

**PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**CURSO 2019-2020**

## ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN

2. ANÁLISIS DEL CONTEXTO

3. FUNDAMENTOS PEDAGÓGICOS

4. EXPLORACIÓN INICIAL

4.a) INSTALACIONES DEL CENTRO PARA LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

5. MARCO DE REFERENCIA

6. COMPETENCIAS CLAVES Y EDUCACIÓN FÍSICA

7. OBJETIVOS

OBJETIVOS DE 1º DE E.S.O.

OBJETIVOS DE 2º DE E.S.O.

OBJETIVOS DE 3º DE E.S.O.

OBJETIVOS DE 4º DE E.S.O.

8. CONTENIDO

9. METODOLOGÍA

10. EVALUACIÓN

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE

EVALUACIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE

EVALUACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS Y SESIONES

**11. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

- A. **ATENCIÓN A ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECÍFICAS,**
- B. **ATENCIÓN A LOS ALUMNOS CON EDUCACIÓN FÍSICA PENDIENTE DE CURSOS ANTERIORES**
- C. **PLAN ESPECÍFICO PERSONALIZADO PARA LOS ALUMNOS/AS QUE NO HAN PROMOCIONADO DE CURSO**

**12. EDUCACIÓN EN VALORES**

**13. PERSPECTIVA DE GÉNERO/IGUALDAD**

**14. INTERDISCIPLINARIERDAD**

**15. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES**

**16. ACTIVIDADES DE LECTURA Y ESCRITURA**

## 1. INTRODUCCIÓN

Actualmente la Educación Física se orienta hacia la consecución de varios objetivos que tienen como ejes básicos el cuerpo, el movimiento y la salud. Y es que en la sociedad actual se siente cada vez más la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación aquellos conocimientos que, relacionados con el cuerpo y la actividad motriz, contribuyen al desarrollo personal y a una mejora en la calidad de vida. Por eso, se trata de enseñar a utilizar todo lo que las ciencias de la Actividad Física y el Deporte están aportando a la mejora del cuerpo humano, así como al desarrollo de las capacidades y las habilidades instrumentales que perfeccionen y aumenten las posibilidades de movimiento de los alumnos y alumnas, la profundización del conocimiento de la conducta motriz como organización significativa del comportamiento humano y, por último, la transmisión de actitudes, valores y normas que con referencia al cuerpo y a la conducta motriz ayudan al desarrollo de la persona.

También señalar que la enseñanza en este área implica tanto mejorar las posibilidades de acción de los alumnos/as, como propiciar la reflexión sobre la finalidad, sentido y efectos de la acción misma.

Las diferentes corrientes de pensamiento han centrado su atención en distintos aspectos de la Educación Física. Unas hacen hincapié en el aspecto agonístico-competitivo, otras en el estético-comunicativo, otras en lo catártico y hedonista, otras en el aspecto higiénico, otras en la función de autoconocimiento. Desde hace algunos años viene dándose además una corriente de autores que, sometiendo a crítica la concepción tradicional de la actividad física como generadora espontánea de valores en la persona, afirman la necesidad de estructurar adecuadamente los contenidos del área de la Educación Física para que efectivamente sea transmisora de valores positivos.

En esta programación pretendemos fundamentalmente incidir en la faceta de la Educación Física como generadora de valores individuales y sociales. Consideramos, que estructurando adecuadamente los contenidos, situaciones y vivencias propias de este área se puede contribuir a educar personas libres y autónomas que a su vez estén positivamente integradas en su entorno social y medioambiental, y a la adquisición de competencias básicas.




La metodología a utilizar para desarrollar esta programación está influida por la teoría constructivista. Según esta teoría el alumno/a se convierte en el protagonista de su enseñanza mediante la estructuración de los nuevos aprendizajes en relación con sus conocimientos previos; para poder llevar a cabo tal construcción dichos aprendizajes deben ser suficientemente significativos.

También, consideramos que en la transmisión de valores es importante tener en cuenta la teoría del aprendizaje social, que atribuye a la sociedad una poderosa influencia sobre el alumno/a en la asunción de valores mediante la observación e imitación de los modelos y paradigmas deportivos que presenta. Esta teoría se concreta en la importancia que damos a que el profesor se comprometa vivencialmente con los valores que quiera transmitir.

En cuanto a los métodos de enseñanza, no optamos por ninguno en concreto. Consideramos que el método (descubrimiento guiado, resolución de problemas, asignación de tareas, etc...) viene determinado por el concepto o procedimiento que pretendamos transmitir; aunque a la hora de proponer tareas para el desarrollo de actitudes y valores hagamos mayor hincapié en el descubrimiento guiado y la resolución de problemas.

## 2. ANÁLISIS DEL CONTEXTO

 El Coronil es un municipio español de la provincia de Sevilla, Andalucía. Su extensión superficial es de 92 km<sup>2</sup> y tiene una densidad de 54,8 hab/km<sup>2</sup>. Sus coordenadas geográficas son 37º 05' N, 5º 38' O. Se encuentra situada a una altitud de 117 metros y a 53 kilómetros de la capital provincial, Sevilla.

Su alargado término municipal lo cruzan entre otras corrientes, el río Guadalete y el arroyo Salado. El núcleo urbano se localiza en la zona de La Campiña, en la parte norte del término, y está bordeado por la carretera A-376. El gentilicio de sus habitantes es el de coronileños.

## Historia en relación a la Educación Física



Observamos que por su gran número de instalaciones y de acceso libre que tienen por ser de carácter pública invita a que esta población por raíces y tradiciones tenga una población muy implicada en la práctica deportiva, por lo que hace que la mayoría de nuestros alumnos han tenido un aprendizaje de vida diario del pueblo en relación con algún deporte.

Independientemente de estas instalaciones existen otras de carácter privado pero muy asequibles para actividades deportivas más concretas y específicas atendiendo las distintas edades o necesidades particulares de los vecinos de este pueblo.

### Fiestas y eventos deportivos singulares

Club de Fútbol "C.D. Coronil" organiza Yinkanas futbolísticas a final de temporada y encuentros de veteranos de las distintas peñas futbolísticas. Tiene su escuela deportiva para niños.

