PROGRAMACIÓN DOCENTE

1º ESO

CURSO 2023/2024

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN 3

2. TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES DE PROGRAMACIÓN 3

3. ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN 4

4. INSTRUMENTOS, PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO DE ACUERDO CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN 19

5. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES 26

6. PROGRAMA DE REFUERZO PARA ALUMNOS QUE PROMOCIONAN CON MATERIA PENDIENTE 31

7. CONCRECIÓN DE PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS EN EL ÁREA 34

8. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES 36

9. METODOLOGÍA, RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS..... 37

10. INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN Y DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE..... 42

1. INTRODUCCIÓN

El departamento de Educación Física durante el curso 2023/2024 estará formado por los siguientes profesores:

- Andrés Roces Vázquez
- Andrés del Bustio Díaz (Jefe de departamento)
- Nohemí Blanco Lozano
- Borja Fernández González

JUSTIFICACIÓN NORMATIVA

Esta programación docente es coherente con las fuentes normativas especificadas en la Concreción Curricular del Bachillerato del IES Río Nora de Pola de Siero

2. TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES DE PROGRAMACIÓN

TEMPORALIZACIÓN	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	Nº SESIONES
1º TRIMESTRE	CALENTAMIENTO	3
	CONDICIÓN FÍSICA	10
	EXPRESIÓN CORPORAL Y DANZA	6
2º TRIMESTRE	JUEGOS TRADICIONALES Y DEPORTES ALTERNATIVOS	6
	CUERDAS	13
3º TRIMESTRE	PRIMEROS AUXILIOS	2
	ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	6
	BALONMANO	10

3. ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN

Dentro de los objetivos generales de la Educación Secundaria, debemos destacar el "k" como el más relacionado con nuestra materia:

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de otras personas, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE

El análisis del perfil competencial de Educación Física para esta etapa nos permitirá identificar y concretar, a través del estudio de los descriptores operativos de las competencias clave, las interacciones entre las competencias específicas y los criterios de evaluación, quedando de esta forma definida la contribución al desarrollo de las competencias clave de nuestra materia tal y como se recoge a continuación.

- La **Competencia Ciudadana (CC)** se podrá desarrollar a través de la participación en actividades físico-deportivas y artísticas que estimulen la toma de decisiones y el respeto a las reglas del juego como elemento de integración social, que promuevan la reflexión individual y en grupo sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y que favorezcan la adquisición de un estilo de vida activo, sostenible y eco-socialmente responsable.
- La **Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender (CPSAA)** se movilizará a través de las situaciones de aprendizaje o tareas de aula colaborativas que exijan de nuestro alumnado una adecuada gestión de sus emociones en momentos de incertidumbre que se presenten en los diversos proyectos motores, facilitando la toma de decisiones informada, la promoción del autocuidado y el cuidado de los demás, así como la adaptación al cambio en relación a la salud emocional, afectivo-sexual y la convivencia igualitaria.
- Será también relevante la aportación de la Educación Física a la adquisición de la **Competencia Matemática y Competencia en Ciencia, Tecnología e Ingeniería (STEM)** fomentando el pensamiento científico en aspectos como la gestión de los retos cooperativos, la comprensión y aplicación de aspectos técnicos, la relevancia del volumen y la intensidad en la práctica físico-deportiva, la autorregulación y planificación del entrenamiento, el control de resultados mediante la puesta en práctica de programas personalizados al servicio de la mejora de la condición física y llevando a cabo proyectos para transformar su entorno próximo y convertirlo en un espacio más saludable.
- La Educación Física, en relación a la **Competencia Emprendedora (CE)**, permite articular las estrategias necesarias para que el alumnado reconozca y analice necesidades relacionadas con condición física, la higiene postural y corporal, las patologías relacionadas con la inactividad física y los problemas

sociales y afectivo-emocionales, elaborando ideas originales y proponiendo soluciones innovadoras, igualitarias y éticas, que promuevan el cuidado de las demás personas, el autocuidado y el buen trato, en conexión con la promoción de la actividad física, la prevención de lesiones y de enfermedades (incluidas las de transmisión sexual), la creación de una identidad corporal definida y consolidada y la puesta en marcha de nuevas actividades y espacios deportivos.

- La **Competencia en Conciencia y Expresiones Culturales (CCEC)** se movilizará siempre que el alumnado reconozca y aprecie críticamente aspectos esenciales del patrimonio cultural, artístico y físico-deportivo como pueden ser los juegos, danzas y bailes de diferente origen, en especial los del Principado de Asturias. El desarrollo de esta competencia también conlleva que sepan utilizar técnicas específicas de expresión corporal, que practiquen actividades rítmico-musicales y que organicen espectáculos, veladas y eventos artístico-expresivos conociendo la influencia del deporte en la cultura actual.
- La **Competencia Lingüística (CL)** se podrá desarrollar al poner las prácticas comunicativas al servicio de la convivencia en la comprensión de las normas, el desarrollo de las prácticas motrices, el uso de estrategias de negociación y mediación entre iguales en contextos motrices y las reflexiones críticas que se hagan del deporte desde una perspectiva de género, que aseguren la igualdad de derechos de todas las personas mediante un uso eficaz, ético y no sexista del lenguaje.
- La **Competencia Digital (CD)** se desarrollará a través del tratamiento metodológico y el diseño de tareas y situaciones de aprendizaje que demanden el uso de herramientas digitales enfocadas a la búsqueda avanzada de información, la confección de materiales audiovisuales relacionados con la práctica motriz, la utilización de diferentes plataformas virtuales y el empleo de aplicaciones para la gestión de la actividad física, reconociendo tanto su potencial como los riesgos que conllevan y tomando las medidas de seguridad necesarias.

SABERES BÁSICOS

Los saberes básicos del área de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. No apuntan hacia prácticas o manifestaciones concretas, sino que recogen los aspectos básicos a desarrollar, dejando a nuestro criterio la forma en la que se abordan dichos saberes en función de las concreciones curriculares establecidas en el centro, en línea con un aprendizaje significativo y competencial.

- ***«Vida activa y saludable»*** aborda los tres componentes de la salud: bienestar físico, mental y social, a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos funcionales de práctica físico-deportiva, rechazando comportamientos antisociales y contrarios a la salud, así como toda forma de discriminación y violencia, que puedan producirse en estos ámbitos.

- ***«Organización y gestión de la actividad física»,*** incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores, además de la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.
- ***«Resolución de problemas en situaciones motrices»*** con un carácter transdisciplinar aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.
- ***«Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices»***, por un lado, se centra en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, y, por otro, incide en el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones constructivas, libres de discriminación y violencia, entre los participantes en este tipo de contextos motrices.
- ***«Manifestaciones de la cultura motriz»*** engloba tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea, y el deporte como manifestación cultural, profundizando en la perspectiva de género y en los factores que lo condicionan.
- ***«Interacción eficiente y sostenible con el entorno»***, que incide sobre la interacción con el medio natural y urbano, puede abordarse desde una triple vertiente: el uso y disfrute del medio desde la motricidad y la sensorialidad, la responsabilidad en su conservación desde una visión de sostenibilidad y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

1º TRIMESTRE		
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 1: CALENTAMIENTO		
Competencias específicas	**Criterios de evaluación**	**Descriptores del perfil de salida**
Competencia específica 1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida	**1.2.** Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. **1.3.** Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4
Saberes básicos		
Bloque A. Vida activa y saludable - Salud física: Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. - Salud mental: Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. **Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices** - Toma de decisiones: Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. - **Creatividad motriz**: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo. **Bloque D: Autoregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.** - Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. - **Habilidades sociales:** conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.		

