

IES EL ESCORIAL



**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA
EDUCACIÓN FÍSICA**

DEL DEPARTAMENTO DE

Curso 2017-2018

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN Y ASPECTOS GENERALES.....	4
1. Composición y organización del departamento.....	4
2. Etapas y materias impartidas por el departamento y distribución de las materias entre el profesorado del departamento.....	4
3. Acuerdos comunes y objetivos del departamento para este curso.....	4
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO PARA LA ETAPA ESO	5
A) ASPECTOS GENERALES DE PROGRAMACIÓN DE LAS MATERIAS DEL DEPARTAMENTO EN LA ETAPA ESO.....	5
1. Contribución de las materias del departamento a los objetivos generales y las competencias básicas en la etapa.....	5
2. Aspectos didácticos y metodológicos de las materias del departamento en la etapa.	10
3. Tratamiento de la diversidad, medidas de atención y adaptaciones curriculares en la etapa.	11
4. Tratamiento de elementos transversales en la etapa: comprensión lectora, expresión oral y escrita, comunicación audiovisual, manejo de tecnologías de información y comunicación, educación cívica, etc.	13
5. Materiales y recursos didácticos en la etapa.	14
6. Actividades extraescolares y complementarias de las materias del departamento en la etapa.	14
7. Criterios, procedimientos e instrumentos generales de evaluación y calificación de las materias del departamento en la etapa.	17
7.1. Criterios y procedimientos de evaluación y calificación durante el curso en evaluación continua, para aquellos a los que no se les pueda aplicar ésta, y criterios generales de la prueba extraordinaria en la etapa.....	21
7.2. Medidas de apoyo y/o refuerzo educativo a lo largo del curso en la etapa.....	23
7.3. Sistemas generales de recuperación de las materias del departamento pendientes de cursos anteriores en la etapa.....	24
B) PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE LAS MATERIAS DE LA ETAPA ESO.....	26
PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE DEPORTE 1º y 3º ESO	26
1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias de la materia.....	26
2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia.....	28

PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO.....	31
1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias de la materia.....	31
2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia (si procede)	33
3. Otros aspectos específicos para la materia no recogidos en el apartado de aspectos generales	35
PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO.....	36
1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias de la materia.....	36
2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia (si procede)	38
3. Otros aspectos específicos para la materia no recogidos en el apartado de aspectos generales	40
PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO.....	41
1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias de la materia.....	41
2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia (si procede)	42
3. Otros aspectos específicos para la materia no recogidos en el apartado de aspectos generales	45
PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE EDUCACIÓN FÍSICA 4º ESO.....	46
1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias de la materia.....	46
2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia (si procede)	47
3. Otros aspectos específicos para la materia no recogidos en el apartado de aspectos generales	49
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTOS PARA LA ETAPA BACHILLERATO	50
A) ASPECTOS GENERALES DE PROGRAMACIÓN DE LAS MATERIAS DEL DEPARTAMENTO EN LA ETAPA BACHILLERATO.....	50
1. Contribución a la consecución de los objetivos generales del Bachillerato	50
2. Contribución a la consecución de las competencias.....	50
3. Aspectos didácticos y metodológicos del área en Bachillerato	55
4. Medidas de atención a la diversidad en Bachillerato	56
5. Materiales y recursos didácticos en Bachillerato.....	57
6. Actividades extraescolares y complementarias	58

7. Criterios y procedimientos generales de evaluación y calificación en Bachillerato	59
7.1. Criterios generales de calificación durante el curso y procedimientos de recuperación de evaluaciones o partes pendientes.....	59
7.2. Actividades de evaluación para los alumnos que pierden el derecho a la evaluación continua.....	61
7.3. Procedimientos y actividades de recuperación para alumnos con materias pendientes de cursos anteriores.....	61
7.4. Pruebas extraordinarias de julio	61
B) PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE LAS MATERIAS DE LA ETAPA BACHILLERATO.....	62
PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 1º DE BACHILLERATO	62
1. Objetivos de la materia	62
2. Contenidos. Secuencialización y temporalización por evaluaciones.	62
3. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.....	65
4. Criterios específicos de evaluación, calificación y recuperación en la materia	65
INVENTARIO DE MATERIAL	68
ESQUEMA DE CONTENIDOS PARA ESO Y BACHILLERATO	70

INTRODUCCIÓN Y ASPECTOS GENERALES

1. Composición y organización del departamento

Las profesoras del departamento de Educación Física en el curso actual 2017-18 son:

Antonio Torres Tur. Profesor habilitado en inglés.

África Quiroga Alonso. Profesora habilitada en inglés y jefa de estudios.

