DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROGRAMACIÓN DOCENTE

“ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD”

CURSO 2022-23

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN
1.1. Justificación…… 3
1.2. Contexto…….... 4
1.3. Fuentes legales……... 4

2. OBJETIVOS
2.1. Objetivos generales del Bachillerato…….. 4

3. CONTENIDOS
3.1. Contribución del área a las Competencias Clave…… 5
3.2. Secuenciación y temporalización…….. 7
3.3. Elementos Transversales…… 7

4. METODOLOGÍA.
4.1. Aspectos generales……..... 9
4.2. Método de trabajo…….. 10
4.3. Recursos Didácticos…….… 12
4.4. Actividades complementarias y extraescolares…… 15
4.5. Actividades asociadas a programas específicos…… 15
4.5.1 Plan de Actividad física y salud 16
4.5.2. Plan de lectura, escritura e investigación…… 16
4.5.3. Utilización de las tecnologías de la información y la comunicación…… 17
4.6 Aspectos organizativos básicos…… 17

5. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD
5.1. Refuerzos en caso de dificultades de aprendizaje……... 18
5.2. Adaptaciones para alumnos con NEE…….. 19
5.3. Plan específico personalizado para alumnos que no promocionan…… 19
5.4. Otras medidas de atención a la diversidad programadas…….. 19

6. EVALUACIÓN.
6.1. Generalidades……... 21
6.2. Evaluación inicial……... 21
6.3. Estructura de la evaluación…… 21
6.4. Instrumentos de evaluación…… 24
6.5. Procedimientos de evaluación……... 24
6.6. Criterios de evaluación…… 24
6.7. Criterios de calificación…… 25
6.8. Alumnos que presentan NEE…… 26
6.9. Prueba extraordinaria……... 26
6.10. Procedimiento alternativo a evaluación continua…… 27
6.11. Alumnos promocionados con la materia pendiente…….. 27
6.12. Custodia de documentos y registros para la evaluación…… 28
6.12.1. Procedimiento para la obtención de copias de documentos de evaluación… 28
6.13. Seguimiento y evaluación de la programación……... 28

1. INTRODUCCIÓN

1.1. Justificación

La materia “Actividad Física y Salud” tiene como finalidad principal el desarrollo de la competencia motriz, entendida como la integración de conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones vinculados a la conducta motora.

Para el desarrollo de la competencia motriz no es suficiente con la mera práctica, sino que es necesario el análisis crítico que afiance actitudes, valores referenciados al cuerpo, al movimiento y a la relación con el entorno. De este modo el alumnado logrará controlar y dar sentido a las propias acciones motrices, comprender los aspectos perceptivos, emotivos y cognitivos relacionados con dichas acciones y gestionar las emociones vinculadas a las mismas, además de integrar conocimientos y habilidades transversales como el trabajo en equipo, el juego limpio, el respeto a las normas, y la seguridad entre otras. Todo ello con el objetivo final de hacer que nuestra ciudadanía sea competente motrizmente y que los hábitos adquiridos sirvan para poder tener autonomía en la práctica de actividades físico-deportivas, una vida activa a lo largo de los años y una mejor calidad de vida.

En este aspecto, esta materia pretende ofrecer al alumnado de 2º de Bachillerato la posibilidad de seguir desarrollando su competencia dentro del ámbito escolar, con un tiempo programado y bajo la supervisión de profesionales, de especial importancia en un curso escolar que, debido a la alta exigencia académica, impide a muchos de nuestros alumnos y alumnas seguir con una práctica físico-deportiva regular en otros momentos del día. Igualmente supone la adquisición de conocimientos, experiencias y aprendizajes básicos para los estudiantes de ciclos formativos de grado superior o grados universitarios relacionados con la actividad física y la salud.

Se trabajará un amplio repertorio de acciones motrices. Actividades individuales en entornos estables como el atletismo o la gimnasia entre otros. Actividades de oposición como los juegos uno contra uno, los juegos de lucha y los deportes de raqueta. Actividades de colaboración con y sin oponentes como los juegos tradicionales, y deportes como balonmano, fútbol sala, voleibol, baloncesto y especialmente los deportes alternativos. Actividades en entornos no estables como el senderismo, la orientación deportiva, escalada…Actividades de índole artística o de expresión como los juegos dramáticos, el mimo, las danzas y las composiciones coreográficas entre otras.

Esta práctica debe respetar las condiciones de uso y aplicación que la garanticen como saludable y segura, para lo que la supervisión del profesorado de Educación Física resulta imprescindible. Además es necesario que el alumnado aprenda a realizar actividad físico-deportiva correctamente, orientada hacia la salud individual y colectiva, con un desarrollo adecuado de las capacidades físicas y motrices, así como valores individuales y sociales con especial atención a la gestión y ocupación del tiempo libre y de ocio.

Por otra parte, también se trabajarán aspectos relacionados con la alimentación saludable, analizando las características de los alimentos y poniendo en práctica la elaboración de comidas saludables. Esta materia, debe favorecer la autogestión y la autonomía que están implicadas en el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable.

Dado el carácter propedéutico del Bachillerato y la evolución que ha experimentado el número de profesiones y de oferta de estudios superiores relacionados con la actividad físico-deportiva, con la salud individual y colectiva, y con el uso adecuado del tiempo libre, esta materia tratará de presentar distintas alternativas que sirvan para que el alumnado pueda adoptar criterios de valoración de estas profesiones y posibilidades de estudio, ya sea en el ámbito universitario, en el de la formación profesional o en el de las enseñanzas deportivas, así como las profesiones en las que las capacidades físicas y motrices se convierten en un aspecto imprescindible para su desarrollo.

1.2. Contexto

Pola de Siero es una parroquia y capital administrativa del concejo de Siero. Posee una población de 12000 habitantes (INE 2006) constituyendo la localidad más poblada del concejo y la séptima asturiana. Pola de Siero está en un lugar privilegiado, enclavada en el centro del municipio (situado éste en el centro de la región) y en el área metropolitana asturiana conocida como Ciudad Astur con más de 800.000 hab. siendo una de las pocas zonas de Asturias que sigue ganando población, pese a la drástica caída de la natalidad asturiana, muy por debajo de la tasa de mantenimiento de la población.

El contexto socio-económico del alumnado que acude al centro es de un nivel medio y bastante diversificado dada la diversidad económica del concejo en lo referente a los tres sectores económicos. En cuanto a la diversidad cultural, el centro no se caracteriza por una alta tasa de alumnos/as inmigrantes aunque si hay algunos alumnos/as de etnia gitana y algunos de origen sudamericano.

Tradicionalmente el centro se caracteriza por no presentar problemas de convivencia entre los alumnos ni de otra índole disciplinaria que no sean los normales para las características psico-evolutivas de las que estamos tratando.

En cuanto a los resultados académicos el centro se caracteriza por recibir a alumnos cuyos padres están bastante involucrados en los estudios de sus hijos y los resultados en este sentido no están por debajo de la media.

En lo referente a los hábitos físico-deportivos y de ocio activo, los alumnos/as del “Rio Nora” adolecen de los mismos problemas de los adolescentes actuales y a medida que avanzan en la etapa de la ESO y el Bachillerato, se van instalando progresivamente en el sedentarismo y sólo realizan actividad físico-deportiva ocasionalmente. Este hecho se manifiesta en mayor medida entre las adolescentes. No obstante, acogen de buen agrado las propuestas de actividades extraescolares que se realizan desde el departamento y en este sentido la dirección del centro también las apoya porque entiende que es un aspecto que las familias de los alumnos valoran para escoger el centro educativo de sus hijos.

1.3. Fuentes legales

La normativa legal en la que se basa nuestra programación es la siguiente:

- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación modificada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.

- 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 42/2015, 10 de junio, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo del Bachillerato en el Principado de Asturias.

- Circular inicio de curso de 15 de julio de 2022 para centros docentes públicos del Principado de Asturias

2. OBJETIVOS

BOPA- **Decreto 42/2015, de 10 de junio**

2.1. Objetivos generales del Bachillerato.

Según lo establecido en el artículo 25 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, el Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución española así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.

b) Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.

c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición o circunstancia personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad.

d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.

e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su Comunidad Autónoma.

f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.

g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.

h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.

i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.

j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.

k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.

l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.

m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.

n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.

ñ) Conocer, valorar y respetar el patrimonio natural, cultural, histórico, lingüístico y artístico del Principado de Asturias para participar de forma cooperativa y solidaria en su desarrollo y mejora.

o) Fomentar hábitos orientados a la consecución de una vida saludable.

3. CONTENIDOS

3.1. Contribución del área a las Competencias Clave.

Las competencias clave del currículo son las siguientes:

a) Comunicación lingüística.