1º TRIMESTRE		
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 2: CONDICIÓN FÍSICA		
Competencias específicas	**Criterios de evaluación**	**Descriptores del perfil de salida**
Competencia específica 1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	**1.1.** Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4
	1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	
	1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	
	1.5 Analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	
	1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	
Competencia específica 2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para	**2.1** Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	CPSAA4 CPSAA5 CE2 CE3
	2.2 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa,	

consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	

Saberes básicos

Bloque A. Vida activa y saludable.

- **Salud física:** Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.
- Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos
- Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación.
  Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.
  Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.
- **Salud social**: Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.
- **Salud mental**: Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.

- La **higiene** como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- **Planificación y autorregulación de proyectos motores**: Establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- **Prevención de accidentes en las prácticas motrices**: Calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- **Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas**. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).

Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices

- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

1º TRIMESTRE		
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 3: EXPRESIÓN CORPORAL Y DANZA		
Competencias específicas	**Criterios de evaluación**	**Descriptores del perfil de salida**
Competencia específica 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	**3.2** Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3
Competencia específica 4. Analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	**4.1.** Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico- expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. **4.2.** Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. **4.3** Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4

Saberes básicos
Bloque C. Resolución de problemas motrices. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo. **Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz.** • **Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural**. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. Juegos y danzas propios del Principiado de Asturias. • **Usos comunicativos de la corporalidad:** Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación. • **Práctica de actividades rítmico-musicales** con carácter expresivo. • **Deporte y perspectiva de género:** Medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.). **Influencia del deporte en la cultura actual**: El deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

2º TRIMESTRE		
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 4: JUEGOS TRADICIONALES Y DEPORTES ALTERNATIVOS		
Competencias específicas	**Criterios de evaluación**	**Descriptores del perfil de salida**
Competencia específica 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	**3.1.** Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros.	CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3

Competencia específica 4. Analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	**4.1.** Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico- expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4

Saberes básicos

Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices

- **Toma de decisiones:**
  Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.
  Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.
  Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.
  Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- **Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica**: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
- **Creatividad motriz**: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
  Actitud crítica ante los elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

Bloque D. Autoregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Respeto a las reglas: Las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 5: CUERDAS	
Competencias específicas	**Criterios de evaluación**
Competencia específica 2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	**2.1.** Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.
	2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.
	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.
Competencia específica 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	**3.2** Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.
Saberes básicos	

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices

- Toma de decisiones: Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.
- Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.
- Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

Bloque D. Autoregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Respeto a las reglas: Las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

3º TRIMESTRE		
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 6: PRIMEROS AUXILIOS		
Competencias específicas	**Criterios de evaluación**	**Descriptores del perfil de salida**
Competencia específica 1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	**1.3.** Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. **1.4**. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4

Saberes básicos

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física

- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar
- Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB)

3º TRIMESTRE		
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 7: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL		
Competencias específicas	**Criterios de evaluación**	**Descriptores del perfil de salida**
Competencia específica 5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico- deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	**5.1.** Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. **5.2.** Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	STEM5 CC4 CE1 CE3

Saberes básicos

Bloque B: Organización y gestión de la actividad física.

- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: Calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

Bloque C: resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones: Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.

Bloque F: interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- **Nuevos espacios y prácticas deportivas**. Conquista y utilización de espacios urbanos desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).
- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural: medidas de seguridad en actividades con posibles consecuencias graves en el medio natural.
- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural asturiano.

3º TRIMESTRE		
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 8: BALONMANO		
Competencias específicas	**Criterios de evaluación**	**Descriptores del perfil de salida**
Competencia específica 2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, 16sí como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	**2.1.** Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	CPSAA4 CPSAA5 CE2 CE3
Competencia específica 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	**3.3** Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.	CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3

Competencia específica 4. Analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	**4.2.** Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4

Saberes básicos

Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices

- **Toma de decisiones:**
  Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.
  Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.
  Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.
  Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.
- **Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica**: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
- **Creatividad motriz**: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- **Actitud crítica** ante los elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

SABERES BÁSICOS PRESENTES EN TODAS LAS UNIDADES DE PROGRAMACIÓN

Bloque A. Vida activa y saludable
- Salud física: Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices
- Gestión emocional: El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: Calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112.

4. INSTRUMENTOS, PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO DE ACUERDO CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Es necesario abordar el proceso de evaluación considerando que el grado de desarrollo y consecución de las diferentes competencias específicas del área será evaluado a través de los criterios que constituyen el referente para llevar a cabo este proceso.
La evaluación **competencial, formativa y compartida** se convierte en una herramienta impulsora de estos valores, una evaluación educativa y democrática centrada en la mejora y el aprendizaje que fomente la **participación del alumnado** y refuerza la **responsabilidad compartida**.
El proceso de evaluación competencial se diseña y concibe al servicio del aprendizaje, ello requiere de una alta coherencia respecto al diseño de las tareas de enseñanza-aprendizaje y de evaluación; cuanto más se aproximen entre sí más cerca estaremos de una **evaluación para y en el aprendizaje.**

Los **procedimientos e instrumentos** que a continuación detallamos (para su mejor compresión y relación directa con los demás elementos curriculares) están relacionados con las tablas curriculares del apartado 2 (ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN) de esta programación.

- Observación sistemática: para abordar el día a día.
  - Registro anecdótico: Relacionadas generalmente con comportamientos, nivel de esfuerzo, higiene, faltas, retrasos..
- Intercambios orales con el alumnado
  - Debates con temáticas variadas.
  - Exposición de noticias de interés.
- Análisis de las producciones: Todo aquello que el alumnado hace y que podrá ser evaluado in situ o mediante grabación.
  - Escalas descriptivas para calentamientos.
  - Diarios personales y grupales: reflejan esfuerzo, participación, resultados.
  - Pruebas de ejecución deportiva donde se valore la capacidad del alumnado tanto técnica como táctica.
  - Creación de tutoriales o guías didácticas.
- Pruebas específicas:
  - Pruebas orales (presentación de trabajos y exposiciones...)

- Listas de control: para retos asociados a habilidades deportivas.

- Test de condición física: Valoración de la capacidad de dosificación del esfuerzo, posición plancha, Test de resistencia…

- Formularios de Teams.

- Autoevaluación y Coevaluación serán habituales, ya que, saber, saber ser, estar y hacer, es fundamental. Analizar críticamente si uno mismo y los demás cumplen con esas exigencias es un escalón por encima.
  No siempre tendrán repercusión en la calificación, ya que ésta será dialogada y consensuada en la medida de lo posible.