Club de Baloncesto "CB El Coronil" organiza competiciones de 3x3 y encuentros de veteranos durante navidad o época de feria. Tiene su escuela deportiva para niños

Club de Atletismo "C.D. Callense" organiza sus marchas populares tanto a nivel local como provincial con gran afluencia de participación. Tiene su escuela deportiva para niños

Club de Bicicleta de Montaña “ El Piñonazo” organiza marchas cicloturistas durante todo el año a nivel local y provincial mas encuentro de bicicletas antigua. Tiene su escuela deportiva para niños.

Estos son los clubs donde más participación de vecinos hay en cualquiera de las edades, desde niños hasta mayores de 55 años, dándose situaciones de niños en dos prácticas deportivas

Se practican otros deportes pero en grupos más pequeños, intentando de atender toda demanda deportiva por parte del Ayuntamiento con sus distintas actividades planificadas para todo un curso académico como son:

Futbol Chapa, Futbol Sala, Natación de Invierno, Zumba, Aeróbic ,Pádel y otros deportes como Karate.

Igualmente hay una zona adecuada para paseo de mayores “Paseo de la Dehesa de Pilares”.

### Alumnado del Centro

El alumnado del I.E.S. El Coronil pertenece casi en su totalidad a familias residentes en el mismo municipio, siendo el nivel socio-cultural de dichas familias muy variado. El 99% de nuestro alumnado proviene del C.E.I.P Maria Ana de la Calle, situado a 50 metros del Instituto.

Todos los años unos 50 alumnos/as de 4º de la E.S.O. terminan dicha etapa con el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria, siguiendo sus estudios en bachillerato y en ciclos formativos en municipios cercanos (Montellano y Utrera principalmente).

Las características de nuestro alumnado son las propias de su edad (desde los 12 hasta los 18 años en algunos casos). Esta es una etapa de fuertes cambios en la que la influencia de agentes externos es mayor que en la etapa anterior: la calle, la TV, los modelos publicitarios,...etc. Los alumnos/as tienen mayor capacidad de decisión y es un momento en el que adoptan costumbres y hábitos que les pueden durar mucho tiempo: suele ser la época de empezar a fumar o beber, de vestir de determinada manera, de hacer un deporte u otro, de elegir un tipo de amigos o amigas determinado,...etc. Si bien algunas cosas son indiferentes, hay otras que pueden causar daños de cierta consideración.

Para poder afrontar con mayor capacidad estas decisiones, lo cierto es que la sociedad les está dotando de muy pocos recursos formativos. Tienen posiblemente más información que nunca, pero también quizás menos formación. Tienen que presentarse, por ejemplo, ante el problema del tabaco, el alcohol o las demás drogas con menos fuerza de voluntad de la

necesaria para vencer la facilidad que tienen para conseguirla. Lo mismo podríamos decir de las relaciones chico-chica que, cuando menos, sorprenden a estas edades por su frivolidad; del acceso al dinero para adquirir casi todo lo que quieren sin ningún esfuerzo; del concepto de responsabilidad con una gran desproporción a favor de los derechos frente a los deberes; del poco aprecio de la autoridad y el respeto al otro,...etc.

La tradicional rebeldía del joven normalmente constructiva y activa ha ido degenerando en una rebeldía destructiva en unos casos y pasiva en la mayoría.

Las repercusiones que esto tiene en el campo de la educación suelen ser la falta de interés, la falta de atención, la falta de concentración, la falta de constancia en el esfuerzo, y la sensibilidad y la imaginación desbordadas con una gran falta de realismo y de conciencia de las responsabilidades que deben ir asumiendo.

Sin embargo, tenemos que hablar también de valores positivos que nuestro alumnado parece traer consigo: la espontaneidad, la apertura a todo, no escandalizarse de nada, no ser temerosos, deseo de grandes experiencias y aventuras, cierto sentido de la solidaridad,...etc.

Entre nuestro alumnado, encontramos bastante afición al deporte. Muchos de nuestros/as alumnos/as practican o han practicado deporte con regularidad. A pesar de ello, la gran mayoría de los alumnos/as mayores de 14 años tras una exploración inicial realizada por el departamento el Centro, confiesa que son consumidores habituales de alcohol y tabaco, sobre todo los fines de semana, y que sus hábitos alimenticios no son los más recomendables. Otra gran parte del alumnado se considera bastante sedentario.



### **Relación de las familias con del Centro**

Las familias de nuestro alumnado participan de forma activa en la vida del Centro, colaborando en muchas de las actividades que se organizan, destacando en este aspecto las aportaciones de la A.M.P.A.

Del mismo modo, en los aspectos académicos del alumnado la comunicación entre las familias, profesorado y equipo directivo del Centro es constante. En las reuniones colectivas con los padres y madres la asistencia en casi todos los cursos ronda el 70%, y en las reuniones individuales la asistencia de las familias es del casi 100%.



### Relación del Centro con otras entidades locales

El I.E.S. El Coronil está totalmente integrado en la vida de este municipio. Las relaciones con el Ayuntamiento, escuela de adultos, C.E.I.P, escuela taller, asociaciones deportivas, comercios, etc..., son inmejorables, contando con la colaboración de cualquiera de ellas en todos los momentos requeridos.

### 3. FUNDAMENTOS PEDAGÓGICOS

La edad de 13 a 16 años, en plena adolescencia, que correspondiente a los cuatro niveles de la E.S.O., es una etapa de fuertes cambios en los chicos y chicas. Ésta, es una edad en la que la influencia de agentes externos es mayor que en cursos anteriores: la calle, la TV, los modelos publicitarios,...etc. Los alumnos/as tienen mayor capacidad de decisión y es un momento en el que adoptan costumbres y hábitos que les pueden durar mucho tiempo: suele ser la época de empezar a fumar o beber, de vestir de determinada manera, de hacer un deporte u otro, de elegir un tipo de amigos o amigas determinado,...etc. Si bien algunas cosas son indiferentes, hay otras que pueden causar daños de cierta consideración.



Con esta programación tratamos de desarrollar, una educación comprometida con los valores. Es un proyecto que obliga en cierta manera al profesor que lo lleva adelante, a comprometerse vivencialmente con sus alumnos/as (les enseña y por tanto el propio profesor lo vive); y, por otra parte, obliga a los alumnos/as a crear, a asumir responsabilidades, a ser no sólo tolerantes, sino también solidarios; en definitiva, a ser realmente libres porque han podido elegir con el conocimiento y los recursos suficientes para afrontar esa elección. Anima también al educador a ponerse de acuerdo con el resto de profesores del centro para, de acuerdo con su proyecto educativo, promocionar algo que es imposible desarrollar únicamente desde la Educación Física.