La materia de Actividad Física y Salud participa en la adquisición de la competencia en comunicación

lingüística a través de situaciones variadas, que implican buscar, recoger, seleccionar, procesar y presentar de manera correcta la información requerida. Como en otras materias, se debe hacer referencia a la valoración de la coherencia en la expresión de ideas, la corrección ortográfica o cualquier otro elemento de esta competencia que no se circunscribe a una sola materia.

b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.

El conocimiento de los principios de la naturaleza y más concretamente de todo lo relacionado con el cuerpo humano está en relación directa con nuestros contenidos. Los sistemas biológicos, que forman parte esencial de esta dimensión competencial, son también inherentes a la materia. Un buen conocimiento de nuestro cuerpo humano nos va a permitir gestionar de una forma mucho más coherente nuestros hábitos de actividad física, alimentación o de higiene, entre otros, contribuyendo además de una forma decisiva a la mejora de la salud. Es fundamental que estos hábitos se afiancen y puedan tener su continuidad no solamente durante la etapa escolar, sino a lo largo de toda la vida.

c) Competencia digital.

En esta materia se requiere buscar, recoger y seleccionar información requerida para elaborar trabajos y profundizar en las salidas profesionales. Los medios informáticos y audiovisuales pueden ser utilizados en el proceso de enseñanza-aprendizaje como herramienta para presentar y difundir el proyecto elaborado. El uso y conocimiento de aplicaciones móviles relacionadas con la actividad física y la salud será una constante en el día a día.

d) Aprender a aprender.

La materia contribuye a esta competencia mediante el conocimiento de uno mismo y las propias posibilidades y carencias como punto de partida del aprendizaje, desarrollando un repertorio variado que facilite su transferencia a otros aprendizajes más complejos de manera cada vez más autónoma.

e) Competencias sociales y cívicas.

Las características inherentes de la materia y a las actividades físicas en general, hacen que desde ella se pueda facilitar las relaciones sociales, la integración y el respeto, al mismo tiempo que se puede contribuir al desarrollo de la cooperación y la solidaridad. Son frecuentes las situaciones en las que el alumno debe resolver conflictos, tomar decisiones, interactuar con otras personas y grupos conforme a unas normas, apartado este fundamental en todos los juegos y actividades, donde su cumplimiento y el respeto a los compañeros/adversarios se erige como una característica esencial en nuestra práctica educativa.

Actitudes de asunción de valores, de respeto a las diferencias o de adopción de un estilo de vida saludable que favorezca al propio alumno, su familia o su entorno social próximo, son también contribuciones de nuestra materia a las competencias sociales y cívicas. En este sentido, cobra especial importancia el análisis crítico que se puede hacer de las modas y la imagen corporal que ofrecen los medios de comunicación o de determinados hábitos con arraigo en nuestra sociedad y que no representan un estilo de vida saludable (sedentarismo, consumo de alcohol y tabaco, etc.).

f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

La materia colabora con esta competencia en la medida en que emplaza al alumno a tomar decisiones con progresiva autonomía en situaciones en las que debe superarse a sí mismo, perseverar y tener una actitud positiva. De hecho, la materia cuenta con contenidos dedicados en gran parte a la gestión del alumno de su vida activa, debiendo ser capaz de planificar y gestionar proyectos, responsabilizándose de ellos, con el fin de alcanzar objetivos tanto de forma individual como colectiva. Unidas a estas también son necesarias capacidades de resolución de problemas, de dominio emocional (relajación, control del riesgo, actuación ante un público, etc.), iniciativa, esfuerzo, superación y la búsqueda de éxito.

g) Conciencia y expresiones culturales.

Esta materia contribuye a la valoración de las manifestaciones culturales de la motricidad humana y su consideración como parte del patrimonio cultural de los pueblos. Los proyectos de aprendizaje servicio favorecen la adquisición de la conciencia social y cultural, así como el sentimiento de pertenencia a la comunidad, haciendo que el alumnado con sus contribuciones, se considere parte activa de la misma. La posible elección de proyectos relacionados con actividades de expresión corporal fomentaría la creatividad del alumno desarrollando un mayor conocimiento de las manifestaciones lúdicas, deportivas y de expresión corporal propias y de otras culturas, ayudando a la adquisición de una actitud abierta hacia la diversidad cultural.

Todas estas competencias deberán alcanzarse con propuestas didácticas a través de tareas individuales, actividades complejas y bajo componentes sociales, como pueden ser trabajos por proyectos, centros de interés, elaboraciones en grupo, etc., que integran todo tipo de saberes y que buscan instaurar en nuestro alumnado hábitos de vida saludable, y autonomía en permanente aprendizaje.

La relación directa y explícita de nuestra materia con las Competencias Clave se reflejará en el cuadro que recoge la Evaluación (Anexo 1). Las siglas utilizadas serán las siguientes:

	COMPETENCIAS CLAVE
CL	Comunicación lingüística.
CMCT	Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
CD	Competencia digital.
AA	Aprender a aprender.
CSC	Competencias sociales y cívicas.
SIEE	Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
CEC	Conciencia y expresiones culturales.

3.2. Secuenciación y temporalización.

ESTRUCTURACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS

PRIMER TRIMESTRE		SEGUNDO TRIMESTRE		TERCER TRIMESTRE	
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	**6**	**AUTOENTRENAMIENTO**	**4**	**ACTIVIDADES DE RITMO**	**3**
NUTRICIÓN	**1**	**ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA**	**3**	**HÁBITOS SALUDABLES Y SEGURIDAD**	**2**
		SALIDAS PROFESIONALES RELACIONADAS CON LA AF	**1**	**DEPORTES ALTERNATIVOS**	**3**

3.3. Elementos Transversales.

Ya están incluidos en el currículo (Artículo 8.3 Decreto 43/2015 y Artículo 9.3 Decreto 42/2015) y Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato (Artículo 6).

1. Las Administraciones educativas fomentarán el desarrollo de la igualdad efectiva entre hombres y mujeres, la prevención de la violencia de género o contra personas con discapacidad y los valores inherentes al principio de igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición o circunstancia personal o social. Las Administraciones educativas fomentarán el aprendizaje de la prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, el pluralismo político, la paz, la democracia, el respeto a los derechos humanos, el respeto a los hombre y mujeres por igual, a las personas con discapacidad y el rechazo a la violencia terrorista, la pluralidad, el respeto al Estado de derecho, el respeto y consideración a las víctimas del terrorismo y la prevención del terrorismo y de cualquier tipo de violencia. La programación docente debe comprender en todo caso la prevención de la violencia de género, de la violencia contra las personas con discapacidad, de la violencia terrorista y de cualquier forma de violencia, racismo o xenofobia, incluido el estudio del Holocausto judío como hecho histórico. Se evitarán los comportamientos y contenidos sexistas y estereotipos que supongan discriminación. Los currículos de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato incorporarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, los riesgos de explotación y abuso sexual, el abuso y maltrato a las personas con discapacidad, las situaciones de riesgo derivadas de la inadecuada utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación, así como la protección ante emergencias y catástrofes.

2. Los currículos de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato incorporarán elementos curriculares orientados al desarrollo y afianzamiento del espíritu emprendedor, a la adquisición de competencias para la creación y desarrollo de los diversos modelos de empresas y al fomento de la igualdad de oportunidades y del respeto al emprendedor y al empresario, así como a la ética empresarial. Las Administraciones educativas fomentarán las medidas para que el alumnado participe en actividades que le permita afianzar el espíritu emprendedor y la iniciativa empresarial a partir de aptitudes como la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico.

3. Las Administraciones educativas adoptarán medidas para que la actividad física y la dieta equilibrada formen parte del comportamiento juvenil. A estos efectos, dichas administraciones promoverán la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos y alumnas durante la jornada escolar, en los términos y condiciones que, siguiendo las recomendaciones de los organismos competentes, garanticen un desarrollo adecuado para favorecer una vida activa, saludable y autónoma. El diseño, coordinación y supervisión de las medidas que a estos efectos se adopten en el centro educativo serán asumidos por el profesorado con cualificación o especialización adecuada en estos ámbitos.

4. En el ámbito de la educación y la seguridad vial, las Administraciones educativas incorporarán elementos curriculares y promoverán acciones para la mejora de la convivencia y la prevención de los accidentes de tráfico, con el fin de que el alumnado conozca sus derechos y deberes como usuario de las vías, en calidad de peatón, viajero y conductor de bicicletas o vehículos a motor, respete las normas y señales, y se favorezca la convivencia, la tolerancia, la prudencia, el autocontrol, el diálogo y la empatía con actuaciones adecuadas tendentes a evitar los accidentes de tráfico y sus secuelas.