  - Escalas numéricas, de valoración y rúbricas: para coreografías, análisis del juego

EVALUACIÓN INICIAL

Será de carácter obligado realizar una evaluación inicial que nos proporcione la información necesaria y conocimiento del alumno al comienzo del proceso. Para llevarla a cabo, los primeros días del curso realizaremos diversas actividades y dinámicas grupales para determinar el grado de desarrollo social, de condición física, de habilidad motriz y de conocimiento teórico de la materia.

También pasaremos un cuestionario individual a cada alumno para poder registrar posibles anomalías en su desarrollo motriz, patologías o enfermedades relevantes que puedan influir en nuestro trato con el alumnado. Serán los padres, o tutores legales, los encargados de verificar y rellenar en sus casas dicha información.

DEPARTAMENTO	***EDUCACIÓN FÍSICA***	***MATERIA***	***EDUCACIÓN FÍSICA***	**NIVEL Y CURSO**	**1º ESO**
PRIMER TRIMESTRE					
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN "TÍTULO"	**PRODUCTOS ALUMNADO/ INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**	**PORCENTAJE DE CALIFICACIÓN ASIGNADO**	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN LOMLOE ASOCIADOS**		
CALENTAMIENTO	Dirección de calentamiento/Rúbrica	70%	**1.3.** Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.		
	Trabajo y actitud diaria/ Lista de control	30%	**1.2.** Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural,		

			relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable
CONDICIÓN FÍSICA	Ficha personal reflexión/ Rúbrica	80%	**1.1** Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. **1.4.** Analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción. **1.5.** Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.
	Trabajo y actitud diaria/ Lista de control	20%	**1.2.** Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable
EXPRESIÓN CORPORAL	Producción y representación coreográfica/ Rúbrica	60%	**4.3.** Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.
	Trabajo y esfuerzo diario/ Registro anecdótico	40%	**2.1.** Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

COMPETENCIAS CLAVE ASOCIADAS EN EL TRIMESTRE EN FUNCIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- *Competencia en Comunicación Lingüística.*
- *Competencia Matemática y Competencia en Ciencia, Tecnología e Ingeniería.*
- *Competencia Digital.*
- *Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender.*
- *Competencia Ciudadana.*
- *Competencia Emprendedora.*
- *Competencia en Conciencia y Expresión Cultural*

SEGUNDO TRIMESTRE			
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN "TÍTULO"	PRODUCTOS ALUMNADO/ INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE DE CALIFICACIÓN ASIGNADO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN LOMLOE ASOCIADOS
JUEGOS TRADICIONALES Y DEPORTES ALTERNATIVOS	Trabajo diario/Rúbrica	40%	**3.1.** Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros.
	Ficha investigación juegos/Rúbrica	30%	**4.1.** Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas
	Visual Thinking/Lista de control	30%	**2.3** Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.
CUERDAS	Desafíos individuales y colectivos/Escala numerada de autoevaluación	30%	**2.1.** Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.
	Retos individuales y colectivos/ Rúbrica	30%	**2.2**. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.
	Trabajo y esfuerzo diario/Lista de comprobación	40%	**2.3** Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.
COMPETENCIAS CLAVE ASOCIADAS EN EL TRIMESTRE EN FUNCIÓN DE LOS C.EVA. • *Competencia en Comunicación Lingüística.*			

- *Competencia Matemática y Competencia en Ciencia, Tecnología e Ingeniería.*
- *Competencia Digital.*
- *Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender.*
- *Competencia Emprendedora.*
- *Competencia en Conciencia y Expresión Cultural*

TERCER TRIMESTRE

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN "TÍTULO"	PRODUCTOS ALUMNADO/ INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE DE CALIFICACIÓN ASIGNADO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN LOMLOE ASOCIADOS
PRIMEROS AUXILIOS	Cuestionario/Lista de comprobación	100%	**1.4.** Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.
ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	Creación recorrido de orientación/Escala graduada coevaluación	50%	**5.1.** Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.
	Realización recorrido orientación/Rúbrica	50%	**5.2.** Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.
BALONMANO	Juego real/ Rúbrica	60%	**2.1.** Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.
	Trabajo diario/Lista de control	20%	**3.3** Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de

			cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.
	Trabajo investigación/Lista de control	20%	**4.2.** Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.

COMPETENCIAS CLAVE ASOCIADAS EN EL TRIMESTRE EN FUNCIÓN DE LOS C.EVA.

- *Competencia en Comunicación Lingüística.*
- *Competencia Matemática y Competencia en Ciencia, Tecnología e Ingeniería.*
- *Competencia Digital.*
- *Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender.*
- *Competencia Ciudadana.*
- *Competencia Emprendedora.*
- *Competencia en Conciencia y Expresión Cultural*

Siguiendo los criterios generales de calificación del centro, la calificación mínima para obtener "Suficiente" será del 50 %, "Bien" entre 60% y 69,9%, "Notable" entre 70% y 89,9% y "Sobresaliente" entre 90% y 100% de la adquisición de los criterios de evaluación.
La nota de la evaluación final de junio será la media aritmética de las tres evaluaciones.

Prueba final extraordinaria.

Tras la eliminación de la prueba extraordinaria de septiembre, el departamento de Educación Física ha tomado la decisión de realizar una prueba final de recuperación en el mes de junio, días antes de la celebración de la evaluación final, destinada al alumnado que no obtuviese una calificación positiva (igual o superior al 50% de adquisición de los criterios de evaluación), como resultado de calcular la media de los tres trimestres. Dicha prueba versará sobre los saberes básicos desarrollados en esos trimestres y que hayan sido calificados de manera negativa, ya sea mediante la realización de pruebas de carácter práctico, exámenes teóricos, entrega de trabajos pendientes u otro tipo de pruebas.

Con posterioridad a cada evaluación trimestral, los alumnos que hayan obtenido una calificación negativa recibirán un plan de refuerzo personalizado.
Al alumnado que no supere la materia de Educación Física, pero promocione de curso, se le entregará un informe con los criterios de evaluación no superados y se acompañará de un plan de recuperación con una propuesta de trabajo para superar la materia en el curso siguiente.

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 de programación, salvo que, por motivos médicos debidamente justificados, no pueda realizarlas, en cuyo caso se adaptarán de manera teórica.

- La nota final del trimestre será la media resultante de las notas parciales obtenidas por el alumno en los apartados anteriores, quedando a criterio del profesor la ponderación de cada una de ellas y siendo el alumnado informado previamente. Para la calificación final de junio se aplicará el mismo procedimiento indicado anteriormente, es decir, la media aritmética de las tres evaluaciones ya sea, con una o varias calificaciones obtenidas a través del procedimiento alternativo de evaluación continua.

5. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES

El Decreto 59/2022, de 30 de agosto, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de la Educación Secundaria en el Principado de Asturias, establece que la Educación Secundaria Obligatoria se organizará de acuerdo con los principios de educación común y de atención a la diversidad del alumnado.

