORPORAL.*

- Conocimiento de diferentes medios y técnicas corporales relacionadas con la expresión dinámica para dar mayor expresividad al cuerpo.
- Conocimiento de las reacciones corporales a las técnicas propuestas.
- 
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de propuestas expresivas por parte del alumnado.**
- **Práctica de diferentes técnicas relacionadas con la expresión dinámica.**
- **Participación de forma individual y/o grupal en las propuestas desarrolladas.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Valoración de la importancia del cuerpo como agente productor y receptor de la comunicación ínter e intra personal.
- Sensibilización con relación a las actitudes corporales propias y de los demás ante fenómenos expresivos.
- **Mantenimiento de una actitud positiva y abierta a los fenómenos expresivos estandarizados y espontáneos.**

#### *ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.*

- Conocimiento de diferentes actividades físico-recreativas que se pueden realizar en el medio urbano próximo (patinaje, patinete, monopatín, bici, bolera, actividades acuáticas en la piscina cubierta,...).
- Conocimiento de lugares, grupos y asociaciones donde poder practicar las actividades físico-recreativas.
- Conocimiento de las normas mínimas de seguridad y comportamiento en la práctica de actividades en el medio urbano.

-----

- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de actividades físico-recreativas en el entorno escolar que le permitan posteriormente una mejor práctica en el medio urbano.**
- **Práctica de actividades físico-recreativas en entornos urbanos próximos al centro (prioridades: bolera y piscina cubierta de Puente Genil, karting de Casariche).**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- **Mantenimiento de una actitud de respeto y conservación del medio urbano donde se realizan las actividades.**
- **Sensibilización de los peligros que se pueden derivar de la práctica de actividades en el medio urbano.**

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

##### ALUMNADO CON LA ASIGNATURA SUSPENSA DEL CURSO ANTERIOR:

- Conocer el nivel inicial y buscar la progresión individual.
- Conocer el valor de la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.
- Asimilar adecuadamente los contenidos teóricos y prácticos trabajados en clase.
- Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades para la clase.
- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo y espacios donde se realicen las actividades.

En el caso de presentar dificultades para la superación de los mínimos exigibles, se podrá buscar la aplicación de una ACI (a ser posible no significativa), proponiéndose al conjunto del equipo docente del grupo.

ALUMNADO CON LA ASIGNATURA APROBADA DEL CURSO ANTERIOR:

Tendrá los mismos criterios de evaluación que en el caso anterior y además se tendrá en cuenta el trabajo desarrollado en el curso pasado.

*TODO EL ALUMNADO TENDRÁ UN SEGUIMIENTO POR PARTE DEL PROFESORADO.*

PLAN ESPECÍFICO PARA EL ALUMNADO REPETIDOR DE 2º ESO.

COMPETENCIAS CLAVE:

1. COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA.
2. COMPETENCIA DIGITAL:
3. COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS.
4. COMPETENCIA CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES.
5. COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER.
6. COMPETENCIA SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR.
7. COMPETENCIAS MATEMÁTICA Y BÁSICAS EN CIENCIAS Y TECNOLOGÍA.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

- 1.- comprobar la incidencia de una buena condición física en la práctica de actividades físico-deportivas, así como de los hábitos higiénicos en la mejora de la calidad de vida y en la salud.
- 2.- elaborar un programa de acondicionamiento físico basado en el calentamiento, utilizando alguno de los sistemas de entrenamiento, teniendo en cuenta el nivel inicial de condición física y adaptando las aspiraciones personales a las propias características individuales.
- 3.- valorar el esfuerzo físico a realizar según el tipo de actividad física que se practica con relación a las diferentes etapas y situaciones de las personas.
- 4.- emitir juicios respecto a los riesgos y ventajas de las actividades físicas que se ofrecen a la sociedad, valorando las propias necesidades e intereses para la mejora de la salud.
- 5.- conocer los elementos básicos del cuerpo humano con relación a su anatomía y fisiología y las consecuencias que tiene sobre ellas la práctica deportiva.
- 6.- analizar las características de las diferentes vertientes de la actividad físico-deportiva en el contexto social actual.
- 7.- desarrollar estrategias de juego en situaciones socio-motrices de complejidad creciente utilizando habilidades específicas adecuadas y valorando la cooperación entre diferentes personas.
- 8.- perfeccionar las habilidades motrices específicas en los deportes individuales, con y sin oposición, valorando el esfuerzo físico como medio de aprendizaje motor y de superación personal.
- 9.- practicar actividades físico-deportivas alternativas en el medio natural, siempre respetando el entorno donde se realicen.
- 10.- organizar una actividad en el medio natural, valorando su conservación y cooperando con los compañeros y compañeras en la mejora de la convivencia y la comunicación entre ellos.
- 11.- utilizar de forma autónoma, técnicas de relajación corporal en diversas situaciones como medio de autoconocimiento y autocontrol.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

*CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.*

- Conocimiento de la relación existente entre ejercicio físico y mantenimiento corporal.
- Conocimiento de los factores de los que depende la condición física de un individuo.
- Conocimiento de factores y actitudes que inciden negativamente en la salud: tabaco, alcohol, drogas,...
- Conocimiento de ejercicios y trabajos para el entrenamiento de la condición física.
- Conocimiento y control de la frecuencia cardiaca para su posterior tratamiento.

-----

- **Realización de la batería de pruebas físicas para conocer el nivel de capacidad física.**
- Comparación e interpretación práctica de las valoraciones de las pruebas físicas realizadas en 1º y 2º de ESO.
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de ejercicios para desarrollar las diferentes cualidades físicas básicas.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- **Valoración de la importancia para la salud del ejercicio físico continuado.**
- **Búsqueda por mantener un mínimo estado de funcionalidad muscular, articular y cardiovascular.**
- **Valoración de la importancia de no desarrollar actitudes nocivas para la salud.**

*JUEGOS Y DEPORTES.*

- Conocimiento de las cualidades coordinativas y sus posibles combinaciones.
- Conocimiento de la táctica, el reglamento y posibles variantes de los deportes principales del curso (baloncesto y voleibol).
- Conocimiento de distintos tipos de juegos populares y tradicionales del entorno, Andalucía y resto del mundo.

-----

- **Práctica de habilidades gimnásticas en combinación con materiales-aparatos.**
- **Práctica de la táctica deportiva del baloncesto y del voleibol.**
- Aplicación del reglamento del baloncesto y del voleibol en el juego real.
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de variantes deportivas del baloncesto y del voleibol.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de juegos populares y tradicionales por parte del alumnado.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Aceptación de sus propios niveles de habilidad en relación a otros compañeros/as.
- **Superación de miedos e inhibiciones en la práctica de las actividades deportivas.**
- **Recreación con la práctica en grupo de juegos y deportes.**
- **Respeto por las normas y reglas de juegos y deportes.**

### *EXPRESIÓN CORPORAL.*

- Conocimiento de diferentes medios y técnicas para la relajación y autocontrol corporal: Schultz, Jacokson, Tai-Chi, Yoga, estiramientos, masajes,...
- Conocimiento de las reacciones corporales a las técnicas propuestas.

-----

- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de propuestas relacionadas con la relajación por parte del alumnado.**
- **Práctica de diferentes técnicas relacionadas con la relajación.**
- **Participación de forma individual y/o grupal en las propuestas desarrolladas.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Valoración de la importancia de las técnicas de relajación para el conocimiento de su propio interior.
- Reflexión de la importancia de la relajación en la solución de tensiones derivadas de la vida cotidiana.
- **Mantenimiento de una actitud positiva y abierta a los fenómenos relacionados con la relajación.**

### *ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.*

- Conocimiento de diferentes actividades físico-recreativas que se pueden realizar en el medio rural-natural próximo (senderismo, cicloturismo, escalada,...).
- Conocimiento de lugares, grupos y asociaciones donde poder practicar las actividades físico-recreativas.
- Conocimiento de las normas mínimas de seguridad y comportamiento en la práctica de actividades en el medio rural-natural.

-----

- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de actividades físico-recreativas en el entorno escolar que le permitan posteriormente una mejor práctica en el medio rural-natural.**
- **Práctica de actividades físico-recreativas en entornos naturales próximos al centro (prioridades: complejo natural de la Subbética, complejo natural de Algámitas).**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Concienciación de los usos y abusos de la práctica en el medio natural.
- **Mantenimiento de una actitud de respeto y conservación del medio rural-natural donde se realizan las actividades.**
- **Sensibilización de los peligros que se pueden derivar de la práctica de actividades en el medio rural-natural.**

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

#### ALUMNADO CON LA ASIGNATURA SUSPENSA DEL CURSO ANTERIOR:

- Conocer el nivel inicial y buscar la progresión individual.

- Conocer el valor de la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.
- Asimilar adecuadamente los contenidos teóricos y prácticos trabajados en clase.
- Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades para la clase.
- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo y espacios donde se realicen las actividades.

En el caso de presentar dificultades para la superación de los mínimos exigibles, se podrá buscar la aplicación de una ACI (a ser posible no significativa), proponiéndose al conjunto del equipo docente del grupo.

ALUMNADO CON LA ASIGNATURA APROBADA DEL CURSO ANTERIOR:

Tendrá los mismos criterios de evaluación que en el caso anterior y además se tendrá en cuenta el trabajo desarrollado en el curso pasado.

*TODO EL ALUMNADO TENDRÁ UN SEGUIMIENTO POR PARTE DEL PROFESORADO.*

PLAN ESPECÍFICO PARA EL ALUMNADO REPETIDOR DE 3º ESO.

COMPETENCIAS CLAVE:

1. COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA.
2. COMPETENCIA DIGITAL:
3. COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS.
4. COMPETENCIA CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES.
5. COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER.
6. COMPETENCIA SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR.
7. COMPETENCIAS MATEMÁTICA Y BÁSICAS EN CIENCIAS Y TECNOLOGÍA.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

- 1.- comprobar la incidencia de una buena condición física en la práctica de actividades físico-deportivas, así como de los hábitos higiénicos en la mejora de la calidad de vida y en la salud.
- 2.- elaborar un programa de acondicionamiento físico basado en la resistencia y/o flexibilidad, utilizando alguno de los sistemas de entrenamiento, teniendo en cuenta el nivel inicial de condición física y adaptando las aspiraciones personales a las propias características individuales.
- 3.- valorar el esfuerzo físico a realizar según el tipo de actividad física que se practica con relación a las diferentes etapas y situaciones de las personas.
- 4.- emitir juicios respecto a los riesgos y ventajas de las actividades físicas que se ofrecen a la sociedad, valorando las propias necesidades e intereses para la mejora de la salud.
- 5.- conocer los elementos básicos del cuerpo humano con relación a su anatomía y fisiología y las consecuencias que tiene sobre ellas la práctica deportiva.
- 6.- comparar y analizar las características de las diferentes vertientes de la actividad físico-deportiva en el contexto social actual.



- 7.- desarrollar estrategias de juego en situaciones socio-motrices de complejidad creciente utilizando habilidades específicas adecuadas y valorando la cooperación entre diferentes personas.
- 8.- perfeccionar las habilidades motrices específicas en los deportes individuales, con y sin oposición, valorando el esfuerzo físico como medio de aprendizaje motor y de superación personal.
- 9.- practicar actividades físico-deportivas alternativas en el medio urbano y natural, siempre respetando el entorno donde se realicen.
- 10.- organizar una actividad en el medio natural, valorando su conservación y cooperando con los compañeros y compañeras en la mejora de la convivencia y la comunicación entre ellos.
- 11.- elaborar individualmente y/o en grupo una composición expresiva, con y sin acompañamiento musical, valorando las propias posibilidades comunicativas y cooperativas.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

#### *CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.*

- Profundización en el conocimiento de la resistencia. Tipos de resistencia.
  - Profundización en el conocimiento de la flexibilidad. Diferencias entre flexibilidad y elasticidad.
  - Conocimiento de sistemas de entrenamiento para la mejora de la resistencia y de la flexibilidad.
  - Conocimiento de hábitos beneficiosos para la salud: higiene, alimentación,...
- 
- **Realización de la batería de pruebas físicas para conocer el nivel de capacidad física.**
  - **Realización de mini sesiones de entrenamiento de la resistencia y la flexibilidad.**
  - **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de trabajos para desarrollar la resistencia y la flexibilidad.**
  - Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.
- 
- **Valoración de la importancia para la salud del ejercicio físico continuado.**
  - **Búsqueda por mantener un mínimo estado de funcionalidad muscular, articular y cardiovascular.**
  - **Valoración de la importancia de adquirir hábitos beneficiosos para la salud y el organismo.**

#### *JUEGOS Y DEPORTES.*

- Conocimiento de las técnicas de salida, de la marcha y de las carreras en las pruebas atléticas (sin-con obstáculos, individuales-relevos).
  - Conocimiento de la técnica de los deportes principales del curso (balonmano y fútbol).
  - Conocimiento de distintos tipos de juegos y deportes con implementos.
- 
- **Práctica de pruebas atléticas con relación a distancias de recorrido, participación individual-relevos, sin-con obstáculos, marcha-carrera.**
  - **Práctica de la técnica deportiva (individual y de equipo) del balonmano y del fútbol.**
  - **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de ejercicios para el trabajo de la técnica deportiva del balonmano y el fútbol.**

- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de juegos predeportivos con implementos (pala, raqueta, bateo y golpeo).**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Aceptación de sus propios niveles de habilidad con relación a otros compañeros/as.
- Reflexión sobre las implicaciones del deporte en la sociedad actual.
- **Recreación con la práctica en grupo de juegos y deportes.**
- **Respeto por las normas y reglas de juegos y deportes.**

#### *EXPRESIÓN CORPORAL.*

- Conocimiento de diferentes actividades y expresiones rítmicas que utilizan como medio de ejecución la música.
- Conocimiento de las implicaciones psicofísicas de estas actividades: sensibilidad, ritmo, posturas, inhibiciones, bloqueos,...