La materia Actividad Física y Salud, como continuación de la Educación Física desarrollada en cursos anteriores, potencia el aprendizaje de múltiples valores humanos y sociales, integrándolos implícitamente en las distintas unidades didácticas:

Educación para la igualdad de oportunidades de ambos sexos. Este tema está presente en todas las unidades a través de diferentes propuestas en las que los alumnos trabajan en grupos y toman decisiones para el desarrollo de las actividades con un reparto equitativo en la distribución de tareas. Las actividades propuestas son igualmente motivadoras para los alumnos y las alumnas y no presentan ningún tipo de discriminación por razones de sexo.

Educación ambiental. Está presente durante todo el programa sobre todo en lo que tiene que ver con la conservación del entorno natural y/o urbano.

Educación del consumidor. Procuramos proporcionar criterios para elegir material deportivo de diversa índole, cuidar el material propio y compartido y concienciar de lo que cuestan las cosas y nada es gratis.

Educación para la salud. Su presencia es permanente como no podía ser de otra manera. Se busca la práctica en condiciones de seguridad y adaptada a las características propias de cada alumno, así como la motivación para extender la práctica de la actividad física más allá del ámbito escolar.

4. METODOLOGÍA.

4.1. Aspectos generales.

Conforme a lo dispuesto en el artículo 3.1 c) 3º del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre y en la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, los centros docentes, en el ejercicio de su autonomía pedagógica, diseñarán y aplicarán sus propios métodos didácticos y pedagógicos teniendo en cuenta lo dispuesto en los apartados anteriores.

Trabajar de manera competencial en el aula supone un cambio metodológico importante; el docente pasa a ser un gestor de conocimiento del alumnado y el alumno o alumna adquiere un mayor grado de protagonismo.

Los pilares fundamentales de la enseñanza de la Educación Física son la práctica y aprendizaje de habilidades motrices en su más amplio espectro y la experiencia o vivencia del mayor número de ellas.

Sin olvidar que el alumnado es el verdadero protagonista de la clase de Educación Física, y que esta materia en esta etapa se sustenta en un enfoque metodológico variado, es aconsejable **utilizar, siempre que sea posible y las circunstancias lo permitan, distintos tipos de métodos (de reproducción o de descubrimiento), todo tipo de estrategias (analíticas o globales),** y **todos los estilos de enseñanza disponibles**. Es necesario también un planteamiento común con otras materias, diseñando o propiciando situaciones que permitan una mayor y diferente profundización en los aprendizajes, dotándolos de un marco social y un carácter eminentemente práctico.

Algunas de las propuestas de este curso, se centrarán en actividades dirigidas, por tanto, se empleará la enseñanza de **habilidades cerradas y complejas**, donde predomina el mecanismo de ejecución, que pueden exigir una calidad en su prestación de la que deriva la seguridad de la práctica, y que se aborda mejor con **métodos reproductores**, en los que el modelo técnico establecido garantiza eficacia y economía. Estos métodos también pueden ser útiles en aprendizajes que suponen el dominio de secuencias estables de coordinación rítmico-musical y motriz.

No por ello, debemos olvidar del todo la **resolución de problemas,** que sigue resultando más adecuada para abordar el **aprendizaje de habilidades abiertas** que centran su dificultad en los mecanismos de percepción y decisión, imprescindibles en el desarrollo de tareas que incluyen la oposición y cooperación, la adaptación al entorno y la creación de respuestas motrices originales a estímulos rítmicos y musicales, por ejemplo.

Trataremos, además, de incluir el **trabajo cooperativo**, por ejemplo, para realizar coreografías grupales. Aprovecharemos esta oportunidad también, para intentar hacer ver al alumnado que hay distintos planteamientos al enfoque competitivo y que resultan igual de válidos que este.

Para que exista un contexto favorable de aprendizaje motor en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria, la Educación Física deberá sustentarse en cuotas mínimas de interés que atiendan particularmente a los adolescentes a los que se dirige la intervención didáctica. Por una parte, la emoción unida a los aprendizajes cobra gran valor en lo corporal, y más si cabe, en esta edad de cambios notables. El profesorado, como guía y facilitador del proceso de enseñanza, debe poner el acento en esa emoción que surge al aprender algo nuevo o superar un reto, sobre todo si está precedido de trabajo, esfuerzo y determinación.

Por otra parte, la motivación centrada en la creación de climas de trabajo adecuados y en el diseño y proposición de actividades acordes a la edad e intereses del alumnado. Dichas propuestas se dotarán de una progresión y dificultad que permita la práctica variada y aún lúdica, la repetición suficiente, la ponderación del esfuerzo, el uso de refuerzos, la presentación y uso de información por las tres vías (visual, auditiva y

kinestésica), y la fijación de patrones motores individuales adaptables, que permitan la coordinación con otras personas en un entorno seguro.

Sobre los **principios metodológicos básicos** que se deben tener en cuenta, la **significatividad y transferencia de los aprendizajes** podrán ser conseguidos con propuestas que promuevan la **creatividad en la respuesta motora** con un auténtico reciclaje funcional de las habilidades. El alumnado que progresa y comprueba relaciones entre los distintos aprendizajes y con otras situaciones ajenas a la materia, confía más en sus posibilidades y mejora su autoestima.

La **autonomía personal** es inseparable de la actitud crítica que deben promover los procesos de enseñanza y aprendizaje, en donde se visibiliza la intención docente. **El equilibrio metodológico** será necesario por razones prácticas de tiempo de aprovechamiento de la clase, seguridad, adecuación a los objetivos operativos, por coherencia evaluadora, etc. Deberán tenerse en cuenta también las características individuales. No se trata de lograr una respuesta motriz única y válida para todo el alumnado, sino de mejorar las habilidades y destrezas personales en relación al punto de partida, estimulando el esfuerzo y el proceso sin olvidar los resultados. En este sentido, la enseñanza secundaria supone para el alumnado un lugar de encuentro diverso y heterogéneo, por origen social y económico, entorno y cultura familiar, salud individual, etc. Por ello la metodología y sus principios deberán adaptarse y singularizarse en cada caso.

Desde la **perspectiva de género**, la Educación Física en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria debe brindar las mismas oportunidades a todo el alumnado considerando su género en la formación, a través de **propuestas transversales de inclusión**, como agrupamientos por habilidad, el fomento de liderazgos alternativos y solidarios, uso intencionado de espacios, materiales y recursos y en general aplicando estrategias para igualar las oportunidades de acceso a la práctica de actividades físicas.

Desde las clases y el desarrollo de los contenidos debe ahondarse en el **principio coeducativo** que ofrece equidad y trato justo a niños, niñas y adolescentes. Se hace necesario, a veces, una revisión de este para una adecuada intervención del profesorado.

La clase de Educación Física podrá organizarse en diversas estructuras y momentos bajo fines reconocibles. Evidentemente, las condiciones de trabajo concretas, el tipo y grado de contenido a tratar, las coincidencias horarias de varios profesores o la climatología pueden aconsejar variaciones de la misma, sin menoscabo de la seguridad o consistencia de las tareas de aprendizaje.

En general las clases no estarán supeditadas a recursos materiales concretos.

4.2. Método de trabajo.

Los criterios metodológicos específicos a seguir serán comunes a todos cursos, puesto que seguirán las pautas que marca la educación como proceso. Es decir, los principios de individualización, progresividad, funcionalidad y de ayuda.

Los recursos metodológicos a utilizar para el tratamiento de los diferentes temas serán:

1. Contenidos:

Se desarrollarán por medio de **unidades didácticas**, explicándole al alumno los criterios de evaluación, buscando la relación de los temas con los contenidos de otras asignaturas y con los temas transversales. Todo esto dará al alumno una idea del área como un contenido más del conocimiento y la cultura humana y no como algo aislado.

2. Técnicas de enseñanza:

Serán activas y participativas, intentando que se consoliden en los alumnos/as suficiente autonomía en orden no sólo a la realización de las actividades, sino también en cuanto a la planificación y dirección de las mismas. Las técnicas que se utilizarán en las diferentes sesiones de Educación Física serán:

Instrucción directa y la resolución de problemas desarrollando los diferentes estilos de enseñanza que se derivan de ambas técnicas de enseñanza.