Las medidas de atención a la diversidad contempladas en esta programación estarán orientadas a permitir a todo el alumnado el desarrollo de las competencias previsto en el Perfil de salida y la consecución de los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria.

Entendemos por atención a la diversidad el conjunto de actuaciones educativas dirigidas a dar respuesta a las necesidades educativas concretas del alumnado, teniendo en cuenta sus circunstancias y diferentes ritmos de aprendizaje, y se ajustarán a los siguientes principios:

a) Diversidad: reconocer la igual dignidad de todas y todos independientemente de las diferencias percibidas garantizando el desarrollo de todos los alumnos y las alumnas a la vez que una atención personalizada en función de las necesidades individuales.

b) Inclusión: proceso sistémico de mejora e innovación educativa que promueve el acceso, la presencia, la participación y el aprendizaje de todo el alumnado, con particular atención al alumnado más vulnerable a la exclusión educativa o al fracaso escolar.

c) Normalización: en el acceso, participación y aprendizaje evitando la exclusión de las actividades ordinarias de enseñanza aprendizaje. La aceptación de las diferencias individuales y su heterogeneidad contribuye a la normalización.

d) Aprendizaje diferenciado: promoviendo el desarrollo de modos flexibles de aprendizaje, de enseñanza y, de evaluación que posibilite el desarrollo de altas expectativas para todos y todas.

e) Contextualización: creación de entornos accesibles para el aprendizaje de todas las personas en entornos educativos que les permitan desarrollar todo su potencial, no sólo en propio beneficio sino para el enriquecimiento del entorno social y cultural.

f) Perspectiva múltiple: el diseño por parte de los centros docentes se hará adoptando distintos puntos de vista para superar estereotipos, prejuicios sociales y discriminaciones de cualquier clase y para procurar la integración del alumnado.

g) Expectativas positivas: favoreciendo la autonomía personal, la autoestima en el alumnado y en su entorno socio-familiar.

h) Sostenibilidad: comprometiéndose con el bienestar de las generaciones futuras, evitando llevar a cabo cambios no consensuados a corto plazo y con la puesta en marcha de planes y programas que puedan mantener sus compromisos a largo plazo.

i) Igualdad de hombres y mujeres: fomentando la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizando las desigualdades existentes e impulsando una igualdad real.

Partiremos del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), un modelo de enseñanza para la educación inclusiva que reconoce la singularidad del aprendizaje del alumnado y que promueve la accesibilidad de los procesos y entornos de enseñanza y aprendizaje, mediante un currículo flexible, ajustado a las necesidades y ritmos de aprendizaje de la diversidad del alumnado.

Este enfoque didáctico se rige por tres principios basados en múltiples formas de implicación o motivación para la tarea (por qué se aprende), múltiples formas de representación de la información (el qué se aprende) y múltiples formas de expresión del aprendizaje (cómo se aprende), de manera que se conecte con los centros de interés del alumnado, así como con la programación multinivel de saberes básicos del área.

En la búsqueda del diseño universal de aprendizaje (DUA) plantearemos:

Valoración inicial: Un estudio inicial para acercarnos a su realidad en cuanto a diversos factores:

- Experiencias previas. El alumno realizará un cuestionario con el que podremos hacer una aproximación de las distintas actividades realizadas anteriormente, tanto en EF como fuera de ésta y el nivel de progresión alcanzado en ellas. Consideraremos también, aquellos casos en que las experiencias previas puedan haber supuesto un fracaso y hayan provocado un miedo o rechazo hacia la actividad fruto de la falta de éxito.
- Características motrices. Establecer una serie de pruebas físicas, coordinativas y antropométricas de sencilla ejecución que nos permitan valorar las características motrices que le caracterizan.

Utilizar distintas metodologías y estrategias didácticas: el estilo de enseñanza escogido estará condicionado por las características de los contenidos que se van a desarrollar y por el nivel de dominio que sobre ellos tengan nuestros alumnos. En la medida de lo posible, debemos emplear estrategias didácticas que depositen inicialmente en el alumno la responsabilidad de encontrar su respuesta al problema. Esto refuerza su interés y motivación hacia la actividad y permite al alumno un aprendizaje adaptado a sus posibilidades.

Proponer actividades diferenciadas. Las actividades que propongamos deben permitir una graduación, de forma que cada alumno ejecute unas variables en función del momento de aprendizaje en el que se encuentra

Emplear materiales didácticos variados: Utilizar diferentes cargas de trabajo en condición física, distintos tamaños de balón (peso, dureza...), materiales adaptados, visualización de videos, utilización de nuevas tecnologías....

Aspectos de la evaluación: establecer criterios de evaluación graduados y comentarlos con la totalidad de los alumnos al principio de curso y en el transcurso del mismo. En coherencia con lo propuesto sobre los demás aspectos del proceso de enseñanza aprendizaje, los criterios de evaluación deben permitir valorar el aprendizaje del alumno atendiendo a su nivel inicial y a su ritmo de aprendizaje.

Como medidas de carácter ordinario se podrían contemplar los agrupamientos flexibles, los desdoblamientos de grupo, el apoyo en grupos ordinarios, la docencia compartida y los programas individualizados para alumnado que haya de participar en las pruebas extraordinarias.

Durante el presente curso no contaremos con ningún apoyo/agrupamiento flexible en ninguno de los grupos de Educación Física de la ESO, al no tener disponibilidad horaria el departamento.

Siendo centro de referencia para al alumnado con problemas motóricos del concejo de Siero coordinamos nuestras clases con la atención de fisioterapia en el centro. Este alumnado será objeto de una evaluación individualizada buscando alternativas al sistema clásico utilizado en la materia.

ALUMNADO QUE PRESENTA NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES.

De acuerdo 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 afronta barreras que limitan su acceso, presencia, participación o aprendizaje, derivadas de discapacidad o de trastornos graves de conducta, de la comunicación y del lenguaje, por un periodo de su escolarización o a lo largo de toda ella, y que requiere determinados apoyos y atenciones educativas específicas para la consecución de los objetivos de aprendizaje adecuados a su desarrollo.

La identificación, valoración e intervención de las necesidades educativas de este alumnado se realizará de la forma más temprana posible, por profesionales especialistas, de acuerdo con lo que determine la Consejería.

Las adaptaciones en las sesiones de Educación Física se realizarán teniendo en cuenta, básicamente, tres aspectos:

- El medio de aprendizaje, adoptando medidas en el material o en el espacio de práctica.

▪ En la metodología, estableciendo, por ejemplo, medidas en los canales de transmisión de la información (verbal, visual y kinestésico táctil), en la posición del docente durante la sesión o en el estilo de enseñanza.

▪ Y, en la tarea motriz, modificando las reglas, el nivel de exigencia, el tiempo de ejecución o la habilidad motriz.

En este caso, nos referimos 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**. De acuerdo con esto se decidirá si no requiere adaptación, requiere adaptación no significativa o bien requiere adaptación significativa.