### 4. EXPLORACIÓN INICIAL

Entre nuestro alumnado, encontramos bastante afición al deporte. Muchos de nuestros/as alumnos/as practican o han practicado deporte con regularidad. A pesar de ello, la gran mayoría de los alumnos/as mayores de 14 años tras una exploración inicial realizada por el departamento de Educación física, confiesa que son consumidores habituales de alcohol y tabaco, sobre todo los fines de semana, y que sus hábitos alimenticios no son los más recomendables. Otra gran parte del alumnado se considera bastante sedentario, aunque la mayoría disfruta realizando juegos o deportes. (La información ha sido recogida a través de distintos cuestionarios pasados a los alumnos/as a principio de curso).



Por todo ello, toda nuestra programación gira en torno a la relación existente entre actividad física y salud.

#### 4.a) INSTALACIONES DEL CENTRO PARA LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

El Centro dispone de una pista de 48x24 m., al descubierto con pavimentación de cemento y aprovechada con distintas líneas para campo de Voleibol y Baloncesto quedando los postes de las canastas dentro de marco de la pista de Fútbol-Sala o Balonmano siendo un riesgo de seguridad a la hora de practicar los deportes mencionados.

Dicho pavimento presenta ciertas grietas no muy pronunciadas pero que pueden dificultar la práctica adecuada de la actividad física, igualmente en el perímetro se encuentran unas rejillas de desagües deterioradas y que sobresalen ligeramente de la superficie plana del resto de la pista. Y por un lateral coincide con un escalón que accede a una zona como acerada y cubierta como refugio de las lluvias de invierno o sol de verano pero no apta para la práctica de Educación Física por su estrechamiento y elementos rígidos anclados como bancos para uso de recreo a igual que por los fondos de pista también tienen bancos bien anclados a igual que las porterías de balonmano y postes de baloncesto.

Dicho patio dispone de una fuente de agua potable muy asequible para su uso en la hora de la actividad física como hidratación para los alumnos/as.

Igualmente se carece de unos vestuarios específicos para el uso de aseo en la hora de Educación Física teniendo que recurrir a los servicios de uso normal del centro como zona de cambio de ropa y aseo personal. Para los profesores nos encontramos con la misma situación, sin unos vestuarios específicos.



Disponemos de una pequeña habitación muy funcional para guardar el material aunque no hay elementos específicos como armarios y otros para colocación de dicho material de forma ordenada para su uso habitual.

Es necesario mencionar el uso de las instalaciones deportivas del Municipio que están siempre disponibles, en cuanto a sus pistas polideportivas a cualquier horario y el Pabellón Cubierto con ciertas restricciones en cuanto a su horario de actividades en atención a los ciudadanos del pueblo.

## 5. MARCO DE REFERENCIA

La elaboración de esta programación didáctica ha tenido como referencia las siguientes disposiciones legales:

- Real decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
- Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.
- Orden de 25-7-2008, por la que se regula la atención a la diversidad del alumnado que cursa la educación básica en los centros docentes públicos de Andalucía. (BOJA 22-8-2008).

Además de las disposiciones legales anteriores el Proyecto Educativo del Centro constituye la referencia principal de esta programación.

## 6. COMPETENCIAS CLAVE Y EDUCACIÓN FÍSICA

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

conservación de la naturaleza, el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, el uso de instrumentos utilizados frecuentemente en el ámbito de la actividad física y deportiva, etc.). La Educación Física también contribuye de manera esencial al desarrollo de las competencias sociales y cívicas (CSC) fomentando el respeto, la igualdad, la cooperación y el trabajo en equipo. Las reglas que se establecen en los juegos y los deportes, las normas de seguridad vial, la prevención de lesiones, los primeros auxilios, etc. son elementos de la Educación Física que, por su propia naturaleza, desarrollan esta competencia y preparan al alumnado para la vida en sociedad. La Educación Física contribuye al desarrollo de la competencia aprender a aprender (CAA) potenciando las capacidades de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumnado diseñar así, su propio plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorece la motivación y la confianza que son factores cruciales para la adquisición de esta competencia. El sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP) será fomentado desde la materia otorgando al alumnado funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal. Asimismo, se trabajará la competencia en comunicación lingüística (CCL) a través de la amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva. Esta materia también contribuye al desarrollo de la competencia conciencia y expresiones culturales (CEC) a través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento. Finalmente, la Educación Física facilita el desarrollo de la competencia digital en el alumnado (CD) con la realización de tareas de acceso y gestión de la información en Internet en el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, entre otras.

## 7. OBJETIVOS

La enseñanza de la Educación Física en Enseñanza Secundaria Obligatoria tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos:

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludable, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-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 etapa.
8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

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

## 8. CONTENIDOS

### 1.º ESO

#### Bloque 1. Salud y calidad de vida.

Características de las actividades físicas saludables. La alimentación y la salud. Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas. Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural.

Técnicas básicas de respiración y relajación. La estructura de una sesión de actividad física. El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física. Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana. Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana. Las normas en las sesiones de Educación Física. Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)

#### Bloque 2. Condición física y motriz.

Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices. Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud. Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices. Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria. Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.

#### Bloque 3. Juegos y deportes.

Juegos predeportivos. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas. Desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas. Equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc. Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración. Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-

oposición. Objetivos del juego de ataque y defensa. Juegos alternativos, como por ejemplo: hockeyescolar, ultimate, rugby escolar, etc. Juegos cooperativos. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas. Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. La actividad física y la corporalidad en el contexto social. Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.

#### Bloque 4. Expresión corporal.

Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión. Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.

#### Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.

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

### 2º ESO

#### Bloque 1. Salud y calidad de vida.

Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana. Características de las actividades físicas saludables. Actitud crítica hacia las prácticas físicas con efectos negativos para la salud. El descanso y la salud. Técnicas de respiración y relajación como medio para

reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana. Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc. Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones. El calentamiento general y específico. Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas. Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva. La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

#### Bloque 2. Condición física y motriz.

Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas. Indicadores de la intensidad de esfuerzo. Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz. Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable. Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud. Control de la intensidad de esfuerzo. Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.

#### Bloque 3. Juegos y deportes.

Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas. Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos. Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición. Las fases del juego en los deportes colectivos. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. Situaciones reducidas de juego. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos y predeportivos. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. Respeto y aceptación de las normas



en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo. Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.