-----

- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de propuestas relacionadas con las actividades y expresiones rítmico-musicales por parte del alumnado.**
- **Práctica de actividades que impliquen el uso de música (aeróbic, ritmos musicales...).**
- **Práctica de bailes de salón y bailes tradicionales (vals, sevillanas,...).**
- **Participación de forma individual y/o grupal en las propuestas elaboradas.**
- Observación y asimilación de las propuestas realizadas por los compañeros/as.
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Valoración de la importancia del cuerpo como agente productor y receptor de la comunicación ínter e intra personal.
- Sensibilización con relación a las actitudes corporales propias y de los demás ante fenómenos expresivos.
- **Mantenimiento de una actitud positiva y abierta a los fenómenos expresivos estandarizados y espontáneos.**

#### *ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.*

- Profundización en el conocimiento de las diferentes actividades físico-recreativas que se pueden realizar en los medios terrestre, acuático y aéreo.
- Conocimiento de los requisitos para la realización de estas actividades (coste, materiales, técnicas, seguridad,...).

-----

- **Búsqueda, confección y exposición de actividades en la naturaleza referentes a los tres medios.**
- **Adaptación de actividades físico-recreativas de los tres medios para su práctica en el entorno escolar.**
- **Realización de una actividad físico-recreativa relacionada con los tres medios fuera del entorno escolar a través de entidades y/o asociaciones deportivas especializadas (prioridades: piragüismo-remo en Sevilla, actividades en la nieve en Sierra Nevada).**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Concienciación de los usos y abusos de la práctica en el medio natural.
- Sensibilización sobre los peligros que acechan el equilibrio de la naturaleza.
- **Mantenimiento de una actitud de respeto, conservación, protección y mejora del medio donde se realizan las actividades.**

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

##### ALUMNADO CON LA ASIGNATURA SUSPENSADA DEL CURSO ANTERIOR:

- Conocer el nivel inicial y buscar la progresión individual.
- Conocer el valor de la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.
- Asimilar adecuadamente los contenidos teóricos y prácticos trabajados en clase.
- Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades para la clase.
- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo y espacios donde se realicen las actividades.

En el caso de presentar dificultades para la superación de los mínimos exigibles, se podrá buscar la aplicación de una ACI (a ser posible no significativa), proponiéndose al conjunto del equipo docente del grupo.

##### ALUMNADO CON LA ASIGNATURA APROBADA DEL CURSO ANTERIOR:

Tendrá los mismos criterios de evaluación que en el caso anterior y además se tendrá en cuenta el trabajo desarrollado en el curso pasado.

*TODO EL ALUMNADO TENDRÁ UN SEGUIMIENTO POR PARTE DEL PROFESORADO.*

#### PLAN ESPECÍFICO PARA EL ALUMNADO REPETIDOR DE 4º ESO.

#### COMPETENCIAS CLAVE:

1. COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA.
2. COMPETENCIA DIGITAL:
3. COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS.
4. COMPETENCIA CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES.
5. COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER.
6. COMPETENCIA SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR.
7. COMPETENCIAS MATEMÁTICA Y BÁSICAS EN CIENCIAS Y TECNOLOGÍA.

#### OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

1.- comprobar la incidencia de una buena condición física en la práctica de actividades físico-deportivas, así como de los hábitos higiénicos en la mejora de la calidad de vida y en la salud.

- 2.- elaborar un programa de acondicionamiento físico basado en la velocidad y/o fuerza, utilizando alguno de los sistemas de entrenamiento, teniendo en cuenta el nivel inicial de condición física y adaptando las aspiraciones personales a las propias características individuales.
- 3.- valorar el esfuerzo físico a realizar según el tipo de actividad física que se practica con relación a las diferentes etapas y situaciones de las personas.
- 4.- emitir juicios respecto a los riesgos y ventajas de las actividades físicas que se ofrecen a la sociedad, valorando las propias necesidades e intereses para la mejora de la salud.
- 5.- conocer los elementos básicos del cuerpo humano con relación a su anatomía y fisiología y las consecuencias que tiene sobre ellas la práctica deportiva.
- 6.- comparar y analizar las características de las diferentes vertientes de la actividad físico-deportiva en el contexto social actual.
- 7.- desarrollar estrategias de juego en situaciones socio-motrices de complejidad creciente utilizando habilidades específicas adecuadas y valorando la cooperación entre diferentes personas.
- 8.- perfeccionar las habilidades motrices específicas en los deportes individuales, con y sin oposición, valorando el esfuerzo físico como medio de aprendizaje motor y de superación personal.
- 9.- practicar actividades físico-deportivas alternativas en el medio urbano y natural, siempre respetando el entorno donde se realicen.
- 10.- organizar una actividad en el medio natural, valorando su conservación y cooperando con los compañeros y compañeras en la mejora de la convivencia y la comunicación entre ellos.
- 11.- elaborar individualmente y/o en grupo una composición expresiva, con y sin acompañamiento musical, valorando las propias posibilidades comunicativas y cooperativas.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

*CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.*

- Profundización en el conocimiento de la velocidad. Tipos de velocidad.
  - Profundización en el conocimiento de la fuerza. Tipos de fuerza.
  - Conocimiento de sistemas de entrenamiento para la mejora de la velocidad y la fuerza.
  - Conocimiento de las distintas vertientes de la actividad física: educativa, utilitaria, lúdica, profiláctica, competitiva,...
- 
- **Realización de la batería de pruebas físicas para conocer el nivel de capacidad física.**
  - Comparación e interpretación práctica de las valoraciones de las pruebas físicas realizadas en 3º y 4º de ESO.
  - **Realización de mini sesiones de entrenamiento de la velocidad y la fuerza.**
  - **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de trabajos para desarrollar la velocidad y la fuerza.**
  - Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.
- 
- **Valoración de la importancia para la salud del ejercicio físico continuado.**
  - **Búsqueda por mantener un mínimo estado de funcionalidad muscular, articular y cardiovascular.**
  - **Valoración de las ventajas e inconvenientes del ejercicio físico para la salud.**

## *JUEGOS Y DEPORTES.*

- Conocimiento de las técnicas de los saltos (longitud, triple salto, altura y pértiga) y de los lanzamientos (peso, disco, martillo y jabalina) en el atletismo.
- Conocimiento de la táctica, el reglamento y posibles variantes de los deportes principales del curso (balonmano y fútbol).
- Conocimiento de deportes con implementos (bádminton y hockey).

-----

- **Práctica de pruebas atléticas con relación a los saltos y los lanzamientos.**
- **Práctica de la táctica y deportiva del balonmano y del fútbol.**
- Aplicación del reglamento del balonmano y del fútbol en el juego real.
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de variantes deportivas del balonmano y del fútbol.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de actividades lúdicas/predeportivas relacionadas con el bádminton y el hockey.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Aceptación de sus propios niveles de habilidad con relación a otros compañeros/as.
- Reflexión sobre las implicaciones del deporte en la sociedad actual.
- **Recreación con la práctica en grupo de juegos y deportes.**
- **Respeto por las normas y reglas de juegos y deportes.**

## *EXPRESIÓN CORPORAL.*

- Conocimiento de diferentes actividades y técnicas expresivas de carácter escénicas y/o teatrales.
- Conocimiento de las implicaciones psicofísicas de estas actividades: sensibilidad, ritmo, posturas, inhibiciones, bloqueos,...

-----

- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de propuestas relacionadas con las actividades escénicas por parte del alumnado.**
- **Práctica de actividades escénicas (mimo, teatro, danza...).**
- **Participación de forma individual y/o grupal en las propuestas elaboradas.**
- Observación y asimilación de las propuestas realizadas por los compañeros/as.
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Valoración de la importancia del cuerpo como agente productor y receptor de la comunicación ínter e intra personal.
- Sensibilización con relación a las actitudes corporales propias y de los demás ante fenómenos expresivos.
- **Mantenimiento de una actitud positiva y abierta a los fenómenos expresivos estandarizados y espontáneos.**

## *ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.*

- Profundización en el conocimiento de las técnicas de la acampada (organización, primeros auxilios, actividades,...).

- Conocimiento de las técnicas complementarias que permitan una mejor adaptación al medio natural (zoología, botánica, meteorología, geografía, cartografía, orientación,...).

-----

- **Búsqueda, confección y exposición de actividades en la naturaleza para la realización de una acampada (organización y ejecución, técnicas de orientación, primeros auxilios, actividades,...).**
- **Adaptación de actividades físico-recreativas y técnicas relacionadas con la acampada para su práctica en el entorno escolar.**
- **Realización de una acampada fuera del entorno escolar a través de entidades y/o asociaciones deportivas especializadas (prioridades: Cazorla, Sierra Nevada).**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Concienciación de los usos y abusos de la práctica en el medio natural.
- Sensibilización sobre los peligros que acechan el equilibrio de la naturaleza.
- **Mantenimiento de una actitud de respeto, conservación, protección y mejora del medio donde se realizan las actividades.**

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

##### ALUMNADO CON LA ASIGNATURA SUSPENSA DEL CURSO ANTERIOR:

- Conocer el nivel inicial y buscar la progresión individual.
- Conocer el valor de la participación en clase y el uso de equipación deportiva adecuada en la actividad.
- Asimilar adecuadamente los contenidos teóricos y prácticos trabajados en clase.
- Buscar, confeccionar, exponer y aplicar actividades para la clase.
- Actuar positivamente con profesor-a, compañeros-as, material deportivo y espacios donde se realicen las actividades.

En el caso de presentar dificultades para la superación de los mínimos exigibles, se podrá buscar la aplicación de una ACI (a ser posible no significativa), proponiéndose al conjunto del equipo docente del grupo.

##### ALUMNADO CON LA ASIGNATURA APROBADA DEL CURSO ANTERIOR:

Tendrá los mismos criterios de evaluación que en el caso anterior y además se tendrá en cuenta el trabajo desarrollado en el curso pasado.

*TODO EL ALUMNADO TENDRÁ UN SEGUIMIENTO POR PARTE DEL PROFESORADO.*

**IES FUENTE ÁLAMO  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CURSO 2017-2018**

**DOCUMENTO PARA EL SEGUIMIENTO DEL ALUMNADO REPETIDOR**

**ALUMNO/A:**

**GRUPO:**

**PROFESOR/A RESPONSABLE:**

**ATENCIÓN PERSONALIZADA DEL ALUMNO/A:**

**1. Resultados de la evaluación inicial:**

**Parte teórica:                      Parte práctica C.F.:                      Parte práctica Deporte:**

**2. Control temporal del seguimiento:**

**Fecha:                      Actuaciones:**

**3. Valoración del seguimiento para la consecución de las CCBB, objetivos y contenidos:**

**4. Valoración del seguimiento para la consecución de:**

**Criterios de evaluación:**

**Estrategias de evaluación:**

**5. Evolución del alumno/a y propuestas de mejora:**

**Calificación final curso anterior:**

**Calificación final curso presente:**

**Propuestas para el curso próximo:**

## **CONTRIBUCIÓN DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA AL FOMENTO DE LA ORALIDAD EN LA COMPETENCIA COMUNICATIVA (PLC).**

### INTRODUCCIÓN.

Durante el presente curso escolar nuestro centro se encuentra en el periodo de participación y desarrollo del Proyecto Lingüístico de Centro. Tras la concreción en cursos anteriores de un proyecto mínimo viable, aprobado por los órganos de coordinación docentes y que ya forma parte del Proyecto Educativo, nos adentramos ahora en la implementación de dicho proyecto así como en el establecimiento de los criterios metodológicos que se han de aplicar.

Nos encaminamos ahora a la concreción de las medidas que se llevarán a cabo dentro del aula, priorizando dentro de las amplias posibilidades que un Proyecto Lingüístico puede abarcar, y más específicamente en la mejora de la oralidad.

De esta manera los objetivos que el centro se ha marcado son los de elaborar un Plan de Actuación por departamentos con una elección de tareas y actividades que se realizarían una vez por trimestre y que en nuestra área incorporarían al menos las siguientes premisas a tener en cuenta para su desarrollo:

#### **PORQUÉ:**

Mejorar los niveles orales y de expresión verbal y no verbal, respetando las particularidades del habla andaluza y partiendo de un trabajo de investigación previo sobre las actividades a desarrollar.

#### **QUÉ:**

Planteamiento de actividades en el área de Educación Física para trabajar las destrezas y habilidades comunicativas propias de la comprensión y expresión orales y también las no verbales (códigos, signos,...).

#### **QUIÉN:**

Alumnado de ESO.

#### **CUANDO:**

Calendario de actuaciones. Temporalización de las actividades durante el curso.

#### **DÓNDE:**

Creación de un corpus o banco de recursos para que pueda ser consultado por el alumnado de cara a fomentar actividades comunicativas orales en el área.

#### **CÓMO:**

Incorporación de indicadores de evaluación que vienen marcados desde el Equipo Técnico de Coordinación Pedagógica para poder calificar dichas actividades (Hoja de Rúbrica).

#### **CUÁNTO:**

Establecimiento de un peso porcentual de dichas actividades en la calificación del alumnado en referencia a las CC Clave: CCL, CD, CEC, CAA (Ver Cuadros Ponderación x Cursos).



## CALENDARIO DE ACTUACIONES.

### TRABAJO DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA PRIMERA EVALUACIÓN (PLC).

#### *1º ESO.*

El calentamiento: general / específico.

Las cualidades físicas básicas.

Las habilidades gimnásticas: gimnasia rítmica / gimnasia deportiva.

#### *2º ESO:*

La condición física.

Las habilidades gimnásticas con aparatos y otros materiales.

El acrosport.

#### *3º ESO:*

La resistencia.

La flexibilidad / La elasticidad.

El atletismo: la marcha / las carreras / los relevos / las pruebas con obstáculos.

#### *4º ESO:*

La velocidad.

La fuerza.

El atletismo: los saltos (4) / los lanzamientos (4).

### Requisitos de los trabajos de la 1ª Evaluación (PLC).

- El trabajo escrito es recomendable. Fecha de entrega máxima:.....
- La exposición oral es recomendable. Fecha de realización: A partir de.....
- La no realización de una o ambas partes motivará la falta de valoración en las CC Clave relacionadas con la nota final del trimestre.

### Estructura del trabajo (PLC).

- El trabajo escrito es individual y realizado a mano.
- Apartados del trabajo: portada + desarrollo 5 hojas máximo + bibliografía.
- Se valorará tanto el contenido como la presentación.
- La exposición oral se valorará siguiendo los indicadores de evaluación de las actividades de expresión oral (ítems de la Hoja de Rúbrica).