Si procede se elaborará una (ACI) y se entregará una copia al D.O. y al tutor. Se realizará un seguimiento y los resultados se anotarán en el propio documento.

La calificación constará en el expediente con la nota más el apartado ACS (p.e.: 5 ACS) cuando la adaptación sea significativa.

CRITERIOS PARA LA ELABORACION DE ACIs

1. Datos generales del alumno.
2. Informe de los trastornos o discapacidades que presenta.
3. Datos del nivel curricular de partida en la asignatura.
4. Estilo de aprendizaje adecuado según el perfil determinado en los informes psicopedagógicos.
5. Aspectos de la programación que se verán afectados (materiales, espacios, sistemas de comunicación, metodología, actividades, objetivos, contenidos, criterios de evaluación, instrumentos de evaluación).
6. los objetivos, contenidos y criterios de evaluación afectados llevarán el item mantener-modificar-eliminar-añadir.
7. Metodología a aplicar.
8. Seguimiento, evaluación y registro.

Los contenidos actitudinales son comunes a todos los alumnos de un mismo nivel, independientemente del nivel curricular que presenten.

A expensas de analizar en profundidad las características y capacidades del alumnado, podemos constatar que ningún alumno de este nivel, requiere de una adaptación curricular significativa durante el presente curso, dada la naturaleza práctica de la asignatura y que gran parte de los alumnos de necesidades educativas especiales, con pequeñas adaptaciones metodológicas en determinados aspectos, especialmente los de contenido teórico, pueden llegar a conseguir las metas propuestas.

ALUMNADO DE ALTAS CAPACIDADES

Previo informe del D.O. las medidas a tomar consistirán en:

- Ampliación y profundización de aspectos del currículo de la asignatura.
- Se le motivará con aspectos teóricos de la asignatura.
- En nuestra materia, debemos tener en cuenta también, aquel alumnado con altas capacidades motrices, tratando de realizar propuestas de ampliación en determinadas actividades prácticas.

ALUMNADO DE INTEGRACION TARDIA EN EL SISTEMA EDUCATIVO

Se tendrán en cuenta las siguientes pautas:

- Evaluación de conocimientos y destrezas que posee.
- Valoración de las posibilidades de consecución de los objetivos de la materia.
- Plan de trabajo autónomo si fuera necesario para el normal seguimiento de las clases.

ATENCIÓN AL ALUMNADO CON NECESIDADES EDUCATIVAS TEMPORALES EN EDUCACIÓN FÍSICA

Podemos considerar esta situación como específica de nuestra área, y distinguiremos en ella, entre aquellos alumnos que están limitados para realizar unas determinadas actividades en un momento puntual y aquellos que no pueden practicar actividad física en general por un largo periodo de tiempo, incluso la totalidad del curso.

En cualquier caso, cuando un alumno tenga un problema que le impida realizar alguna o la totalidad de las actividades propuestas, se solicitará que el alumnado traiga un justificante médico en el que se indique qué tipo de actividad física no puede realizar, y si fuese posible, en el que se indique también, qué actividades puede realizar o incluso fuesen beneficiosas para su recuperación.

A pesar de no poder realizar alguna actividad física, probablemente haya algunas cosas que pueda hacer, por ello puede y debe estar en clase junto con sus compañeros. En la mayoría de los casos, podrán realizar labores de arbitraje o enseñanza recíproca, dirección de actividades para sus compañeros (estiramientos, calentamientos…). Además, en determinadas actividades podrán participar con el resto de sus compañeros (relajación, estiramientos, expresión corporal).

Para sustituir aquellas actividades prácticas que no puedan desarrollar, se pedirá al alumnado la realización de actividades alternativas de manera teórica, análisis de textos, fichas de observación y/o exámenes escritos en función de la duración del problema y de las clases que haya perdido. Estas tareas estarán relacionadas con la materia que estén trabajando en ese momento sus compañeros o con cualquier otra que determine el currículo para ese nivel y ya se haya trabajado o se vaya a desarrollar más adelante.

El profesor de la materia será el encargado de evaluar y calificar estas pruebas que sustituyan a las ordinarias que realice el grupo de referencia. El porcentaje asignado al criterio de evaluación será el mismo que tenía, siempre y cuando sea posible su comprobación mediante estas pruebas

alternativas, y en caso contrario, se modificará su valor, comunicándolo previamente al alumno interesado.

Posibles refuerzos en caso de dificultades de aprendizaje.

Si algún alumno no logra alcanzar los objetivos marcados para alguna de las unidades de programación o situaciones de aprendizaje, 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.

Durante el proceso de evaluación inicial y tras las primeras sesiones de trabajo del presente curso, hemos notado, en general, en casi todos los grupos, una leve disminución en el nivel de condición física, posiblemente motivado por diversas razones, entre ellas la influencia de la pandemia y que muchos alumnos dejasen de practicar deporte, sumado al descanso en época estival. Es por eso, que durante el presente curso será posible que muchos alumnos necesiten de tareas más sencillas o pequeños refuerzos que puedan ayudarles a alcanzar las metas propuestas.

6. PROGRAMA DE REFUERZO PARA ALUMNOS QUE PROMOCIONAN CON MATERIA PENDIENTE

Para los alumnos que promocionen con la materia suspensa, se recabará información de las partes no superadas para determinar aquellas que puedan tener una continuidad en el curso actual y por tanto si son superadas en el actual curso se darán por superadas las del anterior. Si los contenidos o partes no tienen continuidad se determinará la prueba específica para superarlos. En caso de que existan dudas respecto a su calificación, el profesor se reserva el derecho de realizar un examen tanto teórico como práctico basado en los criterios de evaluación con el fin de determinar de forma precisa si el alumno supera o no la materia pendiente. Los alumnos, así mismo deberán presentar todos los documentos, trabajos, etc. realizados a lo largo del año.

El profesor del curso actual determinará el **plan de refuerzo** para superar la materia a lo largo del mismo y será el encargado de valorar la parte práctica. El Jefe del Departamento será quién evalúe el contenido teórico.

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 que le llevaron

a obtener calificación negativa, 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 serán, en principio, 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 Educación Física. En este caso, que se da con mayor frecuencia, se aplicará la programación de forma ordinaria.

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.:_____

ADAPTACIONES METODOLÓGICAS

1º ESO: 3 alumnos

7. CONCRECIÓN DE PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS EN EL ÁREA

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

Las diferentes actividades que se proponen estarán relacionadas con la temática general elegida por el Centro para cada curso, como así se acordó mediante votación de claustro, tratando de abarcar un tema general relacionado con los ODS 2030 y enfocado desde las distintas materias.
En los 2 primeros cursos trataremos de focalizar en la lectura y comprensión de lo leído y en los cursos superiores se tratará de analizar y valorar crítica y reflexivamente.
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. En caso de que algún profesor no haya generado ninguna guardia durante el curso, se pasará la correspondiente actividad del plan durante el último mes del tercer trimestre, para que todos los grupos hayan realizado las actividades correspondientes.

Evaluación.