#### Bloque 4. Expresión corporal.

Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. El mimo y el juego dramático. Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas. Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva. Bailes tradicionales de Andalucía. Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.

#### Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.

Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. Técnicas de progresión en entornos no estables. Técnicas básicas de orientación. Interpretación de la simbología, identificación mapa-terreno/terreno-mapa, orientación del mapa, recorridos guiados, etc. Juegos de pistas y orientación. Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo. Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc. El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana. Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.

### 3º ESO

#### Bloque 1. Salud y calidad de vida.

Valoración y fomento de la práctica habitual de la actividad física para la mejora de la propia condición física y motriz, y de la calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables. Reconocimiento de los efectos positivos de la actividad física sobre los aparatos y sistemas del cuerpo humano y los riesgos y contraindicaciones de la práctica física. La alimentación, la actividad física y la salud. Los sistemas metabólicos de obtención de energía

con los diferentes tipos de actividad física. La recuperación tras el esfuerzo. Técnicas de recuperación. Ejecución de métodos y técnicas de relajación como medio para liberar tensiones. Actitud crítica con las prácticas que tienen efectos negativos para la salud. Fomento y práctica de la higiene personal y los hábitos de vida saludables. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc. Prácticas de los fundamentos de higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones. Elaboración y puesta en práctica de calentamientos aplicados a una actividad física específica. La responsabilidad y el respeto a las normas y a las demás personas como elementos determinantes en la consecución de objetivos grupales y la convivencia pacífica. Actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física en el contexto social actual. El fomento de los desplazamientos activos. Protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. Norma P.A.S., soporte vital básico. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

#### Bloque 2. Condición física y motriz.

Las capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas. Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.

Procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física y motriz. Pruebas para medir las capacidades físicas y las capacidades motrices. Práctica autónoma de métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices enfocados hacia la salud y la vida activa. La condición física y motriz y su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor.

#### Bloque 3. Juegos y deportes.

Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas. Deportes de raqueta como por ejemplo: bádminton, pádel, tenis de mesa, palas, etc. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos y predeportivos. Los golpeos. El interés y la motivación como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.

Puestos específicos. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. Situaciones reales de juego. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. Análisis de situaciones del mundo deportivo real. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. Procedimientos básicos de evaluación de la propia ejecución con respecto a un modelo técnico-táctico.

La actividad física y la corporalidad en el contexto social. Orígenes del deporte e historia de los Juegos Olímpicos. El deporte en Andalucía.

#### Bloque 4. Expresión corporal.

Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.

El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. Creación y puesta en práctica de secuencias de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. Improvisación individual y colectiva como medio de comunicación espontánea. Participación creativa en montajes artístico-expresivos y ajustada a la intencionalidad de estos. El baile y la danza como manifestación artístico-expresiva. Ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectivos, como por ejemplo bailes de salón, danzas del mundo, bailes latinos, etc. Creación en colaboración y ejecución de composiciones coreográficas individuales y colectivas con apoyo de una estructura musical. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.

#### Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.

Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. Técnicas de progresión en entornos no estables. Técnicas básicas de orientación. Elección de ruta, lectura continua, relocalización. Estudio de la oferta de actividades y aprovechamiento de las posibilidades que ofrece el entorno cercano para la realización de actividades físicas.

Actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, con cuerdas, cabuiería, etc. Fomento de medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas,



teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.

#### CUARTO CURSO

##### Bloque 1. Salud y calidad de vida.

Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva. La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc. La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas. La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza. Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma. Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz. Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas. El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas. Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana. Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc. Información actual sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso. Análisis crítico de la información e ideas en los deportes y en entornos apropiados.

## Bloque 2. Condición física y motriz.

Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientadas a la mejora de la salud. La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz. Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas. Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

## Bloque 3. Juegos y deportes.

Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos. La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico-deportivas. Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración-oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambiando de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc. La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones. Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices. Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores. Las características de cada participante. Los factores presentes en el entorno. Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa. Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como de espectador o espectadora.

## Bloque 4. Expresión corporal.

Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal. Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas. Diseño y realización de los montajes artístico-expresivos como por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc.

## Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.

Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo: escalada, vela, kayaks, etc. Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía. La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes. Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura. Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura. Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural. Fomento de los desplazamientos activos. Sensibilización de los efectos de las diferentes actividades físicas realizadas en el medio natural y su relación con la forma de vida, la salud y la calidad de vida. Fomento de hábitos y actitudes de conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano.

### TEMPORALIZACIÓN DE CONTENIDOS. UNIDADES DIDÁCTICAS

En el anexo I se muestra una tabla por curso, con el nombre de las unidades didácticas y en qué trimestre se desarrollan, número de sesiones empleadas por unidad, instrumentos de evaluación de cada unidad y estándares de aprendizaje (extraídos del RD 1105/2014) empleados en las mismas.

## **9. METODOLOGÍA**

Los estilos de enseñanza y aprendizaje y las estrategias metodológicas utilizadas generarán climas de aprendizaje que contribuyan óptimamente al desarrollo integral del alumnado y a la mejora de su calidad de vida.

Es esencial que el profesorado de Educación Física desarrolle y aplique una gama suficiente de estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje, que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave adaptándose al grupo, a cada alumno y alumna y a los contenidos a trabajar. Se utilizarán tanto técnicas reproductivas como de indagación siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, autonomía, confianza, creatividad y participación del alumnado. Se buscará desarrollar distintas habilidades y estilos cognitivos.

La Educación Física debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución de una igualdad real y efectiva de oportunidades. El género como construcción social todavía conserva estereotipos que determinan que algunas actividades y prácticas físicas sean consideradas más apropiadas para las chicas que para los chicos, o viceversa. La Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado. Asimismo, se fomentará la actividad física inclusiva, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado.

La Educación Física propiciará ambientes positivos de aprendizaje, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc. Un alto grado de compromiso motor repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz.