## TRABAJO DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA SEGUNDA EVALUACIÓN (PLC).

### *1º ESO.*

El baloncesto: la técnica.

El voleibol: la técnica.

Baloncesto / Voleibol: ejercicios y actividades para trabajar la técnica.

### *2º ESO:*

El baloncesto: el reglamento.

El voleibol: el reglamento.

Baloncesto / Voleibol: ejercicios y actividades para trabajar la táctica.

### *3º ESO:*

El balonmano: la técnica.

El fútbol: la técnica.

Balonmano / Fútbol: ejercicios y actividades para trabajar la técnica.

### *4º ESO:*

El balonmano: el reglamento.

El fútbol: el reglamento.

Balonmano / Fútbol: ejercicios y actividades para trabajar la táctica.

### Requisitos de los trabajos de la 2ª Evaluación (PLC).

- El trabajo escrito es recomendable. Fecha de entrega máxima:.....
- La exposición oral es recomendable. Fecha de realización: A partir de.....
- La no realización de una o ambas partes motivará la falta de valoración en las CC Clave relacionadas con la nota final del trimestre.

### Estructura del trabajo (PLC).

- El trabajo escrito es individual y realizado a mano.
- Apartados del trabajo: portada + desarrollo 5 hojas máximo + bibliografía.
- Se valorará tanto el contenido como la presentación.
- La exposición oral se valorará siguiendo los indicadores de evaluación de las actividades de expresión oral (ítems de la Hoja de Rúbrica).

## TRABAJO DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA TERCERA EVALUACIÓN (PLC).

### *1º ESO.*

Juegos: Actividades Recreativas con/sin Material.

Expresión Corporal: Actividades de Expresión Dinámica.

Actividades en la Naturaleza: Actividades en el Medio Urbano.

### *2º ESO:*

Juegos: Juegos Populares y Tradicionales.

Expresión Corporal: Actividades sobre Técnicas de Relajación.

Actividades en la Naturaleza: Actividades en el Medio Rural/Natural.

### *3º ESO:*

Juegos: Actividades Predeportivas de Pala, Raqueta, Bateo y Golpeo.

Expresión Corporal: Actividades Rítmicas y Bailes Musicales.

Actividades en la Naturaleza: Actividades en el Medio Terrestre, Acuático y Aéreo.

### *4º ESO:*

Juegos: Actividades Predeportivas del Bádminon y Hockey.

Expresión Corporal: Actividades Escénicas y Teatrales.

Actividades en la Naturaleza: Actividades de Acampada y Técnicas de Orientación.

### Requisitos de los trabajos de la 3ª Evaluación (PLC).

- El trabajo escrito es recomendable. Fecha de entrega máxima:.....
- La exposición oral es recomendable. Fecha de realización: A partir de.....
- La no realización de una o ambas partes motivará la falta de valoración en las CC Clave relacionadas con la nota final del trimestre.

### Estructura del trabajo (PLC).

- El trabajo escrito es individual y realizado a mano (5 hojas + portada):
  - Juegos: 3 actividades.
  - Expresión Corporal: 1 actividad.
  - Actividades en la Naturaleza: 1 actividad.
- Guión a realizar en cada hoja para cada actividad (orden de los apartados):
  - 1.- Título de la actividad.
  - 2.- Reglas - Organización - Desarrollo.
  - 3.- Material.
  - 4.- Dibujo - Esquema - Representación gráfica.
  - 5.- Bibliografía - Fuente de la información.
- Se valorará tanto el contenido como la presentación.
- La exposición oral se valorará siguiendo los indicadores de evaluación de las actividades de expresión oral (ítems de la Hoja de Rúbrica).

## BANCO DE RECURSOS.

A continuación se enumeran los recursos metodológicos de los que se hará uso en nuestra área para fomentar la expresión y comprensión orales:

Se intentará que en la asignatura se trabaje y se potencie la expresión oral a través de actividades del tipo:

- Conversación sobre un tema relacionado con los contenidos del curso, o de la actualidad deportiva, o del interés del grupo.
- Exposición oral de los contenidos conceptuales explicados en clase.
- Trabajo de investigación que deberán exponer al grupo.
- Debates sobre temas controvertidos del mundo del deporte o la actividad física.

## RECURSOS METODOLÓGICOS.

### *Bibliográfico:*

- Libros de texto, si fuera el caso y se exigiera su obligatoriedad, con su corpus de textos adaptados.
- Acceso a la biblioteca para consulta de los libros relacionados con la materia (sobre 30 ejemplares).

### *Informático:*

- Recursos presentes en las webs relacionadas con la materia:
  - o Pila Teleña.
  - o El Rincón del Vago.
  - o Wikipedia.
  - o YouTube.
  - o Federaciones y Asociaciones Deportivas.

### *Audiovisual:*

- Visualización de CD's, archivos informáticos y otras grabaciones proporcionadas por el profesorado de la materia.
- 

### Uso del siguiente modelo de secuencia para la exposición en clase (orientativo):

- Presentación del trabajo.
- Exposición de los apartados.
- Complementación visual: gestos, imágenes, modelos corporales, demostraciones visuales,... (lenguaje no verbal).
- Conclusiones finales.
- Ruegos y preguntas: Aclaración de dudas al grupo.

INDICADORES DE EVALUACIÓN DE ACTIVIDADES DE EXPRESIÓN ORAL.

**IES FUENTE ÁLAMO  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CURSO 2017-2018**

**ÍTEMS DE LA HOJA DE RÚBRICA (PLC).**

**ALUMN@:**

**CURSO:**

	1ª Evaluación	2ª Evaluación	3ª Evaluación
1.- Saluda, se presenta y nombra el tema a tratar			
2.- Los contenidos están suficientemente desarrollados y sintetizados			
3.- Hace uso de ejemplos y demostraciones visuales correctamente			
4.- Hace uso adecuado de un guión			
5.- Hace uso adecuado de recursos (pizarras...) y materiales (esquemas, vídeos,...)			
6.- Tiempo de exposición adecuado			
7.- Busca un contacto visual con el grupo			
8.- Emplea un lenguaje apropiado			
9.- Emplea un tono de voz audible, realizando las pautas correctas en la entonación que dan sentido al discurso			
10.- Realiza una pequeña conclusión			
<b>CALIFICACIÓN FINAL</b>			

**Valoración de cada Ítem:**    **Excelente**            **(1 punto).**  
   **Aceptable**            **(0.5 puntos).**  
   **Insuficiente**        **(0 puntos).**

## PROGRAMACIÓN DE AULA PARA 1º ESO.

### BLOQUE: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- Conocer los rasgos que definen una actividad física saludable.
- **Valorar positivamente la práctica como medio para mejorar la condición física.**
- **Planificar y realizar actividades que permitan un incremento de las capacidades físicas partiendo de una valoración del nivel inicial.**
- Adoptar una actitud crítica ante el tratamiento del cuerpo.
- **Consolidar hábitos saludables.**

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Conocimiento de las diferentes partes del trabajo físico: parte inicial o calentamiento, parte principal o desarrollo de contenidos y parte final o vuelta a la calma.
- Conocimiento de las diferentes partes que consta el calentamiento general y específico.
- Conocimiento de las diferentes cualidades físicas básicas.
- 
- **Realización de la batería de pruebas físicas para conocer el nivel de capacidad física.**
- **Realización de ejercicios para desarrollar las diferentes cualidades físicas básicas.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de un calentamiento respetando sus partes.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.
- 
- **Valoración de la importancia para la salud del ejercicio físico continuado.**
- **Búsqueda por mantener un mínimo estado de funcionalidad muscular, articular y cardiovascular.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

04.- 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.

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

CAA

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

CMCT

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

CMCT

04.04.- Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

CMCT

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

CMCT

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

CAA

05.- 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.

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

CMCT

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

CAA

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

CMCT

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

CAA

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

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

CMCT

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

CAA

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

CSC

09.- Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de educación física.

09.01.- Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo por sí mismo o para los demás.

CSC

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

CCL

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

CSC

10.- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.

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

CD

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

CCL

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.

11.01.- Practica actividades físico-deportivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

11.02.- Realiza actividades físico-deportivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

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

13.01.- Busca, confecciona, expone y aplica de forma práctica contenidos relacionados con la actividad física y deportiva por parte del alumnado.

CAA

## BLOQUE: JUEGOS Y DEPORTES.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- **Planificar y realizar actividades recreativas y deportivas, tanto individuales como colectivas, de colaboración y oposición.**
- Practicar deportes sabiendo aplicar los fundamentos técnicos con progresiva autonomía.
- Practicar actividades deportivas adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución.
- **Conocer los efectos beneficiosos de la práctica de actividades lúdico-deportivas tanto para la salud individual como colectiva.**
- Mostrar actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación, independientemente de las diferencias individuales, culturales y sociales.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Conocimiento de los conceptos de coordinación y equilibrio y sus manifestaciones.



- Conocimiento de la técnica de los deportes principales del curso (baloncesto y voleibol).
- Conocimiento de distintos tipos de juegos recreativos.
- Conocimiento de las posibilidades de utilización de las instalaciones de los alrededores.
- Conocimiento de sus propias capacidades en los diferentes juegos y deportes.

-----

- **Práctica de habilidades gimnásticas en suelo para el desarrollo de la coordinación y el equilibrio.**
- **Práctica de la técnica deportiva (individual y de equipo) del baloncesto y del voleibol.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de ejercicios para el trabajo de la técnica deportiva del baloncesto y del voleibol.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de juegos recreativos por parte del alumnado (con y sin material).**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Aceptación de sus propios niveles de habilidad con relación a otros compañeros/as.
- **Superación de miedos e inhibiciones en la práctica de las actividades deportivas.**
- **Recreación con la práctica en grupo de juegos y deportes.**
- **Respeto por las normas y reglas de juegos y deportes.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

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

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

CSC

01.02.- Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico-táctico planteado.

CMCT

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

CAA

01.04.- Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnico-tácticas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

SIEP

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

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

SIEP

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

CAA

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

CMCT

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

CSC

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

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

CMCT

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

CAA

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

CSC

07.- Reconocer las posibilidades de las actividades físicas 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.

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

CAA

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

SIEP

07.03.- Respeta las normas dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

CSC

08.- 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.

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

CMCT

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

CSC

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

CAA

09.- Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de educación física.

09.01.- Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo par sí mismo o para los demás.

CSC

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

CCL

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

CSC

10.- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.

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

CD

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

CCL

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.

11.01.- Practica actividades físico-deportivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

11.02.- Realiza actividades físico-deportivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

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

12.01.- Busca, confecciona, expone y aplica de forma práctica juegos recreativos con/sin material conocidos en Andalucía por parte del alumnado.

CEC

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

13.01.- Busca, confecciona, expone y aplica de forma práctica contenidos relacionados con la actividad física y deportiva por parte del alumnado.

CAA

## BLOQUE: EXPRESIÓN CORPORAL.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- **Planificar y realizar actividades expresivas con o sin base musical, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa.**
- Actuar positivamente ante los movimientos expresivos propios y del grupo.
- Reconocer el valor de la expresión corporal como elemento comunicativo no formal.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Conocimiento de diferentes medios y técnicas corporales relacionadas con la expresión dinámica para dar mayor expresividad al cuerpo.
- Conocimiento de las reacciones corporales a las técnicas propuestas.
- 
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de propuestas expresivas por parte del alumnado.**
- **Práctica de diferentes técnicas relacionadas con la expresión dinámica.**
- **Participación de forma individual y/o grupal en las propuestas desarrolladas.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.
- 
- Valoración de la importancia del cuerpo como agente productor y receptor de la comunicación ínter e intra personal.
- Sensibilización con relación a las actitudes corporales propias y de los demás ante fenómenos expresivos.
- **Mantenimiento de una actitud positiva y abierta a los fenómenos expresivos estandarizados y espontáneos.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

02.- 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.

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

CSC

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

CAA

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

CEC

02.04.- Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

SIEP

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

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

CMCT

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

CAA

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

CSC

07.- Reconocer las posibilidades de las actividades 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.

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

CAA

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

SIEP

07.03.- Respeto las normas dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

CSC

09.- Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de educación física.

09.01.- Identifica las características de las actividades artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo par sí mismo o para los demás.

CSC

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

CCL

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

CSC

10.- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.

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

CD

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

11.- Participar en actividades artístico-expresivas 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.

11.01.- Practica actividades artístico-expresivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo artístico.

SIEP

11.02.- Realiza actividades artístico-expresivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

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

13.01.- Busca, confecciona, expone y aplica de forma práctica contenidos relacionados con la actividad física y deportiva por parte del alumnado.

CAA

BLOQUE: ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- **Planificar y realizar actividades recreativas típicas del medio urbano.**
- **Contribuir al respeto y conservación del medio urbano.**
- Valorar positivamente el desarrollo sostenible de prácticas recreativas en el medio urbano.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Conocimiento de diferentes actividades físico-recreativas que se pueden realizar en el medio urbano próximo (patinaje, patinete, monopatín, bici, bolera, actividades acuáticas en la piscina cubierta,...).
- Conocimiento de lugares, grupos y asociaciones donde poder practicar las actividades físico-recreativas.
- Conocimiento de las normas mínimas de seguridad y comportamiento en la práctica de actividades en el medio urbano.

-----

- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de actividades físico-recreativas en el entorno escolar que le permitan posteriormente una mejor práctica en el medio urbano.**
- **Práctica de actividades físico-recreativas en entornos urbanos próximos al centro (prioridades: bolera y piscina cubierta de Puente Genil, karting de Casariche).**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- **Mantenimiento de una actitud de respeto y conservación del medio urbano donde se realizan las actividades.**

- **Sensibilización de los peligros que se pueden derivar de la práctica de actividades en el medio urbano.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

01.- Resolver situaciones motrices individuales aplicando las habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.

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

SIEP

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

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

CMCT

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

CAA

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

CSC

08.- 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.

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

CMCT

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

CSC

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

CAA

09.- Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de educación física.

09.01.- Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo par sí mismo o para los demás.

CSC

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

CCL

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

CSC

10.- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.

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

CD

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

CCL

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.