La actividad realizada con el grupo será valorada dentro de los estándares correspondientes recogidos en la programación.

Los trabajos y/o exámenes escritos tendrán que presentarse sin faltas de ortografía y legibles para su corrección.

DIGITALIZACIÓN E INNOVACIÓN

Desde las clases de Educación Física, 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 de programación, 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 Educación Física 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, cuestionarios…) así como avisos sobre asuntos diversos.

La **posible aplicación de las T.I.C.s** en el curso para las clases de Educación Física 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;
- 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. Algunos posibles usos son: en las prácticas relacionadas con los contenidos de expresión corporal y con situaciones de práctica global en deportes colectivos y de adversario, uso de aplicaciones…

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

PROGRAMA PROA +

El departamento de Educación Física colabora, participa y se beneficia del programa PROA+ de diversas maneras.

Por una parte, algunos miembros del departamento forman parte del equipo impulsor del programa y han recibido formación específica para su implantación en el centro.

Por otro lado, a lo largo del curso, también se impulsan y coordinan actividades formativas dirigidas a este grupo de alumnos que forman parte del programa y que están relacionadas con los saberes básicos propios de la materia y del nivel.

Finalmente, el alumnado participante en este programa utiliza dichas horas para la realización de los trabajos, cuestionarios o actividades de carácter teórico que se plantean en este nivel y/o recibe ayuda a la hora de estudiar para los exámenes teóricos en caso de que se propongan por parte del profesorado. Se ha comprobado que mediante esta ayuda, el rendimiento de dicho alumnado ha mejorado sustancialmente, ya que solía tratarse de un perfil de alumno que mayoritariamente no solía entregar este tipo de tareas.

Además, con la colaboración de nuestro departamento, se podrán desarrollar actividades enmarcadas y financiadas por el PROA y que estén en directa relación con nuestra materia, como puede ser la actividad del "Día Blanco", que ya se realizó el curso anterior.

SECCIÓN BILINGÜE. PROGRAMA HABLE

En este nivel no se imparte la enseñanza de Educación Física a través de la sección bilingüe, restringiéndose únicamente al nivel de 4º de ESO

PROGRAMA DE SALUD

Enmarcado este curso en el Plan de Formación de Centro, el Programa de Salud, guarda una estrecha relación con nuestra materia, y por tanto, todos los miembros del departamento colaboramos de manera activa en su promoción y divulgación.

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 y actividades en los mismos. Este curso se intentará dar otro enfoque al habitual, centrando más las actividades de los recreos en la práctica que en la competición. Se ha organizado una distribución de espacios con sistema rotatorio, para que cada nivel pueda disfrutar de

las instalaciones interiores y exteriores en función del día de la semana. El departamento cederá material deportivo, siempre condicionado a su buen uso y respeto del resto de compañeros e instalaciones.

Por otra parte, se incluirán actividades de manera puntual, como por ejemplo, la organización y realización de una Maratón Solidaria, con el fin de recaudar fondos para una organización benéfica que los alumnos acuerden. Será una actividad en la que participarán todos los alumnos del centro, y en la que mediante relevos de 100 metros, se tratará de rebajar el tiempo del actual récord del mundo de maratón. El alumnado tratará de buscar un "patrocinador" que colabore con la causa solidaria, aportando una cantidad si consigue realizar su vuelta en el tiempo establecido.

Por otra parte, como centro adscrito a la Red de Centros Promotores de la Actividad Física y la Salud, participaremos en todas las actividades que se organicen en este grupo para fomentar la salud y la actividad física.

COEDUCACIÓN

La coeducación en Educación Física exige una igualdad real de oportunidades académicas, profesionales y en general, sociales de manera que nadie, por razones de sexo, parta de una situación de desventaja o tenga más dificultades para alcanzar los mismos objetivos. Podemos decir que, en muchas ocasiones, la coeducación llega a las clases muy «mal educada», por la calle, la familia, las relaciones de pareja y cualquier manifestación social que influye en ella.

Nuestra materia dispone de un potencial enorme para favorecer la **coeducación** porque en ella salen a la luz verdades discriminatorias muchas veces ocultas en otras áreas de conocimiento y que podemos eliminar a la vez que fomentar las correctas. Por ello, intentaremos siempre que sea posible:

- Modificar las reglas, los espacios de juego y los deportes para permitir una participación más equitativa entre chicos y chicas.
- Buscar, confeccionar, inventar materiales alternativos y poco conocidos donde las habilidades de unas y otros partan de un nivel de experiencia motriz más parejo.
- Segregar puntualmente, cuando sea necesario, los grupos y reforzar a chicos y chicas en aquellas actividades en las que muestren más dificultades.
- Desmontar los mitos sobre el determinismo biológico.
- Organizar las tareas de enseñanza-aprendizaje en función de la capacidad de progreso del alumno y no en función de los estereotipos de género.

En cuanto a la metodología, no existe un estilo y método de enseñanza ideal y único para favorecer la igualdad de oportunidades. Sin embargo, para conseguir una mayor integración entre alumnos y alumnas, intentaremos conformar grupos mixtos por el nivel de habilidad y destreza, sin que esto suponga una restricción a otras formas de organización que sean aconsejables en otro momento.

No obstante, y haciendo nuevamente hincapié en la idea anterior, de nada sirve que estén organizados por similar nivel si hay actitudes discriminatorias. Además, el material debe ser lo más variado posible y, sobre todo, utilizar aquellos que no tengan implicaciones sexistas.

La coeducación en Educación Física debe fomentar un modelo educativo donde las intenciones y la finalidad sea el conocimiento corporal y la mejora psicofísica y en consecuencia la mejor calidad de vida, pero educando al alumnado en comportamientos de respeto solidarios y democráticos.

8. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Actividad	Tipo	Fecha estimada	Vinculación con Unidades de Programación
Semana Verde en Sabero-Tuiza	AE	Primera quincena Mayo	Sí. UP 7 AMN
Ruta minera valle Turón	AC	Primavera	Sí. UP 7 AMN
Encuentro CEPAFYS	AC	Mayo-Junio	No

9. METODOLOGÍA, RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS

METODOLOGÍA

Las orientaciones metodológicas deben favorecer un **aprendizaje competencial** que tenga en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado y orientado a favorecer el ejercicio de una **ciudadanía activa**.

Para el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje se implementarán modelos que favorecerán la capacidad del alumnado para **aprender de forma autónoma**, para trabajar en equipo y aplicar los métodos de investigación apropiados.

Debemos ayudar a que el alumnado consolide un estilo de vida activo, asiente el conocimiento de la propia corporalidad, disfrute de las manifestaciones culturales de carácter motriz, integre actitudes eco socialmente responsables o afiance el desarrollo de todos los procesos decisionales que intervienen en la resolución de situaciones motrices.