En relación a la realización de las tareas se buscará implicar responsablemente al alumnado en su proceso de aprendizaje, promoviendo el establecimiento de sus propias metas, y orientándolo hacia la autonomía en la organización y realización del trabajo. Se diseñarán actividades variadas, de interés para el alumnado y que requiera de su implicación, ofreciéndole posibilidades de elección desarrollando así, en mayor grado, la capacidad de responsabilidad y de elección. El alumnado podrá participar en la toma de decisiones sobre las normas de clase, la elección de actividades, y la evaluación, entre otros aspectos, además de asumir diferentes roles en la realización de las tareas. En relación a la evaluación, se fomentará la evaluación compartida, promoviendo también la autoevaluación del alumnado. La Educación Física proporcionará al alumnado técnicas de concentración, relajación, toma de conciencia, gestión y autorregulación emocional, aplicables a la vida cotidiana.

Se reconocerá y apoyará el progreso del alumnado, partiendo y respetando sus características individuales. Se debe tener en cuenta la importancia del conocimiento de resultados para la motivación del alumnado en su progreso y evolución, por lo que se utilizarán diferentes tipos de feedback adaptados a cada persona y a cada situación. La equidad del profesorado va a favorecer una visión positiva del alumnado hacia la práctica física y su aprendizaje, eliminando estereotipos sobre la misma.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se deben minimizar los posibles riesgos y se deberá implementar protocolos de actuación en caso de accidente.

Dentro de la seguridad se deberá tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la salvaguarda de la privacidad del alumnado. Para ello se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo de esta etapa educativa.

Como ya se dijo anteriormente, para el desarrollo de los contenidos de esta materia cobra especial importancia la realización de actividades complementarias o extraescolares, pudiéndose establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno así como la colaboración con las familias del alumnado. La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los espacios naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida.

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



## **10. EVALUACIÓN**

### **EVALUACIÓN INICIAL**

Durante el primer mes de cada curso escolar, el profesorado realizará una evaluación inicial de su alumnado mediante los procedimientos, técnicas e instrumentos que considere más adecuados, con el fin de conocer y valorar la situación inicial de sus alumnos y alumnas en cuanto al nivel de desarrollo de las competencias clave y el dominio de los contenidos de la materia. En los cursos segundo, tercero y cuarto, se analizarán los informes personalizados del curso anterior. La información contenida en estos documentos será tomada en consideración en el proceso de evaluación inicial.



❖ EVALUACIÓN DEL ALUMNO/A

- *CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVES EN EDUCACIÓN FÍSICA*

*1º DE E.S.O.*

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.
5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. CMCT, CAA.
6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. CMCT, CAA, CSC.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. CCL, CSC.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios. CCL, CD, CAA.
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.
13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva. CCL, CD, CAA.

*2º DE E.S.O.*

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.
5. 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. CMCT, CAA.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.
7. 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. CAA, CSC, SIEP.

8. 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. CMCT, CAA, CSC.
9. 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. CCL, 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. CCL, CD, CAA.
11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios. CCL, CD, CAA, CSC, 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. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

### *3º DE E.S.O.*

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.
3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.
5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras

personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.

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

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

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

#### *4º DE E.S.O.*

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

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

3. 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. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

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

5. 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. CMCT, CAA.

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

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

8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. CAA, CSC, CEC.
9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno. CMCT, CAA, CSC.
10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes. CCL, CSC.
11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas. CCL, CAA, CSC, SIEP.
12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. CCL, CD, CAA.
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. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
14. Cumplir normas básicas de higiene, seguridad y respeto al prójimo.

- Procedimientos de evaluación e instrumentos de evaluación (1º, 2º, 3º y 4º de E.S.O.)
  - Pruebas teóricas.
  - Trabajos de los alumnos/as.
  - Trabajos.
  - Montajes coreográficos y de acrosport.
  - Pruebas prácticas.
  - Observación directa.
  - Registro anecdótico.
  - Autoevaluación.
  - Coevaluación.

- Criterios de Calificación (1º, 2º, 3º y 4º de E.S.O.)

Los porcentajes de valoración aplicados a cada uno de los criterios serán los siguientes:

**1º ESO 1ª EVALUACIÓN**

INSTRUMENTOS	CRITERIO DE EVALUACIÓN	CALIFICACIÓN
Examen Teórico	4, 6	10%
Observación directa	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11	60%
Rúbrica actitud e higiene	5, 9	30%
	<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

**1º ESO 2ª EVALUACIÓN**

INSTRUMENTOS	CRITERIO DE EVALUACIÓN	CALIFICACIÓN
Examen Teórico	1, 9	10%
Trabajo juegos populares y Autobiografía AF y Deportiva	10, 12, 13	20%
Prueba práctica hockey	1, 3,	10%
Prueba práctica ultimate	1, 3,	10%
Observación directa	1, 3, 4, 5, 6, 7	30%
Rúbrica actitud e higiene	5, 9	20%
	<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

**1º ESO 3ª EVALUACIÓN**

INSTRUMENTOS	CRITERIO DE EVALUACIÓN	CALIFICACIÓN
Prueba práctica gimnasia artística	1, 2	20%

Pruebapráctica el ritmo con combas	1, 2, 3, 7	20%
Observacióndirecta	1, 2, 3, 5, 6, 7, 9,	40%
Rúbricaactitud e higiene	5, 9	20%
	<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

**2º ESO 1ª EVALUACIÓN**

<b>INSTRUMENTOS</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
ExamenTeórico	4,	10%
Trabajosobreigualdad en AF	10, 11	10%
Observacióndirecta	1, 2, 4, 5, 6, 8, 12	60%
Rúbricaactitud e higiene	7, 9	20%
	<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

**2º ESO 2ª EVALUACIÓN**

<b>INSTRUMENTOS</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
Pruebaprácticadeportesalternativos	1, 3	20%
Pruebaprácticabaloncesto	1, 3	20%
Observacióndirecta	1, 3, 4, 5, 6	40%
Rúbricaactitud e higiene	7, 9	20%
	<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

**2º ESO 3ª EVALUACIÓN**

<b>INSTRUMENTOS</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
ExamenTeórico	4	10%
Pruebamimo	2, 7, 11	20%
PruebaOrientación	1, 8	10%

Observación directa	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 12	40%
Rúbrica actitud e higiene	7, 9	20%
	<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

**3º ESO 1ª EVALUACIÓN**

<b>INSTRUMENTOS</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
Rúbrica calentamiento	1, 6	15%
Exposición trabajo deporte	10	15%
Observación directa	1, 2, 3, 4, 5, 6,	40%
Rúbrica actitud e higiene	7, 9	20%
	<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