11.01.- Practica actividades físico-deportivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

11.02.- Realiza actividades físico-deportivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

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

13.01.- Busca, confecciona y expone contenidos relacionados con la actividad física y deportiva por parte del alumnado.

CAA



## CONTENIDOS TRANSVERSALES PARA 1º ESO.

Los temas transversales son aquellos que impregnan toda actividad educativa y que son imprescindibles en un diseño curricular abierto y adaptado a las necesidades culturales de nuestra sociedad y de nuestra comunidad educativa en particular. Se encuentran presentes en todas las etapas, así como en las diferentes áreas curriculares.

Partiendo de esta base, el departamento de educación física propone abordarlos de la siguiente manera:

### Educación para la salud:

Se enfocará incidiendo en los beneficios que toda actividad física reporta a la misma y ubicándola como actividad principal de nuestro tiempo de ocio, alejando a los alumnos de todo tipo de actividades poco saludables y de moda entre la juventud: alcohol, tabaco, drogas,... También se tomará como punto de referencia el afianzamiento de los hábitos elementales de higiene, tanto en la vida diaria como deportiva.

### Educación moral y ética:

Se tratará desde el punto de vista de la convivencia y el trabajo en grupo, adoptando una serie de normas y valores individuales y grupales que les permitan una vida adulta rica en estos valores y así situarlos dentro de la sociedad para luchar por lo que quieran llegar a conseguir pero de una manera correcta y sin afectar de forma intencionada la vida de otros ciudadanos (Fair Play).

### Educación para la paz:

Se incidirá en la eliminación de conductas violentas inculcando el respeto de todo tipo de persona, sea cual sea su condición, y el respeto de las reglas de juego como vía legal para solucionar los conflictos. Esto les llevará a la adquisición de valores trasladables a la vida adulta.

### Educación no-sexista:

Se debe hacer comprender a los alumnos que los estereotipos existentes respecto a las actividades físicas y a cualquier otra actividad no tienen razón de ser, inculcándoles la necesidad de la integración entre ambos sexos, lo cual les llevará a vivir experiencias diferentes y en muchos casos inimaginables.

### Educación vial:

Se podría afrontar desde la práctica de algunos deportes en los que es necesario una educación vial adecuada que posteriormente se puede trasladar a otras etapas de la vida (atletismo, ciclismo y otras actividades sobre ruedas tales como el patinaje, el patinete, o el skate board).

### Educación ambiental:

Hoy en día la actividad física no se puede desligar del respeto al medio ambiente y en nuestra asignatura se debe utilizar como vehículo para acercar al alumno a conocer la importancia por el respeto del medio en el que vivimos, ya que será la fuente de nuestro desarrollo y calidad de vida.

### Educación del consumidor:

Será abordada desde nuestra área centrándonos en el respeto y conservación de los recursos/bienes del centro y del material deportivo en particular, concienciando a los alumnos de su valor y posibilidades de adquisición, de forma que esos aspectos puedan ser trasladados a la vida tanto presente como futura. También hacer hincapié en la relativa importancia que se le debe dar a la publicidad y valor material de las marcas comerciales, tanto deportivas como otras habituales de nuestra sociedad de consumo.

CONTENIDOS:	EST - CC - CFS	JD	EC	AN
<u>Primer trimestre:</u>	1.1 CSC	X		
	1.2 CMCT	X		
Bloque 1:	1.3 CAA	X		
- Condición física: Calentamiento - Acondicionamiento físico – Pruebas evaluación inicial.	1.4 SIEP	X		
	1.5 SIEP			X
	2.1 CSC		X	
	2.2 CAA		X	
Bloque 2:	2.3 CEC		X	
- Habilidades gimnásticas: Trabajo en suelo.	2.4 SIEP		X	
	3.1 SIEP	X		
	3.2 CAA	X		
<u>Segundo trimestre:</u>	3.3 CMCT	X		
	3.4 CSC	X		
Bloque 2:	4.1 CAA	X		
- Baloncesto: Fundamentos de la técnica individual y colectiva.	4.2 CMCT	X		
	4.3 CMCT	X		
	4.4 CMCT	X		
Bloque 2:	4.5 CMCT	X		
- Voleibol: Fundamentos de la técnica individual y colectiva.	4.6 CAA	X		
	5.1 CMCT	X		
	5.2 CAA	X		
<u>Tercer trimestre:</u>	5.3 CMCT	X		
	5.4 CAA	X		
Bloque 1:	6.1 CMCT	X	X	X
- Condición física: Pruebas evaluación final.	6.2 CAA	X	X	X
	6.3 CSC	X	X	X
	7.1 CAA	X	X	
Bloque 2:	7.2 SIEP	X	X	
- Juegos recreativos con y sin material.	7.3 CSC	X	X	
	8.1 CMCT	X		X
Bloque 3:	8.2 CSC	X		X
- Expresión corporal: Iniciación en la expresión dinámica.	8.3 CAA	X		X
	9.1 CSC	X	X	X
	9.2 CCL	X	X	X
Bloque 4:	9.3 CSC	X	X	X
- Act. naturaleza: Actividades físico-recreativas en el medio urbano.	10.1 CD	X	X	X
	10.2 CCL	X	X	X
	11.1 SIEP	X	X	X
	11.2 CSC	X	X	X
	12.1 CEC	X		
	13.1 CAA	X	X	X

## 1º ESO – SESIONES DEL PRIMER TRIMESTRE.

1 Sesión inicial – Presentación del curso.

2-4 Evaluación inicial:

2 Prueba teórica.

3 Prueba práctica (condición física).

4 Prueba práctica (deporte: voleibol).

5-20 U.D. Condición física:

5 Acondicionamiento Físico – Calentamiento 1.

6 Acondicionamiento Físico – Calentamiento 1.

7 Cualidades Físicas Básicas 1.

8 Cualidades Físicas Básicas 1.

9 Condición Física – Coordinación Dinámica General 1.

10 Condición Física – Coordinación Dinámica Especial/Habilidad/Agilidad 1.

11 Condición Física – Circuito 6 Estaciones 1.

12 Condición Física – Juegos/Deportes 1.

13 Ensayo Pruebas de Condición Física de interior (3).

14 Ensayo Pruebas de Condición Física de exterior (3).

15-20 Realización y Control Batería de Pruebas de Condición Física (6).

21-22 U.D. Habilidades Gimnásticas:

21 Trabajo en suelo.

22 Acrosport en suelo.

## 1º ESO – SESIONES DEL SEGUNDO TRIMESTRE.

1 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Deporte Fútbol/Baloncesto 1.

2 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Deporte Fútbol/Baloncesto 1.

3-14 U.D. Voleibol:

U.D. Baloncesto:

3 Juegos Predeportivos.

4 Juegos Predeportivos.

5 Pos. Básica Fundamental.

6 Mov. sin Balón – Desplazamientos.

Desplazamientos – Caídas.

Marcaje – Desmarque – Bote – Pasos (2).

Iniciación Golpeo Dds – Ant.

Pie Pivote – Paradas 1 y 2 tiempos.

7 Golpeo de Dedos.

8 Pases: Pecho – Picado.

Golpeo de Antebrazo.

Recepción – Movimiento de Biela.

9 Saques Abajo – Arriba.

10 Lanzamiento en Apoyo (2 manos).

Golpeo Dedos – Antebrazo

Lanzamiento en Suspensión (1 y 2 manos).

11 Juego 1x1 (colaboración).

12 Juego 2x2 (1 canasta).

13 Juego 2x2 (colaboración).

14 Juego 3x3 (1 canasta).

15-16 Actividades Complementarias: Tenis de Mesa – Competición “Día de Andalucía”.

17-22 U.D. Voleibol:

U.D. Baloncesto:

17 Prueba Control Técnica.

18 Prueba Control Técnica.

19 Prueba Control Juego 2x2.

20 Prueba Control Juego 3x3.

21 Competición Voleibol.

22 Competición Baloncesto.

## 1º ESO – SESIONES DEL TERCER TRIMESTRE.

1 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Juegos Recreativos 1.

2 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Juegos Recreativos 1.

3-6 U.D. Condición Física:

Realización y Control Batería de Pruebas de Condición Física (4).

7-17 U.D. Juegos: U.D. Expresión Corporal: U.D. Act. Naturaleza:

Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica trabajo de investigación:

Juegos: Actividades Recreativas con-sin Material (3).

Expresión Corporal: Actividades de Expresión Dinámica (1).

Act. Naturaleza: Actividades en el Medio Urbano (1).

18-19 U.D. Expresión Corporal: U.D. Act. Naturaleza:

18 Expresión Dinámica. 19 Protección/Cuidado del entorno escolar.

20-22 U.D. Juegos: Competiciones Lúdico-Predeportivas.

20 Fútbol-Rugby Baloncesto-Rugby.

21 Pichi.

22 Ringo.

RESUMEN FINAL DE LAS SESIONES:

175 días lectivos/curso : 5 días/semana = 35 semanas.

35 semanas x 2 sesiones/semana = 70 sesiones.

70 sesiones = 22 (1º trimestre) + 22 (2º trimestre) + 22 (3º trimestre) + 4 sesiones (actividades complementarias y extraescolares).

## PROGRAMACIÓN DE AULA PARA 2º ESO.

### BLOQUE: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- Conocer los factores perjudiciales para la salud individual y colectiva.
- **Valorar positivamente la realización de actividades físicas para mejorar la salud.**
- **Planificar y realizar actividades que permitan un incremento de las capacidades físicas partiendo de una valoración del nivel inicial.**
- Adoptar una actitud crítica ante el tratamiento del cuerpo y todas sus manifestaciones posibles para educarlo físicamente.
- **Consolidar hábitos saludables.**

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Conocimiento de la relación existente entre ejercicio físico y mantenimiento corporal.
- Conocimiento de los factores de los que depende la condición física de un individuo.
- Conocimiento de factores y actitudes que inciden negativamente en la salud: tabaco, alcohol, drogas,...
- Conocimiento de ejercicios y trabajos para el entrenamiento de la condición física.
- Conocimiento y control de la frecuencia cardiaca para su posterior tratamiento.
- 
- **Realización de la batería de pruebas físicas para conocer el nivel de capacidad física.**
- Comparación e interpretación práctica de las valoraciones de las pruebas físicas realizadas en 1º y 2º de ESO.
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de ejercicios para desarrollar las diferentes cualidades físicas básicas.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.
- 
- **Valoración de la importancia para la salud del ejercicio físico continuado.**
- **Búsqueda por mantener un mínimo estado de funcionalidad muscular, articular y cardiovascular.**
- **Valoración de la importancia de no desarrollar actitudes nocivas para la salud.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

04.- Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

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

CAA

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

CMCT

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

CMCT

04.04.- Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

CMCT

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

CMCT

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

CAA

05.- Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.

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

CMCT

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

CAA

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

CMCT

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

CAA

06.- Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de la actividad física reconociéndolas con las características de las mismas.

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

CMCT

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

CAA

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

CSC

09.- Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.

09.01.- Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo par sí mismo o para los demás.

CSC

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

CCL

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

CSC

10.- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

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

CD

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

CCL

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

12.01.- Practica actividades físico-deportivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

12.02.- Realiza actividades físico-deportivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

## BLOQUE: JUEGOS Y DEPORTES.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- **Planificar y realizar actividades deportivas, sabiendo aplicar los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios con progresiva autonomía en su ejecución.**
- **Practicar actividades deportivas adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución.**
- **Conocer los efectos beneficiosos para la salud a través de la práctica de las actividades lúdico-deportivas.**
- Mostrar actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación, independientemente de las diferencias individuales, culturales y sociales.
- Reconocer la importancia de la imagen del deporte en la sociedad actual.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Conocimiento de las cualidades coordinativas y sus posibles combinaciones.



- Conocimiento de la táctica, el reglamento y posibles variantes de los deportes principales del curso (baloncesto y voleibol).
- Conocimiento de distintos tipos de juegos populares y tradicionales del entorno, Andalucía y resto del mundo.

-----

- **Práctica de habilidades gimnásticas en combinación con materiales-aparatos.**
- **Práctica de la táctica deportiva del baloncesto y del voleibol.**
- Aplicación del reglamento del baloncesto y del voleibol en el juego real.
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de variantes deportivas del baloncesto y del voleibol.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de juegos populares y tradicionales por parte del alumnado.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Aceptación de sus propios niveles de habilidad en relación a otros compañeros/as.
- **Superación de miedos e inhibiciones en la práctica de las actividades deportivas.**
- **Recreación con la práctica en grupo de juegos y deportes.**
- **Respeto por las normas y reglas de juegos y deportes.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

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

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

CSC

01.02.- Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico-táctico planteado.

CMCT

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

CAA

01.04.- Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnico-tácticas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

SIEP

03.- Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.

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

SIEP

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

CAA

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

CMCT

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

CSC

06.- Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.

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

CMCT

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

CAA

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

CSC

07.- Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y 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.

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

CAA

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

SIEP

07.03.- Respeta las normas dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

CSC

08.- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

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

CMCT

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

CSC

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

CAA

09.- Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.

09.01.- Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo par sí mismo o para los demás.

CSC

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

CCL

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

CSC

10.- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

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

CD

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

CCL

11.- Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.

11.01.- Busca, confecciona y expone contenidos relacionados con la igualdad en la actividad física y deportiva por parte del alumnado.

CEC

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

12.01.- Practica actividades físico-deportivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

12.02.- Realiza actividades físico-deportivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

BLOQUE: EXPRESIÓN CORPORAL.

**OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):**

- **Planificar y realizar técnicas y actividades básicas de relajación y de respiración como medio de para reducir desequilibrios y aliviar tensiones típicas de la vida cotidiana.**
- Experimentar el dominio y control corporal a través de la relajación.
- Reconocer los efectos beneficiosos de la relajación en la salud.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Conocimiento de diferentes medios y técnicas para la relajación y autocontrol corporal: Schultz, Jacokson, Tai-Chi, Yoga, estiramientos, masajes,...
  - Conocimiento de las reacciones corporales a las técnicas propuestas.
- 
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de propuestas relacionadas con la relajación por parte del alumnado.**
  - **Práctica de diferentes técnicas relacionadas con la relajación.**
  - **Participación de forma individual y/o grupal en las propuestas desarrolladas.**
  - Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.
  - Valoración de la importancia de las técnicas de relajación para el conocimiento de su propio interior.
  - Reflexión de la importancia de la relajación en la solución de tensiones derivadas de la vida cotidiana.
  - **Mantenimiento de una actitud positiva y abierta a los fenómenos relacionados con la relajación.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

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

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

CSC

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

CAA

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

CEC

02.04.- Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

SIEP

06.- Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.