Abordamos por tanto nuestra materia con un enfoque claramente competencial, que promueva la construcción de aprendizajes basados en la adquisición de las competencias clave en conexión con los retos del siglo XXI, que permita a nuestro alumnado dar respuesta a situaciones, cuestiones y problemas reales de la vida cotidiana

La intervención didáctica en el aula de Educación Física deberá favorecer el desarrollo competencial de nuestro alumnado a través de **procesos de enseñanza-aprendizaje activos, dinámicos y significativos** que faciliten que el alumnado:

- Comprenda e interiorice los conceptos claves y las relaciones entre diferentes elementos propios de la materia.
- Movilice esos saberes básicos y los conecte con la vida cotidiana.
- Relacione los saberes de diferentes materias para abordar problemas complejos.
- Perciba las implicaciones personales y sociales que derivan del conocimiento de la materia.
- Se interese por profundizar en el conocimiento presentado.
- Desarrolle estrategias para seguir aprendiendo sobre la materia, si lo necesita.

En las situaciones de aprendizaje se proponen al alumnado diferentes quehaceres y tareas complejas para las que es recomendable utilizar **estrategias variadas**. Entre estas estrategias se podrían incluir rutinas de pensamiento, clase invertida, pensamiento visual y de diseño, realidad aumentada, gamificación y juegos serios, entre otras.

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.

Intentaremos constantemente **animar a los alumnos** y fijarnos en lo que hacen bien. Esto ayuda a generar en el alumnado un sentimiento de autoestima, de capacidad y de competencia imprescindible para adherirse a la práctica físico-deportiva.

Y, por último, desde **la perspectiva de género**, brindaremos las mismas oportunidades a todo el alumnado considerando su género en la formación, a través de propuestas transversales de inclusión, como agrupamientos por habilidad, 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.

RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS

Los recursos y materiales utilizados en las sesiones de Educación Física cumplen distintas finalidades, siendo las más relevantes las siguientes:

- Son un medio entre la teoría impartida y la práctica deportiva.
- Motivan al alumnado a la hora de realizar las tareas.
- Favorecer la comunicación y comprensión entre el alumnado.
- Son un elemento auxiliar eficaz.

Entendemos los materiales curriculares como aquellos que han sido elaborados con una finalidad explícita, mientras que los recursos didácticos toman su verdadero valor pedagógico en el momento en el que los docentes deciden, desde la metodología, integrarlos en el currículo.

El uso que se haga de unos y otros puede cambiar radicalmente el sentido con el que se concibieron inicialmente, esto es, puede utilizarse material estándar de forma no convencional y material alternativo para introducir prácticas que enfatizan un curriculum tradicional en la forma de enseñarlo y en la interacción profesor-alumno.

Desde nuestra área, utilizaremos los siguientes recursos y materiales didácticos:

- Instalaciones deportivas.
- Material deportivo.
- Equipamiento del alumnado.
- Material de soporte.
- Material impreso.
- Material audiovisual e informático.

Instalaciones deportivas

Incluimos aquí, todos aquellos espacios, lugares, recintos o instalaciones donde se practica o se puede practicar algún tipo de actividad física, deportiva o de tiempo libre.

En nuestro caso disponemos de las siguientes instalaciones propias del centro:

- Pista polideportiva cubierta y cerrada: dimensiones aproximadas de 35x18 metros. Provista de dos porterías, seis canastas, espalderas y postes de voleibol. Con marcaje de campos de fútbol sala/balonmano y voleibol
- Patio exterior: sin forma regular ni marcaje de campos. Dispone de dos canastas y dos mesas de tenis de mesa. Además, el conjunto del patio exterior junto con las zonas verdes constituyen el espacio del mapa usado para la práctica del deporte de orientación.

Por otra parte, también disponemos de la posibilidad de usar las instalaciones deportivas municipales cercanas al centro, entre las que se encuentran:

- Pista polideportiva: con medidas reglamentarias de 40x20 metros y marcaje de varios deportes (balonmano/fútbol sala, baloncesto, tenis, voleibol)
- Sala polivalente: aprox de 20x10 metros. Dotada de espejos y esterillas
- Tatami: espacio acolchado de aproximadamente 10x8 metros

- Sala de usos múltiples: Espacio dotado de material de gimnasio (barras, pesas, balones medicinales, fitballs, TRX)

Además de estas instalaciones, en determinados momentos del curso o en el trabajo de algunos contenidos (condición física, orientación, patinaje) utilizamos la senda del río Nora, cuyo acceso se encuentra muy próximo al centro.

Tanto en el propio centro como en el polideportivo municipal se dispone de un vestuario masculino y otro femenino para el uso por parte del alumnado.

Material deportivo

El conjunto del material deportivo lo componen todos aquellos utensilios, móviles o elementos que se utilizan en las sesiones de Educación física para la realización de las actividades y como vehículo para conseguir que el alumnado alcance los objetivos didácticos propuestos a través de los saberes básicos.

En nuestra área, el material es considerado como un valioso recurso didáctico que está al servicio del profesorado y del alumnado para la realización de las diferentes tareas propuestas, así como para el logro de los objetivos, y este debe estar supeditado a los mismos y no al revés.

El material propio de que dispone el centro es el siguiente:

DEPORTES COLECTIVOS	
Baloncesto	Balones 13. Canastas 8 (6 interiores y 2 exteriores)
Balonmano	14 balones. 2 porterías. 2 juegos de redes
Floorball	28 sticks. 13 pelotas. 25 pares de patines (10 deteriorados)
Fútbol	Balones cuero 12. 2 porterías + redes
Rugby/Flag	2 balones. 16 cinturones flag-football
Voleibol	12 (+25 oficiales del club Voleibol Siero) 3 balones iniciación. 3 juegos de palos y redes
Varios	Pelotas de plástico 8. Pelotas de espuma 6.
DEPORTES INDIVIDUALES	
Atletismo	Testigos 8. Tacos salida 2. Quitamiedos 1 Discos 6 (iniciación). Pesos 4 (3masc+1fem)
Pádel/Palas	22 raquetas pádel iniciación. 24 palas plástico. 12 pelotas pickleball. 16 pelotas pádel
Gimnasia	8 colchonetas (4 deterioradas). 3 pelotas. 7 aros grandes
DEPORTES ALTERNATIVOS	
7 indiacas, 10 frisbees (3 rotos), 2 bates béisbol	
CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD	
4 cronómetros, 12 mancuernas de 1kg, 7 balones medicinales (uno de 5 kg, 4 de 3 kg y 2 de 2 kg), 1 escalera horizontal, 26 espalderas, 11 bancos suecos (6 largos), 8 TRX, 2 Fitballs, 6 bandas elásticas, 18 picas de madera	
JUEGOS DEPORTES TRADICIONALES	
Combas (26 individuales, 4 colectivas) Rana (1 mesa y 10 fichas)	

ACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL
5 Brújulas
MATERIAL DE DEMARCACIÓN
14 conos, 40 setas, 3 gomas elásticas anchas
ACCESORIOS, OTROS
2 Redes separadoras (una rota), 1 cinta métrica, 1 bomba inflar manual, 3 pizarras, 3 redes portabalones, 1 silbato manual, 18 petos (varios colores)

Equipamiento del alumnado

La cantidad de materiales y recursos didácticos disponibles para el desarrollo de las actividades y tareas no es responsabilidad exclusiva del centro educativo a nivel general ni del profesorado a nivel particular. El alumnado debe contribuir, también, con una aportación y, bajo su responsabilidad, con ciertos elementos o materiales para el desarrollo y participación en algunas sesiones.