**3º ESO 2ª EVALUACIÓN**

<b>INSTRUMENTOS</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
Examen teórico	8	10%
Prueba badminton	1, 3	10%
Prueba Orientación	1, 3	10%
Observación directa	1, 3, 4, 5, 6, 8, 11	50%
Rúbrica actitud e higiene	7, 9	20%
	<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

**3º ESO 3ª EVALUACIÓN**

<b>INSTRUMENTOS</b>	<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
Prueba baile salón	2	10%
Prueba Voleibol	1, 3,	20%
Observación directa	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11	50%



Rúbrica actitud e higiene	7, 9	20%
	<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

**4º ESO 1ª EVALUACIÓN**

INSTRUMENTOS	CRITERIO DE EVALUACIÓN	CALIFICACIÓN
Montaje Acrosport	2, 10, 11	30%
Rúbrica calentamiento	4, 6,	15%
Rúbrica entrenamiento	4, 5	15%
Rúbrica actitud e higiene	8, 11, 14	20%
Observación directa	1, 3, 5, 8, 9, 11, 13	20%
	<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

**4º ESO 2ª EVALUACIÓN**

INSTRUMENTOS	CRITERIO DE EVALUACIÓN	CALIFICACIÓN
Exposición trabajo entrenamiento	4, 9, 12	30%
Rúbrica creación de torneos	1, 3, 7	10%
Observación directa	1, 3, 5, 6, 10, 11,	40%
Rúbrica actitud e higiene	8, 11, 14	20%
	<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

**4º ESO 3ª EVALUACIÓN**

INSTRUMENTOS	CRITERIO DE EVALUACIÓN	CALIFICACIÓN
Examen práctico 1º Auxilios	4, 8, 10, 11	20%
Observación directa	1, 3, 6, 9, 10, 13	60%
Rúbrica Actitud e higiene	8, 11, 14	20%

	<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>
--	--------------	-------------

### *EVALUACIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE*

Los criterios de evaluación constituyen el referente principal para valorar la adquisición de las competencias clave y de los objetivos. La evaluación de dichas competencias está implícita en los propios criterios de evaluación. Todas y cada una de las competencias forman parte de la valoración otorgada a las distintas pruebas teóricas y prácticas realizadas por los alumnos/as, las actividades del cuaderno, los trabajos monográficos y la información registrada a partir de la observación directa del profesor.



Además, siguiendo las directrices del Proyecto educativo del Centro el departamento de Educación Física evaluará junto a los otros departamentos las competencias clave del alumnado. Por tanto, al final de curso y basándose en los criterios de evaluación el departamento de educación física evaluará de forma cuantitativa (del 1 al 5) dichas competencias en todos los alumnos/as.

### ❖ EVALUACIÓN DEL PROFESOR

Tanto el profesor como los alumnos/as realizarán una evaluación de la labor docente.

El profesor después de cada sesión y de cada unidad didáctica reflexionará sobre su actuación, anotando las observaciones más destacables en su diario de clase.

Los alumnos/as también evaluarán al profesor mediante cuestionarios o entrevistas colectivas, de forma periódica.

### ❖ EVALUACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS Y SESIONES

El profesor recogerá sus observaciones acerca de la evolución de las distintas sesiones y unidades didácticas, en escalas de valoración. Asimismo, los alumnos/as después de cada sesión y/o unidad didáctica, de forma escrita u oral realizarán reflexiones sobre las experiencias realizadas, proponiendo posibles mejoras.

## 11. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

El desarrollo de este apartado de la programación tiene como marco de referencia la ORDEN de 25-7-2008, por la que se regula la atención a la diversidad del alumnado que cursa la educación básica en los centros docentes públicos de Andalucía. (BOJA 22-8-2008).

Para la atención a la diversidad, también seguiremos las indicaciones recogidas en las INSTRUCCIONES de 22 de junio de 2015, de la Dirección General de Participación y Equidad, por las que se establece el protocolo de detección, identificación del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo y organización de la respuesta educativa". Dándole especial importancia al desarrollo de las medidas de atención a la diversidad a nivel de aula recogidas en el apartado 7.1.2.2 del protocolo mencionado".

Como medidas de atención a la diversidad destacamos:

- Explicación de los conceptos a varios niveles.
- Plantear tareas motrices que todos los alumnos/as puedan realizar, con distintos niveles de ejecución.
- Valorar el nivel de partida y evolución de nuestros alumnos/as, facilitando el conocimiento de los resultados, así como refuerzos positivos que motiven al alumno/a.
- Evaluar de manera individualizada a nuestros alumnos/as.
- Plantear actividades que supongan un reto para todos los alumnos/as, introduciendo variantes que se ajusten mejor al nivel de los mismos/as.
- Respetar los distintos ritmos de aprendizaje.
- Prestar la ayuda o información necesaria a aquellos alumnos/as que por sus intereses y motivaciones lo soliciten (contenidos de la programación, de repaso o de ampliación).





## A. ATENCIÓN A ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECÍFICAS

Como consideraciones especiales destacar:

### Alumnos/as con epilepsia:

- Desarrollar la autoestima.
- Trabajo físico-deportivo general.
- Desarrollar las capacidades físico-motoras con medidas de precaución.
- Evitar ejercicios en situaciones elevadas.
- Disminuir el carácter agonista de los juegos y actividades físicas.
- Reducir la intensidad de los ejercicios que provoquen hiperventilación, trabajando sobre el 50% del VO<sub>2</sub> máx.

### Alumnos/as con asma:

- Ejercicio físico en ambiente húmedo y templado, con duración de los esfuerzos inferior a 5 minutos.
- Respirar despacio, por la nariz, para reducir la hiperventilación.
- Relajación profunda para control respiratorio.
- Alfa-adrenérgicos si hay congestión de la mucosa nasal.
- Ejercicios que dilaten, extiendan y movilicen el tórax.
- Ejercicios intermitentes de baja intensidad.
- Ejercicios que utilicen activamente la musculatura.

### Alumnos/as con escoliosis:

- Evitar ejercicios intensos de fuerza.
- Evitar multisaltos.
- Reducir gestos asimétricos.
- Realizar ejercicios rehabilitadores.



✚ Alumnos/as con cardiopatías:

- Evitar ejercicios que suponga alta intensidad de fuerza y velocidad.
- Evitar ejercicios de larga duración.
- Realizarán los ejercicios al igual que sus compañeros pero siempre dosificando el esfuerzo.