3. Información:

a.- Canal visual:

Demostraciones: proporcionadas de forma directa por el profesor. Ayuda visual: para detalles concretos de una ejecución. Medios visuales auxiliares: video, pizarra, apuntes, fotografías. etc.

b.- Canal auditivo:

Descripciones. Explicaciones. Ayuda sonora: sobre todo para marear ritmos y momentos.

c.- Canal kinestésico-táctil:

Las ayudas manuales o materiales por parte del profesorado o los compañeros se verán muy limitadas en este caso, al tener que evitar el contacto y ante la necesidad del distanciamiento social.

d. Feedback interno y externo:

Grupal e individualizado, para el conocimiento de los resultados de una ejecución.

ESTILOS DE ENSEÑANZA

En función del tipo de contenido y de tarea, se aplicará un estilo u otro. No obstante realizaremos una relación de los distintos estilos a utilizar:

_ **Mando directo**. Se utilizará fundamentalmente para la transmisión de *modelos de ejecución* y aquellas habilidades específicas que entrañen *riesgo*.

_ **Asignación de tareas**. Basado también en la *reproducción de modelos* pero el alumn@ establece el *ritmo de ejecución.*

_ **Enseñanza recíproca**. Trabajo por parejas donde *uno ejecuta y el otro observa y corrige.*

_ **Descubrimiento guiado**. Ante el planteamiento de un problema, experimentan y ensayan hasta llegar a la solución guiados por el profesor.

_ **Grupos reducidos**. Favorece la *participación* del alumn@ en el proceso de enseñanza- aprendizaje.

_ **Grupos de nivel**. División de la clase en grupos homogéneos adecuando las tareas a su nivel.

_ **Microenseñanza**. Estructuración de la clase en diversos grupos donde algunos alumn@s adquieren el rol de enseñantes.

_ **Resolución de problemas**. Máximo nivel de autonomía donde son responsables de su estrategia para encontrar la solución.

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

1. **Motivar.**

Indudablemente la actitud del profesor hacia los alumnos es fundamental. Son muchas las ocasiones en las que llegan cansados, apáticos (debemos tener en cuenta que son adolescentes y eso forma parte de los rasgos de esa etapa personal) y además el hecho de seguir utilizando la mascarilla, posiblemente después de

haber pasado varias horas en la misma clase, influirá aún más. Por ello, para motivar hay que estar motivado, más que nunca "*predicar con el ejemplo*".

2. **Atención especial a los problemas relacionados con la AUTOESTIMA.**

El adolescente muchas veces es un ser inhibido e inseguro que se aprecia también en las clases de EF. Ruiz Pérez, (*1995)* en *Competencia Motriz* afirma que "también se aprende a ser incompetente". No comparar; sólo consigo mismo. *"Los rendimientos de los más débiles no son lo mismo que rendimientos más débiles*", según Seybold (*1974)* en *Ppios. pedagógicos de la E.F.*

3. **Partir del nivel de desarrollo del alumno.**

Individualización + Diversidad.(Adaptaciones).

4. **Proponer situaciones de Aprendizaje Funcional**.

Situaciones reales, que vean que tienen aplicación a su vida diaria. Comprobar la utilidad.

5. **Construir aprendizajes significativos**.

Transferencia. El aprendizaje debe ser la base de otros posteriores.

6. **Aprender a aprender**.

7. **Autonomía**. Que sepan porqué, cómo y para qué.

8. **Interrelación de contenidos**.

Tanto de área (para un deporte-necesidad de capacidades físicas y cualidades motrices), como con otras áreas, música (expresión corporal) y Ciencia Naturales, en lo que toca al cuerpo humano y en las actividades en el medio natural.

ESTRATEGIAS

Por la particularidad del área de Educación física se irán intercalando distintas estrategias de enseñanza:

_ **Analítica:**

Cuando la dificultad de la tarea aconseja presentarla al alumno en partes para no sobrecargarle de información.

Dentro de esta tenemos:

- Puro: Se divide el gesto en partes y se comienza por la más importante.

- Secuencial: Se trabaja por partes que luego se fusionan.

- Progresivo: Cada parte del gesto trabajado se añade a la anterior.

_ **Global:**

Cuando la habilidad se presenta en su totalidad.

4.3. Recursos Didácticos.

Entre los recursos didácticos, no podemos olvidar aquellas herramientas tecnológicas de las que disponemos. Entre ellas, las más destacables son:

- **TEAMS**: canal prioritario de comunicación con el alumnado, en el que cada grupo tendrá un equipo con

su profesor y en la que se colgarán las tareas teóricas o teórico/prácticas. Ya sea para enviar trabajos, cuestionarios, formularios o cualquier otra tarea. La mayoría de alumnos están familiarizados con su uso del curso anterior, pero no debemos olvidar a aquellos que tengan dificultades de acceso o conexión por si fuese necesario la utilización de otros canales.

- **CANAL YOUTUBE "EDUCACIÓN FÍSICA IES RÍO NORA"**: en él se encuentran numerosas actividades con sesiones dirigidas para el desarrollo de diversos contenidos.

- **FORMS:** aplicación realmente interesante para el diseño y elaboración de cuestionarios, exámenes o encuestas online que resulta muy sencilla de utilizar para el alumnado.

- **PLATAFORMA OFFICE 365:** tanto para el profesorado como para el alumnado resulta muy útil, desde el correo electrónico hasta las múltiples aplicaciones y funcionalidades que nos ofrece.

Se detallan a continuación los recursos materiales de los que dispone el departamento.

DEPORTES DE ADVERSARIO	Gimnasia	Colchonetas duras 8 Pelotas rítmica 8 Barra de equilibrio 1 Plintos 2 (uno deteriorado) Potro 1 Caballos 1 Trampolín 1 Minitramp 1
Pádel	Raquetas 24/ Pelotas de tenis 48	
Bádminton	Raquetas 21 Volantes 30	
Tenis de mesa	Mesa 1 / Pelotas 6 cajas x 6 bolas / Soporte red 1 Redes 2 /Raquetas4+1	

-

DEPORTES ALTERNATIVOS		**JUEGOS DEPORTES TRADICIONALES**	
Indiacas	7	Rana	Mesa de juego 2 Fichas 20
Freesbes	10	Llave	1 Fichas 6
Béisbol	3 de goma	Sogatira	1
CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD		Combas	Individuales 26 colectivas 2
Cronos	6 (30 mem)	**ACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL**	
Mancuernas 1k	15	Brújulas	5
Balones medicinales	1x5k , 4x3k , 3x2k	Cuerdas de montaña	3
Escalera horizontal	1	**MATERIAL DE DEMARCACIÓN**	
Espalderas	34 (18+16)	Conos	7 (rotos)
Bancos suecos	11 (6 largos+5 cortos), algunos deteriorados	Setas	39 con soporte
Pulsómetros	6	Gomas red	3 (2 anchas + estrecha)
Balones gigantes fitness	6	**ACCESORIOS, OTROS**	

-

MEDIOS AUDIOVISUALES	Cortina separadora	Compresor de inflar	1 averiado
Altavoces		Red separadora	1
		Tallímetro	1
		Jaulas portabalones	1
		2	3
Radio cd usb ipad	1	Bomba manual inflar	1
Radiocasette	1	Pizarras	2
Cinta métrica 1		Redes portabalones	3
Flexómetro	1		
Silbatos	2		

4.4. Actividades complementarias y extraescolares.

- Jornada de senderismo en la naturaleza. 2º trimestre.

4.5. Actividades asociadas a programas específicos.

4.5.1. Plan de Actividad física y salud.

Una de las actividades en las que nuestro departamento es promotor de este plan, en colaboración con los alumnos de bachillerato, es en el fomento de los recreos dinámicos y la organización de competiciones en los mismos. En el curso actual, se tratarán de recuperar estas actividades y competiciones que habían tenido que ser canceladas debido a las medidas sanitarias derivadas de la pandemia del Covid.

Se intentarán promover, además, otro tipo de actividades, de carácter individual, como bailes o coreografías, que fomenten los hábitos de vida saludables, enfocados principalmente al tiempo de ocio fuera del centro.

Una de las propuestas que queremos desarrollar durante el presente curso, es la elaboración de un proyecto interdepartamental, relacionado con el grupo de trabajo de salud del centro, creando una aplicación o página web en la que se estudien a través de un cuestionario, los hábitos de vida del alumnado, especialmente aquellos relacionados con el estado de la felicidad y los diferentes factores que intervienen en ella.

4.5.2. Plan de lectura, escritura e investigación.

Tipos de actividades:

- Lectura de textos de temática físico – deportiva y debate posterior sobre el contenido de los mismos.

- Comentario de textos o artículos publicados en distintos medios de comunicación, preferentemente de prensa deportiva, revistas de salud, etc. o en libros que tengan temática físico – deportiva.

- Búsqueda, comprensión y utilización de términos específicos de la materia.