Con esta aportación, se refiere al equipamiento que debe disponer el alumnado para una correcta práctica físico-deportiva, dentro de este equipamiento hay que considerar:

- La vestimenta deportiva (ropa cómoda, no ajustada, transpirables y adecuada para la realización de ejercicios físicos, zapatillas deportivas).
- Los útiles de aseo e higiene personal, tales como la ropa para el cambio después de las clases, una toalla limpia para el secado corporal y jabón; siendo este material de responsabilidad exclusiva del alumnado.

Material de soporte al profesorado

Las tareas que tienen encomendadas los docentes son múltiples, variadas y diversificadas, que además de las relacionadas con el aprendizaje del alumnado, tienen que ver con aspectos organizativos y de gestión de la asignatura.

El proceso de enseñanza-aprendizaje lleva inherente una serie de tareas que el profesorado debe registrar y que conllevan la necesidad (en muchos casos imprescindible) de utilización de cierto material de soporte.

Algunas de estas tareas son la necesidad de programar, registrar los datos del alumnado, evaluar, controlar la asistencia, etc. Todo ello, hace necesaria la utilización de una serie de materiales y recursos que faciliten estas tareas.

Estos materiales de soporte los dividimos en función de los siguientes criterios:

- Documentos que archivan datos e informaciones: control de asistencia a clase, cuaderno de evaluación, escalas de clasificación, registro personal del alumnado, ...
- Documentos que trasmiten información: boletín de información a los padres, informes médicos, comunicaciones del profesorado, autorizaciones,…

Tanto unos como otros pueden desarrollarse en formato físico de papel, o a través de medios informáticos o aplicaciones (Idoceo, Additio, Tokapp...)

Material impreso

En nuestro caso, no disponemos de libro de texto de la materia en ninguno de los niveles de la ESO ni en el Bachillerato, pero, sin embargo, en determinados momentos del curso o para algunos contenidos específicos, se entregan fichas o textos que complementan la información dada por el profesor en las clases.

En muchas ocasiones, este tipo de material es utilizado en las tareas de guardia cuando a un profesor le resulta imposible su asistencia a clase.

Material audiovisual e informático

Los recursos audiovisuales e informáticos aparecen como verdaderos e imprescindibles materiales y recursos didácticos, hoy en día, para todas las áreas en general.

En Educación Física, algunos de estos recursos son utilizados en ocasiones puntuales como pueden ser la utilización de videos para explicar o mostrar ejemplificaciones de contenidos al alumnado, y otros, se utilizan de una manera más sistemática y continuada como puede ser el uso de internet para la confección de los trabajos monográficos.

Este conjunto de elementos se puede clasificar en cuatro apartados diferentes:

- Aparatos audiovisuales: equipo de música, ordenador o proyector entre otros.
- Soportes audiovisuales: videos, presentaciones...
- Recursos musicales: música adecuada para cada momento de la programación.
- Recursos informáticos: Programas informáticos de ayuda y educativos, internet, web del centro, correo, Teams..

El departamento dispone de un altavoz amplificador en buen estado, y otro equipo de audio actualmente sin funcionamiento. Además, se dispone de una pantalla de proyección para la que se ha solicitado la adquisición de un cañón portátil.

10. INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN Y DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE

La evaluación de la aplicación y desarrollo de la programación docente tendrá lugar, al menos después de cada evaluación de aprendizaje del alumnado y con carácter global al final de cada curso. Nos ayudará a reflexionar sobre nuestra práctica docente para detectar dónde se localizan las desviaciones y como consecuencia introducir las medidas que se estimen oportunas.

El seguimiento de la programación se realizará mensualmente. Al finalizar cada evaluación se hará un análisis de los resultados académicos del curso, de modo que se propongan las medidas de refuerzo necesarias, y al finalizar el curso, en la memoria final del departamento, se propondrán medidas de mejora y cambios pertinentes para el curso siguiente.

Para realizar el seguimiento se generarán una serie de indicadores de logro de manera que el docente pueda comprobar de una manera rápida si la efectividad y funcionalidad obtenida es la planificada.

INDICADORES DE LOGRO DE LA PROGRAMACIÓN (AUTOEVALUACIÓN)

	INDICADORES DE LOGRO	1	2	3	4
PLANIFICACIÓN	Realizo la programación de mi actividad educativa teniendo como referencia la programación docente.				
	He adaptado la programación a las características y necesidades específicas del alumnado				
	Planteo tareas de aprendizaje que implican claramente los resultados de aprendizaje que el alumnado debe alcanzar.				
	Planifico las clases de modo flexible, preparando actividades y recursos ajustados lo más posible a las necesidades e intereses de los alumnos.				
	Establezco, de modo explícito, los criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación, co-evaluación y autoevaluación.				
METODOLOGÍA	Activo los conocimientos previos del alumnado antes de empezar con una unidad y mantengo su interés partiendo de sus experiencias, con un lenguaje claro y adaptado.				
	Facilito la adquisición de nuevos saberes intercalando preguntas aclaratorias, sintetizando, ejemplificando, etc.				
	Planteo situaciones, actividades significativas y tareas variadas, que aseguran la adquisición de los objetivos/resultados de aprendizaje previstos y las habilidades y técnicas cooperativas básicas.				
	Adopto distintos agrupamientos en función de la tarea a realizar, controlando el clima de trabajo.				
	Doy información al alumnado de los progresos conseguidos así como de las dificultades encontradas y cómo pueden mejorarlas.				
	Propongo actividades que favorecen el aprendizaje autónomo (búsqueda de información, trabajos, investigaciones…).				
	Distribuyo el tiempo de las sesiones de forma adecuada.				
EVALUACIÓN	Realizo una evaluación inicial a principio de curso.				
	Utilizo los criterios de evaluación cómo referente para evaluar las tareas y actividades realizadas por el alumnado.				
	Utilizo instrumentos de evaluación variados y ajustados a las tareas planificadas.				
	He ajustado los criterios de calificación a la tipología de las tareas planificadas.				
	He dado a conocer los criterios de evaluación y los criterios de calificación				

DIVERSIDAD	Se adoptan medidas con antelación para conocer las dificultades de aprendizaje.				
	Se ha ofrecido respuesta a las diferentes capacidades y ritmos de aprendizaje.				
	Las medidas y los recursos ofrecidos han sido suficientes.				
	Se aplican las medidas extraordinarias acordadas por el equipo docente				

PROPUESTAS DE MEJORA Y OBJETIVOS A TRABAJAR PARA EL PRÓXIMO CURSO

Evaluación de la programación y de la práctica docente basado en:			
☐Resultados académicos	☐Cuestionarios o encuestas	☐Rúbricas	☐Otros:
Propuestas de mejora:			