✚ Alumnos/as con diabetes

El ejercicio físico se considera como uno de los pilares básicos en el tratamiento del niño/adolescente diabético. Éste aporta numerosos beneficios a todas las personas, entre ellos, la mejora de los niveles de glucemia, por ello podemos decir que es aún más importante para el niño/adolescente con DM. El niño puede y debe realizar ejercicio físico todos los días junto a los demás niños. En caso de sobrepeso se debe insistir aún más. Se aconseja un ejercicio físico de baja resistencia (aeróbico). Se debe controlar la glucemia antes y después del ejercicio, ajustar la dosis de insulina y disponer de azúcares de absorción rápida por si fuera necesario (zumos, pastillas de glucosa, azúcar). Por ello es necesario planificar adecuadamente el ejercicio. En general, con el objeto de prevenir hipoglucemias, se recomienda realizar glucemia e ingerir algún alimento, previamente al ejercicio. Para ejercicios fuertes o de una duración mayor a los 30 minutos, debe volver a ingerirse una cantidad similar de hidratos de carbono. Una opción sería tomar un bocadillo y/o fruta, y/o zumo. Realizar también glucemia tras el ejercicio físico. El ejercicio físico intenso puede provocar hipoglucemias severas en las 12 a 24 horas posteriores, por lo que no es aconsejable y, en caso de realizarlo, se deberá llevar a cabo un control exhaustivo de la glucemia durante ese tiempo.

✚ Alumno/a con Síndrome de Dow:

- Emplear una enseñanza basada en imágenes y objetos, con apoyo visual para mejorar la memorización y aplicación práctica en situaciones reales de los contenidos trabajados.
- Hablar comprobando que nos atiende, mirándole a la cara y transmitiéndole mensajes directos, cortos, concisos y sin doble sentido.


- Reforzar las exposiciones, las instrucciones y las órdenes orales con expresiones faciales, señales o gestos, e incluso guías físicas si es necesario.

- Conceder tiempo suficiente para que procese la información que se le proporciona y pueda responder, respetando la lentitud de su respuesta.

En ninguno de estos casos es necesario la realización de adaptaciones curriculares de carácter significativo, únicamente de carácter no significativo en el alumno con síndrome de Down.

Para los alumnos/as que de manera puntual no pueden hacer ejercicios prácticos el departamento de educación física tiene preparadas unas fichas que facilitarán la incorporación de estos alumnos/as a la clase recogiendo las explicaciones del profesor por escrito y analizando el objetivo de las distintas actividades realizadas, así como la explicación de las mismas acompañadas de su representación gráfica. Estos alumnos/as también podrán desempeñar distintos roles dentro de la clase: dirección del calentamiento, organizador de grupos, árbitro, agente evaluador, etc...

## **B. ATENCIÓN A LOS ALUMNOS CON EDUCACIÓN FÍSICA PENDIENTE DE CURSOS ANTERIORES**

 A estos alumnos se le informará a principio de curso de los procedimientos a seguir durante el año para poder superar el área de Educación física que tiene pendiente de cursos anteriores. El seguimiento de los contenidos procedimentales y actitudinales se realizará mediante observación directa y registro de datos durante las clases prácticas que el alumno realice en el presente curso.

Los contenidos conceptuales debe trabajarlos el alumno fuera de la hora de clase, aunque recibirá toda la ayuda necesaria por parte del profesor cuando sea necesario.

Para superar este área en cursos anteriores se exige:

- ✓ Realizar un cuadernillo de actividades de los contenidos correspondientes a ese curso, que deberán entregarse al final de cada mes.

- ✓ Mostrar una actitud positiva durante las clases de Educación Física.
- ✓ Desarrollar los contenidos procedimentales y actitudinales en el presente curso.

Cuando los alumnos/as necesiten la ayuda del profesor para la realización de actividades o para resolver dudas solicitarán una cita con el mismo con 5 días de antelación, determinando entonces la fecha , el lugar y la hora de esta atención personalizada (pudiendo utilizar algún momento de la clase para dicha atención).

### C. PLAN ESPECÍFICO PERSONALIZADO PARA LOS ALUMNOS/AS QUE NO HAN PROMOCIONADO DE CURSO

Aquellos alumnos que estén repitiendo curso y no superaran el área de Educación Física seguirán un plan específico personalizado para favorecer la asimilación de contenidos y el desarrollo de las capacidades expresadas en los objetivos didácticos de dicho curso.

Los objetivos, contenidos, metodología y criterios y procedimientos de evaluación de este Plan son los mismos que aparecen en la programación didáctica del departamento de Educación Física para el curso correspondiente, ya que ninguno de estos alumnos/as muestran mayores dificultades de aprendizaje que los demás y sí una desmotivación total por el estudio en general y por el área de educación física en particular.



Los alumnos/as trabajarán los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales de la siguiente manera:

- Lectura y aprendizaje de los conceptos básicos correspondientes al curso a recuperar, utilizando distintos textos para ello.
- Realización de todas las clases prácticas con su actual curso, donde trabajarán los contenidos procedimentales relacionados con la condición física, deportes, expresión corporal y actividades en la naturaleza.
- Mostrar una actitud positiva en todas las clases (comportamiento, respeto a los compañeros/as, esfuerzo, etc...).

Metodología:

- Explicación de los conceptos a varios niveles.

- Plantear tareas motrices que todos los alumnos/as puedan realizar, con distintos niveles de ejecución.
- Valorar el nivel de partida y evolución de nuestros alumnos/as, facilitando el conocimiento de los resultados, así como refuerzos positivos que motiven al alumno/a.
- Evaluar de manera individualizada a nuestros alumnos/as.
- Plantear actividades que supongan un reto para todos los alumnos/as, introduciendo variantes que se ajusten mejor al nivel de los mismos/as.
- Respetar los distintos ritmos de aprendizaje.
- Prestar la ayuda o información necesaria a aquellos alumnos/as que por sus intereses y motivaciones lo soliciten (contenidos de la programación, de repaso o de ampliación).



Cuando los alumnos/as necesiten la ayuda del profesor para la realización de actividades o para resolver dudas solicitarán una cita con el mismo con 5 días de antelación, determinando entonces la fecha, el lugar y la hora de esta atención personalizada (pudiendo utilizar algún momento de la clase para dicha atención).