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

CMCT

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

CAA

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

CSC

07.- Reconocer las posibilidades de las actividades artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y 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.

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

CAA

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

SIEP

07.03.- Respeta las normas dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

CSC

09.- Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.

09.01.- Identifica las características de las actividades artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo par sí mismo o para los demás.

CSC

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

CCL

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

CSC

10.- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

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

CD

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

CCL

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

12.01.- Practica actividades artístico-expresivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

12.02.- Realiza actividades artístico-expresivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

### BLOQUE: ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- **Planificar y realizar actividades recreativas típicas del medio rural-natural.**
- **Contribuir al respeto y conservación del medio rural-natural.**
- Valorar positivamente el desarrollo sostenible de prácticas recreativas en el medio rural-natural

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Conocimiento de diferentes actividades físico-recreativas que se pueden realizar en el medio rural-natural próximo (senderismo, cicloturismo, escalada,...).
- Conocimiento de lugares, grupos y asociaciones donde poder practicar las actividades físico-recreativas.
- Conocimiento de las normas mínimas de seguridad y comportamiento en la práctica de actividades en el medio rural-natural.

-----

- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de actividades físico-recreativas en el entorno escolar que le permitan posteriormente una mejor práctica en el medio rural-natural.**
- **Práctica de actividades físico-recreativas en entornos naturales próximos al centro (prioridades: complejo natural de la Subbética, complejo natural de Algámitas).**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Concienciación de los usos y abusos de la práctica en el medio natural.
- **Mantenimiento de una actitud de respeto y conservación del medio rural-natural donde se realizan las actividades.**
- **Sensibilización de los peligros que se pueden derivar de la práctica de actividades en el medio rural-natural.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

01.- Resolver situaciones motrices individuales aplicando las habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

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

SIEP

06.- Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.

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

CMCT

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

CAA

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

CSC

08.- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

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

CMCT

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

CSC

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

CAA

09.- Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.

09.01.- Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo par sí mismo o para los demás.

CSC

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

CCL

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

CSC

10.- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

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

CD

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

CCL

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

12.01.- Practica actividades físico-deportivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

12.02.- Realiza actividades físico-deportivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC



## CONTENIDOS TRANSVERSALES PARA 2º ESO.

Los temas transversales son aquellos que impregnan toda actividad educativa y que son imprescindibles en un diseño curricular abierto y adaptado a las necesidades culturales de nuestra sociedad y de nuestra comunidad educativa en particular. Se encuentran presentes en todas las etapas, así como en las diferentes áreas curriculares.

Partiendo de esta base, el departamento de educación física propone abordarlos de la siguiente manera:

### Educación para la salud:

Se enfocará incidiendo en los beneficios que toda actividad física reporta a la misma y ubicándola como actividad principal de nuestro tiempo de ocio, alejando a los alumnos de todo tipo de actividades poco saludables y de moda entre la juventud: alcohol, tabaco, drogas,... También se tomará como punto de referencia el afianzamiento de los hábitos elementales de higiene, tanto en la vida diaria como deportiva.

### Educación moral y ética:

Se tratará desde el punto de vista de la convivencia y el trabajo en grupo, adoptando una serie de normas y valores individuales y grupales que les permitan una vida adulta rica en estos valores y así situarlos dentro de la sociedad para luchar por lo que quieran llegar a conseguir pero de una manera correcta y sin afectar de forma intencionada la vida de otros ciudadanos (Fair Play).

### Educación para la paz:

Se incidirá en la eliminación de conductas violentas inculcando el respeto de todo tipo de persona, sea cual sea su condición, y el respeto de las reglas de juego como vía legal para solucionar los conflictos. Esto les llevará a la adquisición de valores trasladables a la vida adulta.

### Educación no-sexista:

Se debe hacer comprender a los alumnos que los estereotipos existentes respecto a las actividades físicas y a cualquier otra actividad no tienen razón de ser, inculcándoles la necesidad de la integración entre ambos sexos, lo cual les llevará a vivir experiencias diferentes y en muchos casos inimaginables.

### Educación vial:

Se podría afrontar desde la práctica de algunos deportes en los que es necesario una educación vial adecuada que posteriormente se puede trasladar a otras etapas de la vida (atletismo, ciclismo y otras actividades sobre ruedas tales como el patinaje, el patinete, o el skate board).

### Educación ambiental:

Hoy en día la actividad física no se puede desligar del respeto al medio ambiente y en nuestra asignatura se debe utilizar como vehículo para acercar al alumno a conocer la importancia por el respeto del medio en el que vivimos, ya que será la fuente de nuestro desarrollo y calidad de vida.

### Educación del consumidor:

Será abordada desde nuestra área centrándonos en el respeto y conservación de los recursos/bienes del centro y del material deportivo en particular, concienciando a los alumnos de su valor y posibilidades de adquisición, de forma que esos aspectos puedan ser trasladados a la vida tanto presente como futura. También hacer hincapié en la relativa importancia que se le debe dar a la publicidad y valor material de las marcas comerciales, tanto deportivas como otras habituales de nuestra sociedad de consumo.

CONTENIDOS:	EST - CC - CFS	JD	EC	AN
<u>Primer trimestre:</u>	1.1 CSC	X		
	1.2 CMCT	X		
Bloque 1:	1.3 CAA	X		
- Condición física: Calentamiento - Cualidades físicas básicas – Pruebas evaluación inicial.	1.4 SIEP	X		
	1.5 SIEP			X
	2.1 CSC		X	
	2.2 CAA		X	
Bloque 2:	2.3 CEC		X	
- Habilidades gimnásticas: Trabajo con materiales-aparatos.	2.4 SIEP		X	
	3.1 SIEP	X		
	3.2 CAA	X		
<u>Segundo trimestre:</u>	3.3 CMCT	X		
	3.4 CSC	X		
Bloque 2:	4.1 CAA	X		
- Baloncesto: Estrategias de juego – Reglamento – Variantes.	4.2 CMCT	X		
	4.3 CMCT	X		
	4.4 CMCT	X		
Bloque 2:	4.5 CMCT	X		
- Voleibol: Estrategias de juego – Reglamento – Variantes.	4.6 CAA	X		
	5.1 CMCT	X		
	5.2 CAA	X		
<u>Tercer trimestre:</u>	5.3 CMCT	X		
	5.4 CAA	X		
Bloque 1:	6.1 CMCT	X	X	X
- Condición física: Pruebas evaluación final.	6.2 CAA	X	X	X
	6.3 CSC	X	X	X
	7.1 CAA	X	X	
Bloque 2:	7.2 SIEP	X	X	
- Juegos populares y tradicionales.	7.3 CSC	X	X	
	8.1 CMCT	X		X
Bloque 3:	8.2 CSC	X		X
- Expresión corporal: Iniciación en las técnicas de relajación.	8.3 CAA	X		X
	9.1 CSC	X	X	X
	9.2 CCL	X	X	X
Bloque 4:	9.3 CSC	X	X	X
- Act. naturaleza: Actividades físico- recreativas en el medio rural-natural.	10.1 CD	X	X	X
	10.2 CCL	X	X	X
	11.1 CEC	X		
	12.1 SIEP	X	X	X
	12.2 CSC	X	X	X

## 2º ESO – SESIONES DEL PRIMER TRIMESTRE.

- 1 Sesión inicial – Presentación del curso.
- 2-4 Evaluación inicial:
  - 2 Prueba teórica.
  - 3 Prueba práctica (condición física).
  - 4 Prueba práctica (deporte: baloncesto).
- 5-20 U.D. Condición física:
  - 5 Acondicionamiento Físico – Calentamiento 2.
  - 6 Acondicionamiento Físico – Calentamiento 2.
  - 7 Cualidades Físicas Básicas 2.
  - 8 Cualidades Físicas Básicas 2.
  - 9 Condición Física – Coordinación Dinámica General 2.
  - 10 Condición Física – Coordinación Dinámica Especial/Habilidad/Agilidad 2.
  - 11 Condición Física – Circuito 6 Estaciones 2.
  - 12 Condición Física – Juegos/Deportes 2.
  - 13 Ensayo Pruebas de Condición Física de interior (3).
  - 14 Ensayo Pruebas de Condición Física de exterior (3).
- 15-20 Realización y Control Batería de Pruebas de Condición Física (6).
- 21-22 U.D. Habilidades Gimnásticas:
  - 21 Trabajo con materiales/aparatos.
  - 22 Acroport con materiales/aparatos.

## 2º ESO – SESIONES DEL SEGUNDO TRIMESTRE.

1 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Deporte Fútbol/Baloncesto 2.

2 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Deporte Fútbol/Baloncesto 2.

3-14 U.D. Voleibol:

U.D. Baloncesto:

3 Juegos Predeportivos.

4 Juegos Predeportivos.

5 Repaso Técnica Básica:

6 Repaso Técnica Básica:

G. Dedos – G. Antebrazo.

Bote – Pases – Lanzamientos.

Saques – Desplazamientos.

Mov. sin Balón – Bloqueo – Finta.

7 Táctica: Posición (2 líneas).

8 Táctica: Base – Alero – Escolta – Pívot.

Defensa: Bloqueo – Recepción.

Defensa: Individual – Zonal.

Ataque: Remate – Colocador.

Ataque: Estrategias al Tipo de Defensa.

Defensa/Ataque: Apoyos.

Defensa/Ataque: Apoyos.

9 Reglamento – Rotación.

10 Reglamento.

Coordinación Téc/Tác:

Coordinación Téc/Tác:

(2x2 – 3x3 – 4x4).

(2x2 – 3x3 – 4x4).

11 Variantes Dep. Voleibol.

12 Variantes Dep. Baloncesto.

13 Juego Real Voleibol (6x6).

14 Juego Real Baloncesto (5x5).

15-16 Actividades Complementarias: Tenis de Mesa – Competición “Día de Andalucía”.

17-22 U.D. Voleibol:

U.D. Baloncesto:

17 Prueba Control Téc/Tác.

18 Prueba Control Téc/Tác.

19 Prueba Control Juego 6x6.

20 Prueba Control Juego 5x5.

21 Competición Voleibol.

22 Competición Baloncesto.

## 2º ESO – SESIONES DEL TERCER TRIMESTRE.

1 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Juegos Populares y Tradicionales 2.

2 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Juegos Populares y Tradicionales 2.

3-6 U.D. Condición Física:

Realización y Control Batería de Pruebas de Condición Física (4).

7-17 U.D. Juegos: U.D. Expresión Corporal: U.D. Act. Naturaleza:

Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica trabajo de investigación:

Juegos: Actividades Populares y Tradicionales (3).

Expresión Corporal: Actividades sobre Técnicas de Relajación (1).

Act. Naturaleza: Actividades en el Medio Rural/Natural (1).

18-19 U.D. Expresión Corporal: U.D. Act. Naturaleza:

18 Técnicas de Relajación.

19 Protección/Cuidado del entorno escolar.

20-22 U.D. Juegos: Competiciones Lúdico-Predeportivas.

20 Fútbol-Rugby Baloncesto-Rugby.

21 Pichi.

22 Ringo.

### RESUMEN FINAL DE LAS SESIONES:

175 días lectivos/curso : 5 días/semana = 35 semanas.

35 semanas x 2 sesiones/semana = 70 sesiones.

70 sesiones = 22 (1º trimestre) + 22 (2º trimestre) + 22 (3º trimestre) + 4 sesiones (actividades complementarias y extraescolares).

## PROGRAMACIÓN DE AULA PARA 3º ESO.

### BLOQUE: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- Conocer los factores beneficiosos para la salud individual y colectiva.
- **Valorar positivamente la progresión en la práctica de la resistencia y la flexibilidad como medio para mejorar la condición física.**
- **Planificar y realizar actividades dirigidas a la mejora de la condición física a través de la resistencia y la flexibilidad, adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución para mejorar su nivel inicial.**
- Adoptar una actitud crítica ante la mejora de la condición física personal, partiendo del trabajo progresivo de la resistencia y la flexibilidad.
- **Consolidar hábitos saludables.**

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Profundización en el conocimiento de la resistencia. Tipos de resistencia.
- Profundización en el conocimiento de la flexibilidad. Diferencias entre flexibilidad y elasticidad.
- Conocimiento de sistemas de entrenamiento para la mejora de la resistencia y de la flexibilidad.
- Conocimiento de hábitos beneficiosos para la salud: higiene, alimentación, hidratación,...
- 
- **Realización de la batería de pruebas físicas para conocer el nivel de capacidad física.**
- **Realización de mini sesiones de entrenamiento de la resistencia y la flexibilidad.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de trabajos para desarrollar la resistencia y la flexibilidad.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.
- 
- **Valoración de la importancia para la salud del ejercicio físico continuado.**
- **Búsqueda por mantener un mínimo estado de funcionalidad muscular, articular y cardiovascular.**
- **Valoración de la importancia de adquirir hábitos beneficiosos para la salud y el organismo.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

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

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

CAA

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

CMCT

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

CMCT

04.04.- Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

CMCT

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

CMCT

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

CAA

05.- Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.

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

CMCT

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

CAA

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

CMCT

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

CAA

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

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

CMCT

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

CAA

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

CSC

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

09.01.- Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo par sí mismo o para los demás.

CSC

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

CCL

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

CSC

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

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

CD

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

CCL

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.

11.01.- Practica actividades físico-deportivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

11.02.- Realiza actividades físico-deportivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

## BLOQUE: JUEGOS Y DEPORTES.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- **Planificar y realizar actividades recreativas y deportivas, tanto individuales como colectivas, de colaboración y oposición.**
- Practicar deportes sabiendo aplicar los fundamentos técnicos con progresiva autonomía.
- Practicar actividades deportivas adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución.
- **Conocer los efectos beneficiosos de la práctica de actividades lúdico-deportivas tanto para la salud individual como colectiva.**
- Mostrar actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación, independientemente de las diferencias individuales, culturales y sociales.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):



- Conocimiento de las técnicas de salida, de la marcha y de las carreras en las pruebas atléticas (sin-con obstáculos, individuales-relevos).
- Conocimiento de la técnica de los deportes principales del curso (balonmano y fútbol).
- Conocimiento de distintos tipos de juegos y deportes con implementos.