- Realización y entrega por escrito de trabajos y/o cuestionarios relacionados con la materia.

Se propone la lectura de un libro relacionado con la actividad física o los hábitos saludables de su interés de entre los disponibles en la base de datos del profesorado. Se tratará de hacer un análisis y valoración crítica y reflexiva del tema.

En cuanto a la escritura se tratará de valorar una correcta expresión no sólo en las actividades ubicadas dentro del plan sino también en las realizadas cotidianamente como exámenes escritos, trabajos, cuestionarios, etc.

Medios y recursos.

- Artículos de prensa deportiva.

- Diccionario

- Ordenador personal y/o dispositivos móviles.

- Libros de temática físico – deportiva.

Temporalización.

Se tendrá en cuenta la acordada desde la dirección del centro pero dado el carácter práctico-vivencial de la asignatura y la abundancia de actividades extraescolares propuestas utilizaremos las horas de guardia generadas para proponer estas actividades relacionadas con el PLEI.

Evaluación.

La actividad realizada con el grupo será valorada dentro del capítulo de conceptos y actitudes recogido en la programación.

Los trabajos y/o exámenes escritos tendrán que presentarse sin faltas de ortografía y legibles para su corrección. Este aspecto será calificable con un máximo de **1 punto**.

4.5.3. Utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.

Desde las clases de Educación Física, y más aún en el contexto actual, son cada día más utilizadas numerosas herramientas relacionadas con las Tecnologías de la Información y la Comunicación. Se indican, entre otros, los “softwares” y ”freewares” (sistemas operativos y programas), destacando los ofimáticos como los más utilizados (bases de datos para control de tareas y ejercicios, procesador de textos para elaboración de las Unidades didácticas, hoja de cálculo para facilitar el proceso evaluador y el “power-point” como medio para presentar las clases o la ejecución de los propios ejercicios a practicar). También se utilizan otros más conocidos tradicionalmente por su uso como la imagen (tv), el sonido, la autoedición, el videoeditor, etc.

El Departamento de EF utilizará la plataforma educativa **OFFICE 365, especialmente la aplicación TEAMS** para la comunicación entre el profesor y los alumnos de cada grupo para acceder a material relacionado con la asignatura y que resulte pertinente para el mejor aprovechamiento de las clases (apuntes, videos, encuestas…) así como avisos sobre asuntos diversos. En el caso de un posible periodo de confinamiento o semipresencialidad, se convertirá en una herramienta fundamental, como ya ocurriese en los últimos meses del curso pasado.

La **posible aplicación de las T.I.C.s** en el curso para las clases de Actividad Física y Salud será:

➢Cuaderno del profesor digital Additio, para la elaboración de baremos y tratamiento de datos en la calificación trimestral y final;

➢Vídeo, para la presentación de algunos deportes y actividades;

➢Procesador de textos ‘word’ y presentaciones “power point o similar” para elaborar los recursos materiales impresos, trabajos;

➢Cámara de vídeo, para posible grabación de algunas prácticas relacionadas con los contenidos de expresión corporal y con situaciones de práctica global en deportes colectivos y de adversario. Siempre con permiso de

padres (circular informativa).

➢Teléfono móvil, dada la operatividad integrada que ofrecen actualmente estos dispositivos se les considera muy útiles dentro de la asignatura siempre que su uso no contravenga lo dispuesto en el reglamento disciplinario del centro.

El uso autorizado de las nuevas tecnologías será valorado como **competencia digital**.

4.6. Aspectos organizativos básicos:

En este apartado se detalla información para el alumnado y los padres para el normal desarrollo de las clases. Dicha información se traslada a principio de curso al alumnado.

INDUMENTARIA

- Ropa deportiva cómoda y adecuada a la climatología. Calzado deportivo (no de paseo o de vestir).

- Sin abalorios que puedan provocar heridas o enganchones (piercings, pendientes de aro, sortijas, relojes metálicos, etc.).

- Melena sujeta con una goma.

EN CASO DE LESIÓN O ENFERMEDAD

- Siempre que sea posible aportar informe médico para que el profesor valore un trabajo alternativo si fuera necesario. Los justificantes en los que se diga sin más información “no hacer Educación Física” será el profesor el que valore en función del tipo de enfermedad o lesión el tipo de tareas que debe realizar.

- Aunque se esté lesionado o enfermo se deberá traer indumentaria deportiva a las clases.

- No se permite hacer tareas ajenas a las clases de Educación Física.

LOCALIZACIÓN DE LAS CLASES

Las clases se desarrollarán siempre que sea posible, y la climatología lo permita, en espacios abiertos al aire libre, por lo tanto, el patio debe ser nuestra referencia. Sin embargo, en función de la meteorilogía, los contenidos y las coincidencias horarias, las clases también se desarrollarán en el polideportivo del instituto y en ocasiones en el entorno de la senda del río y alrededores.

Además, nuevamente tenemos autorización para el uso de las instalaciones municipales próximas (polideportivo, tatami, sala de fitness…), por tanto, siempre que haya coincidencia de varios profesores, utilizaremos estas instalaciones para un mejor aprovechamiento.

USO DE NUEVAS TECNOLOGÍAS

- Está permitido el uso de dispositivos móviles siempre que el profesor lo estime oportuno como herramienta de aula, por tanto, es recomendable llevarlo y dejarlo en el lugar convenido para que esté a recaudo. No se aconseja dejarlo en el vestuario. No se permite utilizarlo sin previa autorización por el profesor y sólo para la tarea que éste asigne.

- Los trabajos por escrito así como las presentaciones será obligatorio entregarlos en formato digital a través de la plataforma **TEAMS**.

- No se considerarán trabajos entregados a mano o fuera de fecha, salvo que se indique lo contrario.

RECOMENDACIONES

A continuación le hacemos una serie de recomendaciones para conseguir una correcta salud de sus hijos/as.

- Las clases de Actividad Física y Salud no son suficiente actividad física diaria ni mucho menos semanal. Valore la posibilidad de venir o volver caminando o en bicicleta.

- En las clases de Actividad Física y Salud aparte de moverse se transmiten conceptos y se potencian aspectos emocionales, sociales y afectivas no vale sólo con ser un deportista de nivel para obtener una buena nota.

- Es muy importante que adquieran hábitos de descanso y duerman las horas necesarias, al menos 8, para el correcto desarrollo; después de cenar nada de móviles ni tabletas.

- Adaptar el desayuno a sus necesidades pero sobre todo no abusar de bollería industrial, galletas, azúcar, chuches, fritos, etc.

- Cuidar la espalda. No permita que su hijo/a lleve más de un 10% de peso colgando de la espalda. Reducir en lo posible el peso de la mochila y si no es posible utiliza una mochila con ruedas.

5. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

Se entiende por atención a la diversidad el conjunto de actuaciones educativas dirigidas a dar respuesta a las diferentes capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones e intereses, situaciones sociales, culturales, lingüísticas y de salud del alumnado, como se recoge en los **Decretos Real Decreto 1105/2014 del BOE y 43/2015 del BOPA**.

La atención a la diversidad del alumnado tenderá a alcanzar los objetivos y las competencias establecidas para el bachillerato y se regirá por los principios de calidad, equidad e igualdad de oportunidades, normalización, integración e inclusión escolar, igualdad entre mujeres y hombres, no discriminación, flexibilidad, accesibilidad y diseño universal y cooperación de la comunidad educativa.

5.1. Refuerzos en caso de dificultades de aprendizaje.

Si algún alumno no logra alcanzar los objetivos marcados para alguna de las U.D. obteniendo en alguna de ellas calificación negativa se adoptarán las siguientes medidas:

- Dar apoyo en el aula en la medida en que lo permita el tiempo para el grupo.
- Flexibilizar el ritmo de avance previsto.
- Programar tareas de refuerzo para su realización fuera del horario lectivo.
- Recuperación de pruebas con calificación negativa.

5.2. Adaptaciones para alumnos con NEE.

De conformidad con el artículo 73 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, se entiende por alumnado que presenta necesidades educativas especiales aquel que requiera, por un periodo de su escolarización o a lo largo de toda ella, determinados apoyos y atenciones educativas específicas derivadas de discapacidad o trastornos graves de conducta, de acuerdo con el correspondiente dictamen de escolarización. http://www.asturias.es/bopa BOLETÍN OFICIAL DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS núm. 150 de 30-vi-2015 9/521 Cód. 2015-10785. La identificación y valoración de las necesidades educativas especiales requerirá la realización de una evaluación psicopedagógica.

ALUMNADO QUE PRESENTA NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES.

Referido a alumnos con discapacidad intelectual, motórica y/o sensorial.