## 12. EDUCACIÓN EN VALORES

Desde el área de educación física debemos contribuir, junto con las demás áreas, al trabajo de contenidos que no se incluyen explícitamente en ningún área, pero que sí deben formar parte del proceso educativo.

Estos contenidos serán:

- *Educación para la salud*: especialmente la relación existente entre actividad física y salud, hábitos saludables con respecto a la higiene, nutrición, postura,...etc.
- *Educación para la igualdad entre los sexos*: promoviendo el respeto hacia el sexo contrario, formación de grupos mixtos y no utilizando el sexo como criterio de división.
- *Educación para la paz*: las relaciones afectivas positivas, el diálogo como resolución de conflictos, relaciones de cooperación,...etc., deben reinar en toda actividad.
- *Educación cívica y moral*: desarrollando actitudes como el respeto a los demás y a las normas como requisito imprescindible para la convivencia.



- *Educación para el consumo*: siendo crítico con el consumo exagerado que el fenómeno deportivo lleva consigo, establecer relaciones adecuadas entre calidad-precio en los productos deportivos.
- *Educación ambiental*: desarrollando actitudes positivas hacia la conservación y mejora del medio ambiente.
- *Educación intercultural*: aunque en este curso no existe ningún alumno/a extranjero, en el centro si hay compañeros marroquíes, argentinos, estadounidenses y ecuatorianos. Por ello, debemos aprender mutuamente de los aspectos culturales que nos diferencian y considerar este hecho como un medio de enriquecimiento.
- *Cultura andaluza*: debemos formar a nuestros alumnos/as a partir de la realidad social y cultural de Andalucía, haciendo referencia a sus elementos culturales, tradiciones, costumbres,...etc.



### 13. PERSPECTIVA DE GÉNERO/IGUALDAD

En el área de Educación Física, el papel de la coeducación o de la lucha por la igualdad entre ambos sexos, es muy importante, puesto que es aquí donde se perciben con más claridad los estereotipos que en otras áreas pasan desapercibidos. Ello se debe entre otras razones, a que hay un mayor contacto corporal entre los/as alumnos/as, a que se expresan con mayor libertad y espontaneidad y porque acuden a las sesiones muy motivados.

Dentro de este currículo oculto deberemos atender no sólo al comportamiento del profesorado sino también a la organización de la clase, la utilización del material y el uso del espacio que empleamos para cada una de los diferentes sexos; aspectos que en muchas ocasiones son olvidados o a los que se muestran menos atención. Si no hacemos esto puede que nuestra práctica docente sea la principal fuente de discriminación.

Desde nuestra práctica docente decidimos adoptar unas decisiones metodológicas que se van a trabajar en las distintas unidades didácticas y que exponemos a continuación:

1. Plantear juegos en los que actúen grupos mixtos, sin discriminación en base al sexo.
2. Suprimir el lenguaje sexista que conlleva desconsideración entre ambos sexos tanto desde el punto de vista del alumno/a como del profesor/a.
3. Emplear el cambio de roles o funciones en aquellas actividades que lo permitan.
4. Utilización de materiales que supongan un equilibrio de uso, no buscamos utilizar el material que históricamente se atribuye al sexo masculino.
5. Aprender a interiorizar la realidad sexual en relación a la práctica físico-deportiva.
6. Respetar las peculiaridades y las diferencias entre personas de distinto sexo.

7. Valorar por igual la capacidad deportiva de ambos sexos.

#### 14. INTERDISCIPLINARIEDAD

De la misma forma, se debe establecer una adecuada relación interdisciplinar con las diferentes áreas (con o sin la ayuda de otros profesores). Estamos haciendo referencia a una relación horizontal entre las programaciones de diferentes áreas.

Dado que el estudio del cuerpo y su movimiento no son competencia exclusiva de la Educación Física, es importante considerar las aportaciones fundamentales de las diversas áreas, correspondiendo al equipo docente su integración y ordenación.

Trataremos además, de establecer relaciones entre las distintas áreas y tipos de conocimiento, abordando desde perspectivas diferentes un mismo problema situación o tema de interés, con un nivel de formulación adecuado a las características del pensamiento adolescente. Así como, tener en cuenta el desarrollo de una progresiva autonomía de los alumnos en la gestión de la actividad del aula, posibilitando niveles de opcionalidad y de participación en las decisiones que en cuestiones metodológicas se realice.



#### 15. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

El departamento estudiará las distintas ofertas existentes para realizar este tipo de actividades. La línea de actuación preferente irá encaminada a actividades en el medio natural, aunque también se fomentarán actividades relacionadas con el medio urbano, condición física y posteriores estudios.

A continuación muestro las actividades que están programadas para el curso 2019-2020. Estas actividades pueden ser susceptibles de sufrir modificación en las fechas o incluso realizar otras diferentes de acuerdo a las características de los alumnos y de los espacios cercanos.

##### **1º Trimestre**

2º ESO Senderismo Montellano 30 Octubre

3º ESO Bosque Suspendido (Parque escalada Tirolinas) Tras el puente de Noviembre

2º ESO Patinaje Sobre Hielo pista del centro de Sevilla Navidad (Antes del fin del 1º trimestre)  
Se podría hacer conjunta con otro departamento (Historia) para visitar el centro de Sevilla.

### **2º Trimestre**

1º ESO Senderismo Ruta Majaceite. Puente de Febrero

3º ESO Orientación junto al TECO de Montellano (Antes del fin del 2º trimestre)

### **3º Trimestre**

4º ESO Padel Surf, Kayak, Surf Playa Punta Umbría u otra playa que nos pille cerca (Antes de finalizar Junio)

1º ESO Kayak en el Rio Guadalquivir (Ruta Histórica por el rio con explicación de la historia del Rio) Podría hacerse conjunta con departamento de historia.

## **16.ACTIVIDADES DE LECTURA Y ESCRITURA**

A pesar de la naturaleza del área de educación física, se procurará que en las clases, en las pruebas teóricas, en las actividades del cuaderno de clase y en los trabajos escritos y su exposición, los alumnos realicen lecturas analizando su contenido, y se expresen de forma oral y escrita correctamente, cuidando la ortografía, la caligrafía y la presentación. Todos estos aspectos serán valorados como parte de la nota del alumnado en las distintas pruebas y a actividades.



Desde el departamento también se recomendarán lecturas a los alumnos/as tanto de los libros existentes en la biblioteca del centro como algunas con soporte informático.