-----

- **Práctica de pruebas atléticas con relación a distancias de recorrido, participación individual-relevos, sin-con obstáculos, marcha-carrera.**
- **Práctica de la técnica deportiva (individual y de equipo) del balonmano y del fútbol.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de ejercicios para el trabajo de la técnica deportiva del balonmano y del fútbol.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de juegos predeportivos con implementos (pala, raqueta, bateo y golpeo).**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Aceptación de sus propios niveles de habilidad con relación a otros compañeros/as.
- Reflexión sobre las implicaciones del deporte en la sociedad actual.
- **Recreación con la práctica en grupo de juegos y deportes.**
- **Respeto por las normas y reglas de juegos y deportes.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

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

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

CSC

01.02.- Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico-táctico planteado.

CMCT

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

CAA

01.04.- Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnico-tácticas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

SIEP

03.- Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

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

SIEP

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

CAA

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

CMCT

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

CSC

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

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

CMCT

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

CAA

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

CSC

07.- Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas 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 diferencias y aportaciones.

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

CAA

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

SIEP

07.03.- Respeta las normas dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

CSC

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

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

CMCT

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

CSC

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

CAA

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

09.01.- Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo par sí mismo o para los demás.

CSC

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

CCL

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

CSC

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

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

CD

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

CCL

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.

11.01.- Practica actividades físico-deportivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

11.02.- Realiza actividades físico-deportivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

BLOQUE: EXPRESIÓN CORPORAL.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- **Planificar y realizar actividades rítmicas, con base musical, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa.**
- Actuar positivamente ante los movimientos rítmicos y expresivos, propios y del grupo.
- Experimentar sensaciones de conjunción espacio-temporal: el cuerpo con el ritmo.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Conocimiento de diferentes actividades y expresiones rítmicas que utilizan como medio de ejecución la música.
- Conocimiento de las implicaciones psicofísicas de estas actividades: sensibilidad, ritmo, posturas, inhibiciones, bloqueos,...

-----

- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de propuestas relacionadas con las actividades y expresiones rítmico-musicales por parte del alumnado.**
- **Práctica de actividades que impliquen el uso de música (aeróbic, ritmos musicales...).**
- **Práctica de bailes de salón y bailes tradicionales (vals, sevillanas,...).**
- **Participación de forma individual y/o grupal en las propuestas elaboradas.**
- Observación y asimilación de las propuestas realizadas por los compañeros/as.
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Valoración de la importancia del cuerpo como agente productor y receptor de la comunicación ínter e intra personal.
- Sensibilización con relación a las actitudes corporales propias y de los demás ante fenómenos expresivos.
- **Mantenimiento de una actitud positiva y abierta a los fenómenos expresivos estandarizados y espontáneos.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

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

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

CSC

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

CAA

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

CEC

02.04.- Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

SIEP

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

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

CMCT

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

CAA

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

CSC

07.- Reconocer las posibilidades de las actividades 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 diferencias y aportaciones.

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

CAA

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

SIEP

07.03.- Respeta las normas dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

CSC

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

09.01.- Identifica las características de las actividades artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo par sí mismo o para los demás.

CSC

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

CCL

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

CSC

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

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

CD

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

CCL

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.

11.01.- Practica actividades artístico-expresivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

11.02.- Realiza actividades artístico-expresivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

### BLOQUE: ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- **Planificar y realizar/simular actividades recreativas típicas de los tres medios naturales.**
- **Contribuir al respeto y conservación del medio natural en general.**
- Valorar positivamente el desarrollo sostenible de prácticas recreativas en los diferentes medios en que se realicen.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Profundización en el conocimiento de las diferentes actividades físico-recreativas que se pueden realizar en los medios terrestre, acuático y aéreo.
- Conocimiento de los requisitos para la realización de estas actividades (coste, materiales, técnicas, seguridad,...).

-----

- **Búsqueda, confección y exposición de actividades en la naturaleza referentes a los tres medios.**
- **Adaptación de actividades físico-recreativas de los tres medios para su práctica en el entorno escolar.**
- **Realización de una actividad físico-recreativa relacionada con los tres medios fuera del entorno escolar a través de entidades y/o asociaciones deportivas especializadas (prioridades: piragüismo-remo en Sevilla, actividades en la nieve en Sierra Nevada).**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Concienciación de los usos y abusos de la práctica en el medio natural.
- Sensibilización sobre los peligros que acechan el equilibrio de la naturaleza.
- **Mantenimiento de una actitud de respeto, conservación, protección y mejora del medio donde se realizan las actividades.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

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

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

SIEP

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

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

CMCT

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

CAA

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

CSC

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

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

CMCT

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

CSC

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

CAA

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

09.01.- Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo par sí mismo o para los demás.

CSC

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

CCL

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

CSC

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

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

CD

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

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.

11.01.- Practica actividades físico-deportivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.  
SIEP

11.02.- Realiza actividades físico-deportivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.  
CSC



## CONTENIDOS TRANSVERSALES PARA 3º ESO.

Los temas transversales son aquellos que impregnan toda actividad educativa y que son imprescindibles en un diseño curricular abierto y adaptado a las necesidades culturales de nuestra sociedad y de nuestra comunidad educativa en particular. Se encuentran presentes en todas las etapas, así como en las diferentes áreas curriculares.

Partiendo de esta base, el departamento de educación física propone abordarlos de la siguiente manera:

### Educación para la salud:

Se enfocará incidiendo en los beneficios que toda actividad física reporta a la misma y ubicándola como actividad principal de nuestro tiempo de ocio, alejando a los alumnos de todo tipo de actividades poco saludables y de moda entre la juventud: alcohol, tabaco, drogas,... También se tomará como punto de referencia el afianzamiento de los hábitos elementales de higiene, tanto en la vida diaria como deportiva.

### Educación moral y ética:

Se tratará desde el punto de vista de la convivencia y el trabajo en grupo, adoptando una serie de normas y valores individuales y grupales que les permitan una vida adulta rica en estos valores y así situarlos dentro de la sociedad para luchar por lo que quieran llegar a conseguir pero de una manera correcta y sin afectar de forma intencionada la vida de otros ciudadanos (Fair Play).

### Educación para la paz:

Se incidirá en la eliminación de conductas violentas inculcando el respeto de todo tipo de persona, sea cual sea su condición, y el respeto de las reglas de juego como vía legal para solucionar los conflictos. Esto les llevará a la adquisición de valores trasladables a la vida adulta.

### Educación no-sexista:

Se debe hacer comprender a los alumnos que los estereotipos existentes respecto a las actividades físicas y a cualquier otra actividad no tienen razón de ser, inculcándoles la necesidad de la integración entre ambos sexos, lo cual les llevará a vivir experiencias diferentes y en muchos casos inimaginables.

### Educación vial:

Se podría afrontar desde la práctica de algunos deportes en los que es necesario una educación vial adecuada que posteriormente se puede trasladar a otras etapas de la vida (atletismo, ciclismo y otras actividades sobre ruedas tales como el patinaje, el patinete, o el skate board).

### Educación ambiental:

Hoy en día la actividad física no se puede desligar del respeto al medio ambiente y en nuestra asignatura se debe utilizar como vehículo para acercar al alumno a conocer la importancia por el respeto del medio en el que vivimos, ya que será la fuente de nuestro desarrollo y calidad de vida.

### Educación del consumidor:

Será abordada desde nuestra área centrándonos en el respeto y conservación de los recursos/bienes del centro y del material deportivo en particular, concienciando a los alumnos de su valor y posibilidades de adquisición, de forma que esos aspectos puedan ser trasladados a la vida tanto presente como futura. También hacer hincapié en la relativa importancia que se le debe dar a la publicidad y valor material de las marcas comerciales, tanto deportivas como otras habituales de nuestra sociedad de consumo.

CONTENIDOS:	EST - CC - CFS	JD	EC	AN
<u>Primer trimestre:</u>	1.1 CSC	X		
	1.2 CMCT	X		
Bloque 1:	1.3 CAA	X		
- Condición física: Resistencia – Flexibilidad – Pruebas evaluación inicial.	1.4 SIEP	X		
	1.5 SIEP			X
	2.1 CSC		X	
	2.2 CAA		X	
Bloque 2:	2.3 CEC		X	
- Atletismo: Carreras sin/con obstáculos Relevos – Marcha.	2.4 SIEP		X	
	3.1 SIEP	X		
	3.2 CAA	X		
<u>Segundo trimestre:</u>	3.3 CMCT	X		
	3.4 CSC	X		
Bloque 2:	4.1 CAA	X		
- Balonmano: Fundamentos de la técnica individual y colectiva.	4.2 CMCT	X		
	4.3 CMCT	X		
	4.4 CMCT	X		
Bloque 2:	4.5 CMCT	X		
- Fútbol: Fundamentos de la técnica individual y colectiva.	4.6 CAA	X		
	5.1 CMCT	X		
	5.2 CAA	X		
<u>Tercer trimestre:</u>	5.3 CMCT	X		
	5.4 CAA	X		
Bloque1:	6.1 CMCT	X	X	X
- Condición física: Pruebas evaluación final.	6.2 CAA	X	X	X
	6.3 CSC	X	X	X
	7.1 CAA	X	X	
Bloque 2:	7.2 SIEP	X	X	
- Actividades físico-recreativas con implementos: Juegos predeportivos de pala, raqueta, bateo y golpeo.	7.3 CSC	X	X	
	8.1 CMCT	X		X
	8.2 CSC	X		X
	8.3 CAA	X		X
Bloque 3:	9.1 CSC	X	X	X
- Expresión corporal: Actividades con ritmos musicales (sevillanas, bailes de salón, aeróbic).	9.2 CCL	X	X	X
	9.3 CSC	X	X	X
	10.1 CD	X	X	X
	10.2 CCL	X	X	X
Bloque 4:	11.1 SIEP	X	X	X
- Act. naturaleza: Medios en los que se pueden realizar (terrestre, acuático y aéreo).	11.2 CSC	X	X	X

### 3º ESO – SESIONES DEL PRIMER TRIMESTRE.

1 Sesión inicial – Presentación del curso.

2-4 Evaluación inicial:

2 Prueba teórica.

3 Prueba práctica (condición física).

4 Prueba práctica (deporte: balonmano).

5-20 U.D. Condición física:

5 Acondicionamiento Físico – Calentamiento 3.

6 Acondicionamiento Físico – Calentamiento 3.

7 Condición Física – Resistencia 1.

8 Condición Física – Flexibilidad 1.

9 Condición Física – Resistencia 2.

10 Condición Física – Flexibilidad 2.

11 Condición Física – Circuito 6 Estaciones 3.

12 Condición Física – Juegos/Deportes 3.

13 Ensayo Pruebas de Condición Física de interior (3).

14 Ensayo Pruebas de Condición Física de exterior (3).

15-20 Realización y Control Batería de Pruebas de Condición Física (6).

21-22 U.D. Atletismo:

21 Marcha – Carreras sin Obstáculos – Carreras con Obstáculos.

22 Relevos: Testigo (Agarre/Ejecución/Zona de Realización).

### 3º ESO – SESIONES DEL SEGUNDO TRIMESTRE.

1 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Deporte Fútbol/Baloncesto 3.

2 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Deporte Fútbol/Baloncesto 3.

3-14 U.D. Balonmano:

U.D. Fútbol/Fútbol Sala:

3 Juegos Predeportivos.

4 Juegos Predeportivos.

5 Mov. sin Balón – Desplaz.

6 Mov. sin Balón – Desplaz.

Marcaje – Desmarque.

Marcaje - Desmarque.

Bote – Pasos (3).

Conducción: +/- Eficaz (Según Zona Pie).

7 Pases: Frontal – Picado.

8 Pases: +/- Eficaces (Según Zona Pie).

Recepción – Armado.

Recepción – Control del Balón.

9 Lanzamientos en Apoyo.

10 Golpeos con el Pie.

Lanzamientos en Suspensión.

Golpeos con el Resto del Cuerpo.

11 Técnica del Portero.

12 Técnica del Portero.

13 Juego 4x4 en 1 Portería:

14 Juego 3x3 en 1 Portería:

Portero Común.

Portero Común.

15-16 Actividades Complementarias: Tenis de Mesa – Competición “Día de Andalucía”.

17-22 U.D. Balonmano:

U.D. Fútbol/Fútbol Sala:

17 Prueba Control Técnica.

18 Prueba Control Técnica.

19 Prueba Control Juego 4x4.

20 Prueba Control Juego 3x3.

21 Competición Balonmano.

22 Competición Fútbol Sala.

### 3º ESO – SESIONES DEL TERCER TRIMESTRE.

1 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Juegos con Implementos 3.

2 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Juegos con Implementos 3.

3-6 U.D. Condición Física:

Realización y Control Batería de Pruebas de Condición Física (4).

7-17 U.D. Juegos: U.D. Expresión Corporal: U.D. Act. Naturaleza:

Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica trabajo de investigación:

Juegos: Actividades Predeportivas de Pala, Raqueta, Bateo y Golpeo (3).

Expresión Corporal: Actividades Rítmicas y Bailes Musicales (1).

Act. Naturaleza: Actividades en el Medio Terrestre, Acuático y Aéreo (1).

18-19 U.D. Expresión Corporal: U.D. Act. Naturaleza:

18 Aeróbic.

19 Protección/Cuidado del entorno escolar.

20-22 U.D. Juegos: Competiciones Lúdico-Predeportivas.

20 Indíaca.

21 Ringo.

22 Mini hockey.

#### RESUMEN FINAL DE LAS SESIONES:

175 días lectivos/curso : 5 días/semana = 35 semanas.

35 semanas x 2 sesiones/semana = 70 sesiones.

70 sesiones = 22 (1º trimestre) + 22 (2º trimestre) + 22 (3º trimestre) + 4 sesiones (actividades complementarias y extraescolares).