Una vez recabada la pertinente información del Departamento de Orientación (D.O.) se valorará la posibilidad de consecución de los objetivos de la materia, utilizando como referencia los **criterios de evaluación**.

5.3. Plan específico personalizado para alumnos que no promocionan.

Al no contar con horas de refuerzo, el trabajo con el repetidor se realizará siempre en la hora de clase, atendiendo especialmente a las actividades procedimentales.

Partimos del conocimiento de las carencias que muestra el alumno, para lo que es imprescindible un buen informe del curso anterior, donde se especifiquen los motivos del suspenso, los objetivos no alcanzados, y serán esos objetivos los prioritarios a controlar.

Se pueden dar varios casos básicos:

- Que el alumno no supere la parte práctica: en este caso le daremos repertorio adaptado a su nivel de partida y le preguntaremos y evaluaremos en función del mismo.

- Que el alumno no supere los contenidos teóricos: procuraremos incentivarle y darle algunos ejercicios de profundización, aunque el nivel teórico de esta asignatura es muy asequible hasta para alumnos con grandes dificultades.

- Al alumno que tenga carencias en práctica y teoría le aplicaremos todos los procedimientos anteriores.

Estas medidas tan básicas son realmente suficientes, siempre que haya intención de trabajo por parte del alumno, para alcanzar el aprobado.

Además de esos alumnos que repiten por presentar dificultades de comprensión, están los que se negaron a trabajar el curso anterior y pueden alcanzar los objetivos básicos con un mínimo de esfuerzo. Con estos últimos se trabajará la programación ordinaria.

Puede darse el caso también de alumnos que repitan pero que entre las asignaturas suspensas del curso anterior no se encuentre la materia de Actividad Física y Salud. En este caso, que se da con mayor frecuencia, se le aplicará la programación de forma ordinaria.

***No se encuentra ningún alumno en esta situación para el presente curso**

PLAN ESPECÍFICO PERSONALIZADO PARA ALUMNADO REPETIDOR

Alumno:		**Del curso/grupo:**		
Materia/Dpto:		**Superada:**	**SÍ**	**NO**

1.- Información del curso académico anterior

Información recogida de fuentes tales como: información académica de evaluación del curso anterior, directrices para el plan específico personalizado emitidas en la evaluación final extraordinaria (consultar con Jefatura de Estudios), resultado de la evaluación inicial.

Superó con garantías parte de la materia en el curso anterior (especificar):	**SÍ NO**
Presenta dificultades de aprendizaje	**SÍ NO**
Falta de hábitos de trabajo	**SÍ NO**
Falta de interés	**SÍ NO**
Otra información relevante:	

2.- Medidas en relación con las actividades programadas

No precisa medidas especiales en relación con las actividades programadas	**SÍ NO**
Mayor graduación de la dificultad mediante actividades adicionales	**SÍ NO**
Adaptación de las actividades en relación con el perfil de aprendizaje	**SÍ NO**
Dispone de una programación específica a través de una ACI documentada	**SÍ NO**
Otras medidas en relación con las actividades programadas:	

3.- Medidas en relación con la metodología

No precisa medidas especiales en relación con la metodología	**SÍ NO**
Incidir más en los aspectos procedimentales	**SÍ NO**
Intensificar rutinas de seguimiento para favorecer hábitos de trabajo	**SÍ NO**
Dispone de una programación específica a través de una ACI documentada	**SÍ NO**
Otras medidas en relación con la metodología:	

4.- Otras medidas específicas

Informe escrito de seguimiento previo a cada RED	**SÍ NO**
Intensificación de la información al Tutor (siempre en caso de incidencias significativas de carácter académico)	**SÍ NO**
Valoración por el Departamento de Orientación para detectar y caracterizar dificultades graves	**SÍ NO**
Otras medidas:	

Otras medidas:

5.- Traslado al Tutor y seguimiento posterior.

Tras su emisión, se dará traslado de una copia del plan al Tutor del alumno, que hará seguimiento de su marcha académica en las reuniones de evaluación de la Junta Docente.

6.- Emisión del plan.

Se emite el presente plan para su traslado al Tutor del alumno arriba indicado.

En Pola de Siero, a ____de _____de 20____

El profesor de la materia

Fdo.:_____

5.4. Otras medidas de atención a la diversidad programadas.

Nuestro departamento no cuenta este curso con la posibilidad de desdobles ni agrupamientos flexibles en bachillerato.

6. EVALUACIÓN.

6.1. Generalidades.

Entendiendo la evaluación como un proceso continuo para medir el grado de cumplimiento del proceso de enseñanza-aprendizaje, comprenderá principalmente los siguientes aspectos:

- Valorar el progreso individual de cada alumno, tomando como referencia su nivel inicial y el trabajo diario que desarrolla.
- Determinar el nivel de conocimientos, capacidades y destrezas alcanzado en relación a los objetivos.
- Valorar la actitud del alumno y su grado de implicación con la asignatura.
- Señalar las principales dificultades de los alumnos en la consecución de dichos objetivos.
- Informar al profesor del grado de eficacia de la programación y metodología empleada con la intención de mejorar y corregirse lo que fuese necesario.

En esta programación se han establecido unos criterios de evaluación y unos contenidos mínimos por cada bloque de contenidos, que serán el punto de referencia para el proceso de evaluación. En la secuenciación de los contenidos por cursos se establecen los criterios de evaluación, pruebas de evaluación y contenidos mínimos.

6.2. Evaluación inicial.

La evaluación durante el transcurso de cada unidad será continua y formativa, es decir, de carácter orientador y autocorrector del proceso educativo. Por eso, partiremos de una evaluación inicial previa para adecuar el proceso de aprendizaje a los conocimientos previos de los alumnos y a sus posibilidades individuales.

La evaluación inicial se ha realizado mediante una prueba práctica de valoración de la condición física, y los niveles son aceptables, teniendo en cuenta las condiciones en las que se realizan (mascarilla).

6.3. Estructura de la Evaluación.

La estructura de la evaluación relacionará los siguientes elementos:

- Criterios de evaluación.
- Indicadores.
- Competencias clave.
- Instrumentos de evaluación.
- Ámbito de contenidos en los que se aplica (según estén secuenciados, por ejemplo las unidades didácticas a las que afecta).

U.D.	CRITERIOS DE EVALAUCIÓN E INDICADORES	INSTRUMENTOS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN
1ºTRIMESTRE		
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	- Utilizar dispositivos móviles y otras tecnologías a fin de poder diseñar, gestionar y mejorar la práctica deportiva, y controlar las franjas de frecuencia cardíaca. - Conocer y utilizar aplicaciones relacionadas con el gasto e ingreso calórico, la velocidad de desplazamiento, la orientación u otroscontenidos. - Realizar autónomamente las pruebas y ejercicios de condición física siguiendo adecuadamente su protocolo. - Realizar adecuadamente calentamientos generales y específicos de manera autónoma	- Lista control para actitudes (50%) - Uso de aplicación tecnológica (30%) - Test autoevaluación (20%) Esta UD supondrá el 80% de la nota de la evaluación.
	COMPETENCIAS CLAVE: Lingüística / Matemática / Digital / Aprender a aprender / Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor	
NUTRICIÓN	- Realizar un trabajo sobre sus hábitos alimenticios, reflexionar y establecer conclusiones sobre los resultados obtenidos. - Conocer las pautas básicas para una correcta alimentación y sabe justificarla razonadamente	- Producción en soporte digital (80%) - Reflexión (20%) Esta UD supondrá el 20% de la nota de la evaluación.
	COMPETENCIAS CLAVE: Digital / Aprender a aprender / Social y cívica / Conciencia y expresiones culturales	
2ºTRIMESTRE		
AUTOENTRENAMIENTO	- Conocer y valorar las nuevas tendencias y las nuevas prácticas físico-deportivas, practicando algunas de ellas. - Registrar y certificar la práctica fuera del horario escolar, detallando tiempo, capacidades físicas y métodos empleados. - Alcanzar unos niveles de resistencia aeróbica, fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad mínimos saludables. - Llevar a la práctica con la intensidad y la corrección técnica necesaria las tareas de resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad en las clases y para aumentar la eficacia, en el tiempo extraescolar.	- Lista control para actitudes (30%) - Trabajo de planificación (40%) - Prueba escrita (30%) Esta UD supondrá el 50% de la nota de la evaluación.
	COMPETENCIAS CLAVE: Lingüística / Matemática / Digital / Aprender a aprender / Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor	
ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA	- **Organizar** y **participar** en una prueba multiaventura, superando distintos retos físicos, de habilidad y de orientación en un entorno natural cercano al centro - Valorar el impacto que ejercen las actividades físicas sobre el entorno en el que se realizan, proponiendo medidas que eviten la degradación del mismo y que colaboren en su cuidado.	- Organización prueba(50%) - Carrera (50%) Esta UD supondrá el 40% de la nota de la evaluación.
	COMPETENCIAS CLAVE: Matemática / Social y cívica / Aprender a aprender	
SALIDAS PROFESIONALES RELACIONADAS CON LA ACTIVIDAD FÍSICA	- Elaborar un trabajo tipo mural o díptico sobre las **salidas profesionales** relacionadas con la actividad física y el deporte.	- Trabajo de investigación (100%) Esta UD supondrá el 10% de la nota de la evaluación.
	COMPETENCIAS CLAVE: Digital / Aprender a aprender / Social y cívica / Conciencia y expresiones culturales	
3ºTRIMESTRE		
ACTIVIDADES DE RITMO	- Crear una composición coreográfica perfeccionando las habilidades artísticas corporales - Responsabilizarse de su parte de trabajo dentro del proyecto.	- Lista control para actitudes (30%) -Representación expresiva: nota individual con planilla de Coevaluación (70%)

		Esta UD supondrá el 40% de la nota de la evaluación.
	COMPETENCIAS CLAVE: Digital / Aprender a aprender / Social y cívica / Conciencia y expresiones culturales	
HÁBITOS SALUDABLES Y SEGURIDAD	- Realizar un trabajo sobre sus hábitos saludables, reflexionar y establecer conclusiones sobre los resultados obtenidos. - Conocer los protocolos del SVB y sabe aplicarlo. - Participar en una carrera popular (asfalto, trail, orientación…) o en reto relacionado con una ruta senderista o ciclista en su entorno planteado por el profesor.	- Trabajo y exposición (50%) - Reto o carrera (50%) Esta UD supondrá el 20% de la nota de la evaluación.
	COMPETENCIAS CLAVE: Digital / Aprender a aprender / Social y cívica / Conciencia y expresiones culturales	
DEPORTES ALTERNATIVOS	- Gestionar con autonomía y responsabilidad todos los aspectos de los deportes seleccionados: espacios, materiales, adaptaciones de reglamento, organización del juego, sistema y calendario de competición, etc. - Participar activamente y se esfuerza por mejorar la técnica y táctica de los distintos deportes planteados, aceptando y respetando el reglamento de juego.	- Lista control para actitudes (30%) - Rúbrica sobre juego (70%) Esta UD supondrá el 40% de la nota de la evaluación.
	COMPETENCIAS CLAVE Lingüística / Social y cívica / Aprender a aprender / Digital	
EN TODAS LAS UNIDADES DIDÁCTICAS	- Asistir a clase con puntualidad. - Utilizar indumentaria, calzado y materiales adecuados para la práctica de las clases. - Participar con autonomía y responsabilidad, colabora, no interrumpe. - Respeta: Normas y reglamento de los juegos y deportes. Uso adecuado del móvil y en momentos permitidos (herramienta de investigación, grabación y control de ejecuciones). Compañeros, profesor y material. - Utilizar las **TIC** para presentar trabajos en formato digital, presentaciones en powerpoint, uso de APPS específicas de actividad física o para controlar la práctica, grabación en video para corregirse técnicamente, medir distancias, velocidad, etc. - Cumplir los plazos de entrega de trabajos, coreografías, exposiciones, etc.	

6.4. Instrumentos de evaluación.

Tipo de instrumentos de evaluación que pueden utilizarse:

PE	Prueba escrita
PO	Prueba oral
PPESP	Prueba práctica específica
OBS	Observación en aula
EXP	Exposición

PE / PRUEBAS ESCRITAS Y PO / PRUEBAS ORALES:

• Se evaluará el proceso de aprendizaje puntualmente, por medio de preguntas breves sobre la materia trabajada en la sesión o sesiones anteriores, en algunas ocasiones estas preguntas podrán ser por escrito. Por regla general se hará de forma oral.

• Al final de cada unidad didáctica se podrán realizar ejercicios orales o escritos que pongan a prueba tanto su capacidad de razonamiento como su nivel de atención y retentiva con respecto a las clases anteriores. En un plazo razonable se dará a conocer la calificación asignada a dicha prueba, a la vez que se entregará al alumno, para su revisión en clase, el ejercicio corregido en caso de ser por escrito. Si es oralmente se dará la calificación y se corregirá sobre la marcha.

PPESP / PRUEBAS PRÁCTICAS ESPECÍFICAS:

• Toda la parte práctica de esta asignatura se evaluará mediante **test o pruebas específicas de demostración de habilidades específicas.**

OBS / OBSERVACIÓN EN EL AULA:

En una asignatura como la nuestra en la que al menos un 90% es práctico, la observación en el aula del trabajo del alumno es fundamental y se ha de reflejar en la calificación, a pesar de que es difícil de evaluar en grupos numerosos.

EXP / EXPOSICIÓN:

Cada vez que un alumno muestra a sus compañeros sus progresos o habilidades en la ejecución de una determinada habilidad específica, calentamiento, etc., lo consideramos dentro de este apartado, pues expone de forma explícita el grado de logro en las competencias clave.

6.5. Procedimientos de evaluación.

Todas las anotaciones al respecto de estos Instrumentos de Evaluación se recogerán en la ficha personal del alumno.

Se realizará un cuaderno de seguimiento del alumno en el cual se registrará información sobre las capacidades que queremos evaluar. En este cuaderno iremos anotando si todas las competencias, habilidades y destrezas que el alumno debe ir adquiriendo a lo largo del ciclo en el área van siendo alcanzadas o no y anotaremos además en qué trimestre se alcanzan.

6.6. Criterios de evaluación

1. Resolver con éxito situaciones motrices en contextos recreativos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control.

2. Planificar, organizar y participar en diferentes actividades en entornos naturales y urbanos, estableciendo un plan adecuado de seguridad y emergencias.

3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración- oposición, en contextos recreativos.

4. Conocer y valorar las diferentes profesiones relacionadas con la actividad física y el deporte y la importancia de los profesionales en el desarrollo de las mismas. Conocer las distintas opciones de estudio del sistema educativo y las salidas profesionales relacionadas con este campo profesional.

5. Concretar y poner en práctica un programa personal de actividad físico-deportiva que incida en la mejora y el mantenimiento de la condición física y la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.

6. Mostrar actitudes y valores positivos hacia la actividad físico-deportiva como factores esenciales para la salud y la calidad de vida.

7. Actuar de forma responsable en el desarrollo de las actividades físico-deportivas tanto individualmente como en grupo, evitando los riesgos derivados de las mismas y aplicando técnicas adecuadas de primeros auxilios en caso de necesidad.

8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad físico-deportiva.

6.7. Criterios de calificación.

Calificación por trimestres.

Cada trimestre o evaluación nos fijaremos en los estándares pertinentes sobre los que hayamos incidido y le daremos una calificación de mal (0 puntos), regular (1 punto), bien (2 puntos) o muy bien (3 puntos) en función del grado de adquisición logrado.

Ejemplo:

Estándar	Mal	Regular	Bien	Muy bien
Participa con autonomía y responsabilidad, colabora, no interrumpe.	Nunca o casi nunca	A veces	La mayoría de las veces	Siempre o casi siempre
Selecciona adecuadamente los métodos, sistemas, ejercicios y programa bien sus cargas de trabajo en su plan de entrenamiento personalizado.	No los especifica ni los nombra	Los nombra pero no especifica las cargas	Los nombra y especifica las cargas	Los nombra, especifica las cargas y los secuencia adecuadamente a lo largo de las semanas

Si en una evaluación por ejemplo nos hemos fijado en 10 estándares, la máxima puntuación que sería posible alcanzar serían 30 puntos, por tanto, 30 puntos corresponderían a un 10 en la nota de esa evaluación, 15 puntos sería un 5 y menos de 15 puntos se suspendería la misma.

Si en una evaluación 2 estándares estuvieran calificados como mal no se haría nota media y se suspendería automáticamente la evaluación.

Recuperación.

Cada estándar calificado como mal debe ser recuperado a lo largo del curso. Si es un estándar que será trabajado y observado en sucesivas evaluaciones como los comunes o los de actividad física y salud, la recuperación se hará mejorando en clase dentro de la dinámica normal de ésta. Si no se tiene previsto su trabajo y evaluación posterior tendrá que recuperarse con trabajo extra y demostrarlo en la prueba que corresponda.

Si no se ha obtenido ninguna calificación como mal, pero se ha suspendido la evaluación porque no se ha llegado a una calificación total suficiente para obtener un 5, se recuperará de la siguiente manera:

1º -Mejorando la calificación de regular de los estándares que tengan continuidad en la siguiente evaluación.