## PROGRAMACIÓN DE AULA PARA 4º ESO.

### BLOQUE: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- Conocer la finalidad de la actividad física y sus distintas vertientes.
- **Valorar positivamente la progresión en la práctica de la velocidad y la fuerza como medio para mejorar la condición física.**
- **Planificar y realizar actividades dirigidas a la mejora de la condición física a través de la velocidad y la fuerza, adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución para mejorar su nivel inicial.**
- Adoptar una actitud crítica ante la mejora de la condición física personal, partiendo del trabajo progresivo de la velocidad y la fuerza.
- **Consolidar hábitos saludables.**

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Profundización en el conocimiento de la velocidad. Tipos de velocidad.
- Profundización en el conocimiento de la fuerza. Tipos de fuerza.
- Conocimiento de sistemas de entrenamiento para la mejora de la velocidad y la fuerza.
- Conocimiento de las distintas vertientes de la actividad física: educativa, utilitaria, lúdica, profiláctica, competitiva,...

-----

- **Realización de la batería de pruebas físicas para conocer el nivel de capacidad física.**
- Comparación e interpretación práctica de las valoraciones de las pruebas físicas realizadas en 3º y 4º de ESO.
- **Realización de mini sesiones de entrenamiento de la velocidad y la fuerza.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de trabajos para desarrollar la velocidad y la fuerza.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- **Valoración de la importancia para la salud del ejercicio físico continuado.**
- **Búsqueda por mantener un mínimo estado de funcionalidad muscular, articular y cardiovascular.**
- **Valoración de las ventajas e inconvenientes del ejercicio físico para la salud.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

04.- Argumentar la relación entre hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre la actividad física y salud.

04.01.- Demuestra conocimientos sobre características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.  
CAA

04.02.- Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.  
CMCT

04.03.- Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.

CMCT

04.04.- Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.

CMCT

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

05.01.- Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

CMCT

05.02.- Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

CAA

05.03.- Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.

CMCT

05.04.- Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.

CAA

06.- Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.

06.01.- Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.

CMCT

06.02.- Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.

CSC

06.03.- Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

CAA

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

10.01.- Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios en práctica.

CSC

10.02.- Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.

CSC

10.03.- Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuente producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas.  
CCL

11.- Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.

11.01.- Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.

SIEP

11.02.- Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de compañeros y/o compañeras en los trabajos de grupo.

CSC

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.

12.01.- Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.

CAA

12.02.- Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.

CD

12.03.- Comunica y comparte información e ideas en soportes y entornos apropiados.

CCL

13.- 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.

13.01.- Practica actividades físico-deportivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

13.02.- Realiza actividades físico-deportivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

BLOQUE: JUEGOS Y DEPORTES.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- **Planificar y realizar actividades deportivas, sabiendo aplicar los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios con progresiva autonomía en su ejecución.**
- **Practicar actividades deportivas adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución.**
- **Conocer los efectos beneficiosos para la salud a través de la práctica de las actividades lúdico-deportivas.**



- Mostrar actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación, independientemente de las diferencias individuales, culturales y sociales.
- Adoptar una actitud crítica ante el tratamiento del deporte en el contexto social.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Conocimiento de las técnicas de los saltos (longitud, triple salto, altura y pértiga) y de los lanzamientos (peso, disco, martillo y jabalina) en el atletismo.
- Conocimiento de la táctica, el reglamento y posibles variantes de los deportes principales del curso (balonmano y fútbol).
- Conocimiento de deportes con implementos (bádminton y hockey).

-----

- **Práctica de pruebas atléticas con relación a los saltos y los lanzamientos.**
- **Práctica de la táctica deportiva del balonmano y del fútbol.**
- Aplicación del reglamento del balonmano y del fútbol en el juego real.
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de variantes deportivas del balonmano y del fútbol.**
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de actividades lúdicas/predeportivas relacionadas con el bádminton y el hockey.**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Aceptación de sus propios niveles de habilidad con relación a otros compañeros/as.
- Reflexión sobre las implicaciones del deporte en la sociedad actual.
- **Recreación con la práctica en grupo de juegos y deportes.**
- **Respeto por las normas y reglas de juegos y deportes.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

01.- Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.

01.01.- Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnico-tácticos en las situaciones motrices individuales, perseverando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.

CAA

01.02.- Ajusta la realización de las habilidades específicas a los conocimientos generados por compañeros/as y adversarios/as en situaciones colectivas.

CSC

03.- Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos.

03.01.- Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del/de la adversario/a.

CAA

03.02.- Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.

SIEP

03.03.- Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.

CSC

03.04.- Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.

CAA

03.05.- Justifica las situaciones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

CAA

03.06.- Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.

CMCT

#### 06.- Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.

06.01.- Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.

CMCT

06.02.- Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.

CSC

06.03.- Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

CAA

#### 07.- 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.

07.01.- Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades programadas.

SIEP

07.02.- Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de personas implicadas.

CSC

07.03.- Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.

CAA

#### 08.- 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.

08.01.- Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.  
CSC

08.02.- Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.  
CEC

08.03.- Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.  
CAA

09.- 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.

09.01.- Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.  
CAA

09.02.- Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.  
CMCT

09.03.- Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.  
CSC

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

10.01.- Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios en práctica.  
CSC

10.02.- Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.  
CSC

10.03.- Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuente producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas.  
CCL

11.- Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.

11.01.- Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.  
SIEP

11.02.- Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de compañeros y/o compañeras en los trabajos de grupo.  
CSC

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.

12.01.- Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.

CAA

12.02.- Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.

CD

12.03.- Comunica y comparte información e ideas en soportes y entornos apropiados.

CCL

13.- 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.

13.01.- Practica actividades físico-deportivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

13.02.- Realiza actividades físico-deportivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

#### BLOQUE: EXPRESIÓN CORPORAL.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- **Planificar y realizar actividades escénicas/teatrales, con o sin base musical, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa.**
- Actuar positivamente ante los movimientos escénicos y expresivos, propios y del grupo.
- Experimentar todo tipo de sensaciones contrapuestas entre el cuerpo y el arte escénico: comedia-drama, acción-inactivo,...

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Conocimiento de diferentes actividades y técnicas expresivas de carácter escénicas y/o teatrales.
- Conocimiento de las implicaciones psicofísicas de estas actividades: sensibilidad, coordinación, posturas, inhibiciones, bloqueos,...
- 
- **Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica de propuestas relacionadas con las actividades escénicas por parte del alumnado.**
- **Práctica de actividades escénicas (mimo, teatro, danza,...).**
- **Participación de forma individual y/o grupal en las propuestas elaboradas.**
- Observación y asimilación de las propuestas realizadas por los compañeros/as.
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.
-

- Valoración de la importancia del cuerpo como agente productor y receptor de la comunicación ínter e intra personal.
- Sensibilización con relación a las actitudes corporales propias y de los demás ante fenómenos expresivos.
- **Mantenimiento de una actitud positiva y abierta a los fenómenos expresivos estandarizados y espontáneos.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

02.- Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.

02.01.- Elabora composiciones de carácter artístico-expresivas, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.

CAA

02.02.- Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.

CEC

02.03.- Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico-expresivos, aportando y aceptando propuestas.

CSC

06.- Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.

06.01.- Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.

CMCT

06.02.- Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.

CSC

06.03.- Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

CAA

07.- Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos artísticos-expresivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas.

07.01.- Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.

SIEP

07.02.- Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de personas implicadas.

CSC

07.03.- Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.

CAA

08.- Analizar críticamente el fenómeno artístico-expresivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.

08.01.- Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades artístico-expresivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

CSC

08.02.- Valora las diferentes actividades artístico-expresivas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.

CEC

08.03.- Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.

CAA

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

10.01.- Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios en práctica.

CSC

10.02.- Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.

CSC

10.03.- Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuente producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas.

CCL

11.- Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.

11.01.- Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.

SIEP

11.02.- Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de compañeros y/o compañeras en los trabajos de grupo.

CSC

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.

12.01.- Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.

CAA

12.02.- Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.

CD

12.03.- Comunica y comparte información e ideas en soportes y entornos apropiados.

CCL

13.- 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.

13.01.- Practica actividades artístico-expresivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

13.02.- Realiza actividades artístico-expresivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

### BLOQUE: ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS (en negrita los objetivos mínimos):

- **Planificar y realizar/simular actividades recreativas típicas de la acampada.**
- **Desarrollar técnicas y conocimientos científicos que faciliten la adaptación en el medio natural.**
- **Contribuir al respeto y conservación del medio natural en general.**
- Valorar positivamente el desarrollo sostenible de prácticas recreativas en los diferentes medios en que se realicen.

CONTENIDOS (en negrita los contenidos mínimos):

- Profundización en el conocimiento de las técnicas de la acampada (organización, primeros auxilios, actividades,...).
- Conocimiento de las técnicas complementarias que permitan una mejor adaptación al medio natural (zoología, botánica, meteorología, geografía, cartografía, orientación,...).

-----

- **Búsqueda, confección y exposición de actividades en la naturaleza para la realización de una acampada (organización y ejecución, técnicas de orientación, primeros auxilios, actividades,...).**
- **Adaptación de actividades físico-recreativas y técnicas relacionadas con la acampada para su práctica en el entorno escolar.**
- **Realización de una acampada fuera del entorno escolar a través de entidades y/o asociaciones deportivas especializadas (prioridades: Cazorla, Sierra Nevada).**
- Tratamiento y baremación de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los criterios de calificación.

-----

- Concienciación de los usos y abusos de la práctica en el medio natural.
- Sensibilización sobre los peligros que acechan el equilibrio de la naturaleza.
- **Mantenimiento de una actitud de respeto, conservación, protección y mejora del medio donde se realizan las actividades.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN --- ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE --- CC CLAVE:

01.- Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.

01.03.- Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.  
SIEP

06.- Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.

06.01.- Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.

CMCT

06.02.- Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.

CSC

06.03.- Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

CAA

09.- 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.

09.01.- Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.

CAA

09.02.- Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.

CMCT

09.03.- Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.

CSC

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

10.01.- Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios en práctica.

CSC

10.02.- Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.

CSC

10.03.- Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuente producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas.

CCL



11.- Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.

11.01.- Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.

SIEP

11.02.- Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de compañeros y/o compañeras en los trabajos de grupo.

CSC

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.

12.01.- Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.

CAA

12.02.- Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.

CD

12.03.- Comunica y comparte información e ideas en soportes y entornos apropiados.

CCL

13.- 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.

13.01.- Practica actividades físico-deportivas, con asiduidad o de forma periódica, con un objetivo de mejorar su forma física y/o desarrollo deportivo.

SIEP

13.02.- Realiza actividades físico-deportivas puntuales y variadas con un objetivo recreativo y de ocio.

CSC

## CONTENIDOS TRANSVERSALES PARA 4º ESO.

Los temas transversales son aquellos que impregnan toda actividad educativa y que son imprescindibles en un diseño curricular abierto y adaptado a las necesidades culturales de nuestra sociedad y de nuestra comunidad educativa en particular. Se encuentran presentes en todas las etapas, así como en las diferentes áreas curriculares.

Partiendo de esta base, el departamento de educación física propone abordarlos de la siguiente manera:

### Educación para la salud:

Se enfocará incidiendo en los beneficios que toda actividad física reporta a la misma y ubicándola como actividad principal de nuestro tiempo de ocio, alejando a los alumnos de todo tipo de actividades poco saludables y de moda entre la juventud: alcohol, tabaco, drogas,... También se tomará como punto de referencia el afianzamiento de los hábitos elementales de higiene, tanto en la vida diaria como deportiva.

### Educación moral y ética:

Se tratará desde el punto de vista de la convivencia y el trabajo en grupo, adoptando una serie de normas y valores individuales y grupales que les permitan una vida adulta rica en estos valores y así situarlos dentro de la sociedad para luchar por lo que quieran llegar a conseguir pero de una manera correcta y sin afectar de forma intencionada la vida de otros ciudadanos (Fair Play).

### Educación para la paz:

Se incidirá en la eliminación de conductas violentas inculcando el respeto de todo tipo de persona, sea cual sea su condición, y el respeto de las reglas de juego como vía legal para solucionar los conflictos. Esto les llevará a la adquisición de valores trasladables a la vida adulta.

### Educación no-sexista:

Se debe hacer comprender a los alumnos que los estereotipos existentes respecto a las actividades físicas y a cualquier otra actividad no tienen razón de ser, inculcándoles la necesidad de la integración entre ambos sexos, lo cual les llevará a vivir experiencias diferentes y en muchos casos inimaginables.

### Educación vial:

Se podría afrontar desde la práctica de algunos deportes en los que es necesario una educación vial adecuada que posteriormente se puede trasladar a otras etapas de la vida (atletismo, ciclismo y otras actividades sobre ruedas tales como el patinaje, el patinete, o el skate board).

### Educación ambiental:

Hoy en día la actividad física no se puede desligar del respeto al medio ambiente y en nuestra asignatura se debe utilizar como vehículo para acercar al alumno a conocer la importancia por el respeto del medio en el que vivimos, ya que será la fuente de nuestro desarrollo y calidad de vida.

### Educación del consumidor:

Será abordada desde nuestra área centrándonos en el respeto y conservación de los recursos/bienes del centro y del material deportivo en particular, concienciando a los alumnos de su valor y posibilidades de adquisición, de forma que esos aspectos puedan ser trasladados a la vida tanto presente como futura. También hacer hincapié en la relativa importancia que se le debe dar a la publicidad y valor material de las marcas comerciales, tanto deportivas como otras habituales de nuestra sociedad de consumo.