2º -Mejorando la calificación de regular de los estándares que no tengan continuidad en la siguiente evaluación.

Calificación final en junio.

La calificación final se obtendrá en función de los puntos alcanzados en todos los estándares trabajados y observados durante el curso. Si están previstos 24 pues 24x3= 72 puntos son los que marcan el 10 de nota y por debajo de 36 puntos se suspende la asignatura hasta la prueba extraordinaria de septiembre.

Se tendrá derecho a una recuperación en junio siempre que no se haya obtenido un mal en los **estándares comunes** en la calificación de la 3ª evaluación.

6.8. Alumnos que presentan NEE.

Para aquellos alumnos de necesidades educativas especiales que requieran de una adaptación de acceso al currículo, se aplicarán las pautas transmitidas por el departamento de Orientación a principio del curso escolar, que están recogidas en su informe psicopedagógico.

6.9. Prueba extraordinaria.

Los alumnos y alumnas que como resultado de la evaluación final ordinaria hubieran obtenido calificación negativa podrán realizar una prueba extraordinaria.

Dicha prueba se hará en la fecha y hora que marque la Jefatura de Estudios del centro.

En función del estándar no superado. Si fuera un **estándar común** en las 3 evaluaciones como por ejemplo:

Asiste a clase, es puntual.
Utiliza indumentaria, calzado y materiales adecuados para la práctica de las clases de E.F.
Participa con autonomía y responsabilidad, colabora, no interrumpe.
Respeta:
Normas y reglamento de los juegos y deportes.
Uso adecuado del móvil y en momentos permitidos (herramienta de investigación, grabación y control de ejecuciones).
Compañeros, profesor y material.
Utiliza las **TIC** para presentar trabajos en formato digital, presentaciones en powerpoint, uso de APPS específicas de actividad física o para controlar la práctica, grabación en video para corregirse técnicamente, medir distancias, velocidad, etc.
Cumple los plazos de entrega de trabajos, coreografías, exposiciones, etc.

En este caso:

- Examen de la materia de todo o parte de lo impartido a lo largo del curso, según la trayectoria del alumno.

- Prueba de ejecución en forma de circuito de habilidades, en la que mediante una Lista de control nos aseguremos de la adquisición de los mínimos establecidos.

En cuanto a la Condición Física, nos ceñiremos a lo establecido en el baremo establecido para cada curso.

Para la **calificación** del área se tendrán en cuenta las calificaciones obtenidas a lo largo del curso y **se corregirán con el resultado obtenido en la prueba extraordinaria**. Para ello se utilizarán los mismos criterios de calificación empleados a lo largo del curso para cada uno de los estándares.

El profesor entregará en junio un plan personalizado, en el que especifica no sólo los objetivos no logrados, sino todos los contenidos que debe estudiar durante el verano, el trabajo a realizar y sobre los que versará la prueba de septiembre. Cuando el alumno o alumna tiene que recuperar algún **estándar específico** se especificará qué prueba debe realizar. Dejará copia del informe entregado en Jefatura de Estudios.

6.10. Procedimiento alternativo a la evaluación continua.

Según establece el Real Decreto 732/1995 de 5 de mayo y el Reglamento Régimen Interno del centro, se considera que la falta de asistencia a las clases, justificadas o injustificadas, de un 30 % de las horas totales de la asignatura puede significar la imposibilidad de aplicarle el sistema de evaluación continua.

Cuando un alumno acumule el 20% de faltas de asistencia durante un trimestre, se le notificará por escrito esta situación a su familia y cuando alcance el 30% establecido se comunicará nuevamente la pérdida del derecho a la evaluación continua.

Para poder calificarlo se establecerán las pruebas pertinentes, que tendrán carácter trimestral, para cada uno de los indicadores específicos de aprendizaje**.**

Por ello, aquel alumnado que no asista a clase, independientemente del motivo, deberá llevar a cabo las actividades o tareas necesarias para la consecución y superación de esos aprendizajes. De producirse este hecho, el profesor lo notificará al alumno y a Jefatura de Estudios por escrito y se le aplicará un sistema de evaluación extraordinario, consistente en:

- Realización de un examen global, de carácter trimestral, de todos los contenidos conceptuales de la asignatura.

- Presentación de todas las actividades realizadas por sus compañeros dentro y fuera del aula a lo largo del trimestre.

- Realización de todos los exámenes o pruebas prácticas realizadas por sus compañeros en las distintas unidades didácticas.

- La nota final del alumno será la media resultante de las notas parciales obtenidas por el alumno en los apartados anteriores.

Alumnos con necesidades educativas especiales asociadas a discapacidad temporal o permanente

Los alumnos que por sufrir algún tipo de patología no puedan realizar actividades de las previstas en la programación o requieran de un tiempo de reposo que les impida realizar la parte práctica de la asignatura, se lo deberán comunicar al profesor, adjuntando un certificado médico oficial en el que se haga constar la situación que padece. Conforme con la legislación vigente, el profesor le hará una adaptación curricular de los contenidos, criterios de evaluación, etc. Cuando el número de sesiones prácticas en las que el alumno no pueda participar superen el 40 % de las sesiones de esa evaluación, se considera que es imposible aplicarle los criterios de evaluación continua descritos en esta programación, por lo que se le aplicará un sistema de evaluación extraordinario similar al descrito en el apartado anterior.

6.12. Custodia de documentos y registros para la evaluación.

Todos los documentos generados en el proceso de seguimiento y evaluación, incluidas las pruebas realizadas por los alumnos y alumnas durante el desarrollo del curso, serán conservados al menos durante seis meses a contar desde la finalización del curso en que fueron generados tales documentos excepto si forman parte de una reclamación, en cuyo caso se conservarán hasta que la Resolución del procedimiento adquiera firmeza. El responsable de su custodia es el Jefe de Departamento, que establecerá las medidas operativas para su puesta en práctica efectiva.

6.12.1. Procedimiento para la obtención de copias de documentos de evaluación.

Si uno de los progenitores o tutores legales de un alumno, o el propio alumno cuando éste sea mayor de edad, desea disponer de copia de exámenes o cualquier otro documento utilizado para la evaluación y calificación de éste, podrá obtenerla haciendo una solicitud por escrito, especificando cuáles son los documentos de los que desea recibir copia, que deberá ser presentada por el registro del centro.

La solicitud será trasladada al profesor concernido en la petición, que se encargará de gestionar la realización de las copias en conserjería para su entrega en la Secretaría del centro o bien entregar los originales en Secretaría para que se realicen allí las copias, siempre acompañando la solicitud. Dichas copias serán entregadas en persona al solicitante, previa firma y fechado de un acuse de recibo sobre el mismo documento de solicitud. En el acuse de recibo se advertirá de los límites de uso de la copia al contener información sujeta a propiedad intelectual.

6.13. Seguimiento y evaluación de la programación.

En este apartado deben incluirse los siguientes elementos:

- Procedimiento de seguimiento y evaluación de la programación.

- Elementos a valorar: aplicación de la programación, resultados académicos, actividades especiales (laboratorios, TIC, PLEI, ACE, otros programas).

- Indicadores de logro:

  - Resultados de la evaluación del curso en cada una de las materias, por curso y grupo.

  - Adecuación de los materiales, recursos didácticos, y distribución, en su caso, de espacios y tiempos a la secuenciación de contenidos y criterios de evaluación asociados.

  - Contribución de los métodos pedagógicos y medidas de atención a la diversidad aplicadas a la mejora de los resultados obtenidos.

En este apartado pretendemos promover la reflexión docente y la autoevaluación de la realización y el desarrollo de programaciones didácticas. Para ello, al finalizar cada unidad didáctica se propone una secuencia de preguntas que permitan al docente evaluar el funcionamiento de lo programado en el aula y establecer estrategias de mejora para la propia unidad.

De igual modo proponemos una herramienta para la evaluación de la programación didáctica en su conjunto, se puede realizar al final de cada trimestre para recoger las mejoras en el siguiente.

ASPECTOS A EVALUAR	A DESTACAR…	A MEJORAR…	PROPUESTAS DE MEJORA PERSONAL
Temporalización de las unidades didácticas			
Desarrollo de los objetivos didácticos			
Manejo de los contenidos de la unidad			
Descriptores y desempeños competenciales			
Realización de tareas			
Estrategias metodológicas seleccionadas			
Recursos			
Claridad en los criterios de evaluación			
Uso de diversas herramientas de evaluación			
Portfolio de evidencias de los estándares de aprendizaje			
Atención a la diversidad			
Interdisciplinariedad			