CONTENIDOS:	EST - CC - CFS	JD	EC	AN
<u>Primer trimestre:</u>	1.1 CAA	X		
	1.2 CSC	X		
Bloque 1:	1.3 SIEP			X
- Condición física: Velocidad – Fuerza – Pruebas evaluación inicial.	2.1 CAA		X	
	2.2 CEC		X	
	2.3 CSC		X	
	3.1 CAA	X		
Bloque 2:	3.2 SIEP	X		
- Atletismo: Saltos - Lanzamientos.	3.3 CSC	X		
	3.4 CAA	X		
<u>Segundo trimestre:</u>	3.5 CAA	X		
	3.6 CMCT	X		
Bloque 2:	4.1 CAA	X		
- Balonmano: Estrategias de juego – Reglamento – Variantes.	4.2 CMCT	X		
	4.3 CMCT	X		
	4.4 CMCT	X		
Bloque 2:	5.1 CMCT	X		
- Fútbol: Estrategias de juego – Reglamento – Variantes.	5.2 CAA	X		
	5.3 CMCT	X		
	5.4 CAA	X		
<u>Tercer trimestre:</u>	6.1 CMCT	X	X	X
	6.2 CSC	X	X	X
Bloque 1:	6.3 CAA	X	X	X
- Condición física: Pruebas evaluación final.	7.1 SIEP	X	X	
	7.2 CSC	X	X	
	7.3 CAA	X	X	
Bloque 2:	8.1 CSC	X	X	
- Actividades predeportivas con implementos: Bádminton – Hockey.	8.2 CEC	X	X	
	8.3 CAA	X	X	
	9.1 CAA	X		X
Bloque 3:	9.2 CMCT	X		X
- Expresión corporal: Actividades escénicas y teatrales (mimo, teatro).	9.3 CSC	X		X
	10.1 CSC	X	X	X
	10.2 CSC	X	X	X
	10.3 CCL	X	X	X
Bloque 4:	11.1 SIEP	X	X	X
- Act. naturaleza: Aspectos organizativos de una acampada - Técnicas básicas de orientación – Primeros auxilios.	11.2 CSC	X	X	X
	12.1 CAA	X	X	X
	12.2 CD	X	X	X
	12.3 CCL	X	X	X
	13.1 SIEP	X	X	X
	13.2 CSC	X	X	X

## 4º ESO – SESIONES DEL PRIMER TRIMESTRE.

1 Sesión inicial – Presentación del curso.

2-4 Evaluación inicial:

2 Prueba teórica.

3 Prueba práctica (condición física).

4 Prueba práctica (deporte: balonmano).

5-20 U.D. Condición física:

5 Acondicionamiento Físico – Calentamiento 4.

6 Acondicionamiento Físico – Calentamiento 4.

7 Condición Física – Velocidad 1.

8 Condición Física – Fuerza 1.

9 Condición Física – Velocidad 2.

10 Condición Física – Fuerza 2.

11 Condición Física – Circuito 6 Estaciones 4.

12 Condición Física – Juegos/Deportes 4.

13 Ensayo Pruebas de Condición Física de interior (3).

14 Ensayo Pruebas de Condición Física de exterior (3).

15-20 Realización y Control Batería de Pruebas de Condición Física (6).

21-22 U.D. Atletismo:

21 Saltos: Altura – Longitud – Triple Salto.

22 Lanzamientos: Peso – Disco – Martillo – Jabalina.

#### 4º ESO – SESIONES DEL SEGUNDO TRIMESTRE.

- |       |   |                          |   |
|-------|---|--------------------------|---|
| 1     | Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Deporte Fútbol/Baloncesto  | 4.                       |   |
| 2     | Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Deporte Fútbol/Baloncesto  | 4.                       |   |
| 3-14  | U.D. Balonmano:   | U.D. Fútbol/Fútbol Sala: |   |
| 3     | Juegos Predeportivos.   | 4                        | Juegos Predeportivos.   |
| 5     | Repaso Técnica Básica:<br>Bote – Pases – Lanzamientos.<br>Mov. sin Balón – Portero.   | 6                        | Repaso Técnica Básica:<br>Conducción – Pases – Golpeos.<br>Mov. sin Balón – Portero.  |
| 7     | Táctica: Portero – Extremo –<br>Lateral – Central – Pívot.<br>Defensa: Individual – Zonal.<br>Ataque: Estrategias al Tipo Def.<br>Defensa/Ataque: Apoyos. | 8                        | Táctica: Portero – Defensa –<br>Centrocampista – Delantero.<br>Defensa: Individual – Zonal.<br>Ataque: Estrategias al Tipo de Defensa.<br>Defensa/Ataque: Apoyos. |
| 9     | Reglamento.<br>Coordinación Téc/Tác:<br>(2x2 – 3x3 – 4x4 + Porteros)  | 10                       | Reglamento.<br>Coordinación Téc/Tác:<br>(2x2 – 3x3 – 4x4 + Porteros).   |
| 11    | Variantes Dep. Balonmano  | 12                       | Variantes Dep. Fútbol/Fútbol Sala.  |
| 13    | Juego Real Balonmano (7x7).   | 14                       | Juego Real Fútbol Sala (5x5).   |
| 15-16 | Actividades Complementarias: Tenis de Mesa – Competición “Día de Andalucía”.  |                          |   |
| 17-22 | U.D. Balonmano:   | U.D. Fútbol/Fútbol Sala: |   |
| 17    | Prueba Control Téc/Tác.   | 18                       | Prueba Control Téc/Tác.   |
| 19    | Prueba Control Juego 7x7.   | 20                       | Prueba Control Juego 5x5.   |
| 21    | Competición Balonmano.  | 22                       | Competición Fútbol Sala.  |

#### 4º ESO – SESIONES DEL TERCER TRIMESTRE.

1 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Juegos con Implementos 4.

2 Acondicionamiento Físico – Calentamiento – Juegos con Implementos 4.

3-6 U.D. Condición Física:

Realización y Control Batería de Pruebas de Condición Física (4).

7-17 U.D. Juegos: U.D. Expresión Corporal: U.D. Act. Naturaleza:

Búsqueda, confección, exposición y aplicación práctica trabajo de investigación:

Juegos: Actividades Predeportivas del Bádminton y del Hockey (3).

Expresión Corporal: Actividades Escénicas y Teatrales -Mimo y Teatro- (1).

Act. Naturaleza: Actividades de Acampada y de Técnicas de Orientación (1).

18-19 U.D. Expresión Corporal: U.D. Act. Naturaleza:

18 Mimo.

19 Protección/Cuidado del entorno escolar.

20-22 U.D. Juegos: Competiciones Lúdico-Predeportivas:

20 Indíaca.

21 Ringo.

22 Mini hockey.

#### RESUMEN FINAL DE LAS SESIONES:

175 días lectivos/curso : 5 días/semana = 35 semanas.

35 semanas x 2 sesiones/semana = 70 sesiones.

70 sesiones = 22 (1º trimestre) + 22 (2º trimestre) + 22 (3º trimestre) + 4 sesiones (actividades complementarias y extraescolares).

**MODELO PARA LA CONFECCIÓN DE LAS SESIONES DE E.F.**

<b>IES FUENTE ÁLAMO DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>		
<b>CURSO:</b>	<b>UNIDAD DIDÁCTICA:</b>	<b>Nº SESIÓN:</b>
<b>COMPETENCIAS BÁSICAS:</b>		
<b>OBJETIVOS:</b>		
<b>CONTENIDOS:</b>		
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>MATERIAL TIEMPO</b>	<b>GRÁFICOS</b>

<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN-CALIFICACIÓN:</b>		
<b>METODOLOGÍA:</b>		
<b>OBSERVACIONES:</b>		



**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**PLUSMARCAS DE LAS PRUEBAS DE CONDICIÓN FÍSICA**

**CATEGORÍA INFANTIL (1º ESO - 2º ESO):**

<b>PRUEBA</b>	<b>ALUMN@</b>	<b>MARCA</b>	<b>CURSO</b>
Resistencia: Test de Cooper 12 minutos	David Lozano Vázquez María del Mar Cejas Robles	3200 m. 2800 m.	2008-2009 2016-2017
Velocidad: 5x10 metros	Manuel Jesús Moreno Ortega María del Mar Cejas Robles	11''7 seg. 12''5 seg.	2014-2015 2016-2017
Flexibilidad: Específica	Alberto Guerrero Baena Corinne Estepa Arroyo	26 cm. 23 cm.	2003-2004 2007-2008
Fuerza: Abdominales superiores	Jesús Miguel Porcel Navarro Vanessa Prados Escobar	65 56	2008-2009 2006-2007
Fuerza: Lanz. pelota medicinal frontal	Manuel Jesús Moreno Ortega Eliza Dodman	12'30 m. 8'20 m	2015-2016 2007-2008
Fuerza: Salto horizontal	Manuel Jesús Moreno Ortega Paula Palos Cejas	2'60 m. 2'20 m.	2015-2016 2014-2015

**CATEGORÍA CADETE (3º ESO - 4º ESO):**

<b>PRUEBA</b>	<b>ALUMN@</b>	<b>MARCA</b>	<b>CURSO</b>
Resistencia: 1000 metros	Álvaro Tato Estepa Andrea Baena Pérez	3'10 min. 4'20 min.	2005-2006 2012-2013
Velocidad: Cuadrado	Samuel Torres Haro Marta Cejas Robles	12''3 seg. 13''4 seg.	2013-2014 2014-2015
Flexibilidad: General	Francisco Urbano Romero Marta Cobano Humanes	47 cm. 45 cm.	2006-2007 2014-2015
Fuerza: Abdominales inferiores	Francisco José Baena Reyes Laura Hidalgo Román	83 85	2015-2016 2005-2006
Fuerza: Lanz pelota medicinal espaldas	Juan Carlos Zurera Guerrero Mª Nieves Pérez Gómez	17'80 m. 10'60 m.	2009-2010 2010-2011
Fuerza: Salto lateral	Luis Muñoz Moral Paula Palos Cejas	120 85	2016-2017 2016-2017

**FECHA DE ACTUALIZACIÓN DE DATOS: 30-OCTUBRE-2017**

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO 2017-2018**

**MARCAS MÍNIMAS DE LAS PRUEBAS DE CONDICIÓN FÍSICA**

**CATEGORÍA INFANTIL (1º ESO - 2º ESO):**

<b>PRUEBA</b>	<b>PLUSMARCA</b>	<b>1º ESO</b>	<b>2º ESO</b>
Resistencia: Test de Cooper 12 minutos	3200 m. 2800 m.	Acabar / 1600 m. Acabar / 1400 m.	Acabar / 1900 m. Acabar / 1700 m.
Velocidad: 5x10 metros	11''7 seg. 12''5 seg.	15''00 seg. 16''00 seg.	14''00 seg. 15''00 seg.
Flexibilidad: Específica	26 cm. 23 cm.	0 cm. 0 cm.	5 cm. 5 cm.
Fuerza: Abdominales superiores	65 56	33 28	40 35
Fuerza: Lanz. pelota medicinal frontal	12'30 m. 8'20 m	6'00 m. 4'00 m.	7'00 m. 5'00 m.
Fuerza: Salto horizontal	2'60 m. 2'20 m.	1'40 m. 1'20 m.	1'60 m. 1'40 m.

**CATEGORÍA CADETE (3º ESO - 4º ESO):**

<b>PRUEBA</b>	<b>PLUSMARCA</b>	<b>3º ESO</b>	<b>4º ESO</b>
Resistencia: 1000 metros	3'10 min. 4'20 min.	Acabar / 6'30 min. Acabar / 7'30 min.	Acabar / 5'30 min. Acabar / 6'30 min.
Velocidad: Cuadrado	12''3 seg. 13''4 seg.	15''00 seg. 16''00 seg.	14''00 seg. 15''00 seg.
Flexibilidad: General	47 cm. 45 cm.	24 cm. 24 cm.	30 cm. 30 cm.
Fuerza: Abdominales inferiores	83 85	43 45	53 55
Fuerza: Lanz. pelota medicinal espaldas	17'80 m. 10'60 m.	8'00 m. 5'00 m.	10'00 m. 7'00 m.
Fuerza: Salto lateral	120 85	60 43	70 53

**FECHA DE ACTUALIZACIÓN DE DATOS: 30-OCTUBRE-2017**

**IES FUENTE ÁLAMO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**NORMATIVA DE LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA**

- 1.- LA ASISTENCIA Y PARTICIPACIÓN EN CLASE ES OBLIGATORIA, ASÍ COMO DEMOSTRAR UN COMPORTAMIENTO ADECUADO QUE PERMITA EL BUEN DESARROLLO Y FUNCIONAMIENTO DE LAS SESIONES.
- 2.- ES OBLIGATORIO REALIZAR LAS CLASES CON ROPA Y CALZADO DEPORTIVO ADECUADO.
- 3.- PARA EL USO DEL GIMNASIO, ES NECESARIO TENER EL CALZADO DEPORTIVO LIMPIO, SIN BARRO NI OTRAS SUSTANCIAS ADHERIDAS.
- 4.- PARA PROTEGERSE DEL FRÍO, ESTÁ PERMITIDO EL USO DE GUANTES, BUFANDAS, GORROS, ETC.
- 5.- PARA PROTEGERSE DEL CALOR, ESTÁ PERMITIDO EL USO DE GORRAS Y CREMA PROTECTORA.
- 6.- SE ACONSEJA EL CONSUMO DE AGUA EMBOTELLADA O BEBIDAS ISOTÓNICAS SIEMPRE CON LA AUTORIZACIÓN DEL PROFESOR/A.
- 7.- NO SE PUEDE CONSUMIR NINGÚN TIPO DE CHUCHES NI LLEVAR MÓVILES U OTROS APARATOS EN LAS CLASES.
- 8.- SE DEBE PARTICIPAR SIN NINGÚN TIPO DE OBJETOS QUE PUEDAN RESULTAR PELIGROSOS TANTO PARA EL/LA PORTADOR/A COMO PARA EL RESTO DEL GRUPO (RELOJES, CADENAS, ANILLOS, PENDIENTES, ETC.).
- 9.- EL ALUMNADO PUEDE HACER USO DE LOS VESTUARIOS SI ASÍ LO REQUIERE, DEJÁNDOLOS EN PERFECTO ESTADO.
- 10.- SIEMPRE DEBE HABER EL MÁXIMO RESPETO POR TODO EL ENTORNO DEL CENTRO Y SU MOBILIARIO, PRESTANDO EL MAYOR INTERÉS POSIBLE POR SUS INSTALACIONES DEPORTIVAS Y EL MATERIAL QUE SE USA.

**ESTAS RECOMENDACIONES SON DE CUMPLIMIENTO OBLIGATORIO. CUALQUIER INFRACCIÓN O LA INADECUADA UTILIZACIÓN DE ESTAS NORMAS PODRÍA SER VALORADA DE FORMA NEGATIVA POR EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y, SI FUERA NECESARIO, ACTUANDO EN CONSECUENCIA PARA DEPURAR LAS RESPONSABILIDADES A QUE SE PUDIERAN LLEGAR.**