Alberto Vidal Estellés. Profesor habilitado en inglés y jefe de departamento

2. Etapas y materias impartidas por el departamento y distribución de las materias entre el profesorado del departamento

Este departamento imparte la materia de Educación Física en todos los grupos y niveles de la Etapa de Secundaria Obligatoria y en el primer curso del Bachillerato. La materia es impartida en inglés en todos los grupos de E.S.O. y en español en Bachillerato.

Este año se añade la optativa de Deporte en los cursos de 2º y 3º de la ESO.

El reparto de materias entre los profesores del departamento es el siguiente:

- D. Alberto Vidal Estellés 2º Eso (A, B, C y PM), 3º ESO (B y C) 4 ESO (A), BACH (A y B) y Optativa (Deporte 2º ESO). Jefe de Departamento. Secretario CCP.
- Dña. África: todos los grupos de 1º (A, B, C, D), Optativa (Deporte 2º ESO Y 3º ESO). Dirección Jefatura de Estudios
- D. Antonio Torres Tur, Profesor con vacante de media jornada: 2º ESO C/PM, 3º ESO A Y 4º ESO (B, C y D).

3. Acuerdos comunes y objetivos del departamento para este curso

Este departamento pretende conseguir durante el presente curso que los alumnos sean capaces de:

- Realizar actividades físicas, deportivas y recreativas con un nivel de autonomía aceptable en su ejecución.
- Diseñar y realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que tengan escaso impacto ambiental, contribuyendo a su conservación y mejora.
- Conocer y utilizar técnicas básicas de relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y/o en la práctica físico-deportiva.
- Valorar, diseñar y practicar actividades rítmicas con una base musical como medio de comunicación y expresión creativa.
- Fomentar el uso activo de su tiempo de ocio.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO PARA LA ETAPA ESO

A) ASPECTOS GENERALES DE PROGRAMACIÓN DE LAS MATERIAS DEL DEPARTAMENTO EN LA ETAPA ESO

1. Contribución de las materias del departamento a los objetivos generales y las competencias básicas en la etapa.

La materia de Educación Física contribuirá a la consecución de los objetivos generales de la etapa de la ESO según la legislación LOMCE (Decreto 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria.

La Educación Física contribuye en mayor o menor medida a los objetivos propuestos en ambos currículos, aunque estrechamente relacionado con nuestra materia son los siguientes:

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

Por tanto, para contribuir a la consecución de los objetivos generales de etapa, la enseñanza de la Educación Física tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

Participar y colaborar de manera activa, con regularidad y eficacia, en las actividades programadas, con independencia del nivel de habilidad y capacidad personal y valorando los aspectos de relación que fomentan; mostrando una actitud de respeto y tolerancia hacia todos los miembros de la comunidad educativa.

Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contraindicaciones que presenta la práctica habitual y sistemática de la actividad física a lo largo de la vida, en el desarrollo personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida y salud, individual y colectiva.

Aumentar las propias posibilidades de rendimiento motor mediante la mejora de las capacidades, tanto físicas como motrices, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación personal.

Mejorar las capacidades de adaptación motriz a las exigencias del entorno y a su variabilidad.

Planificar actividades que permitan satisfacer las necesidades personales en relación a las capacidades físicas y habilidades específicas a partir de la valoración del nivel inicial.

Conocer el cuerpo y sus necesidades, adoptando una actitud crítica y consecuente frente a las actividades dirigidas a la mejora de la condición física, la salud y la calidad de vida, haciendo un tratamiento diferenciado de cada capacidad.

Reconocer, valorar y utilizar el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa, diseñando y practicando actividades rítmicas con y sin una base musical adecuada.

Reconocer el medio natural como espacio idóneo para la actividad física, y discriminar aquellas prácticas que pueden causarle cualquier tipo de deterioro.

Recuperar y comprender el valor cultural de los juegos y deportes populares y recreativos, como elementos característicos de nuestra cultura que hace falta preservar: practicarlos con independencia del nivel de habilidad personal y colaborar con la organización de campeonatos y actividades de divulgación.

Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad.

Conocer las posibilidades que el entorno ofrece (espacios, equipamientos e instalaciones) para la práctica de actividad física deportiva.

Conocer y utilizar técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas durante la actividad cotidiana y/o en la práctica de actividades físicas deportivas.

Conocer y practicar actividades y modalidades deportivas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución.

COMPETENCIAS CLAVE

En el área de Educación Física incidiremos en el entrenamiento de todas las competencias de manera sistemática haciendo hincapié en los descriptores más afines al área.

Competencia matemática y competencias clave en ciencia y tecnología

El aprendizaje de la Educación Física va a contribuir al desarrollo de esta competencia en la medida en que contextualiza la resolución de problemas en situaciones cotidianas. Las situaciones que plantea, pueden desarrollarse con la realización de cálculos, la utilización de números, interpretando informaciones, datos, argumentaciones y realizando razonamientos de lógica matemática sobre orden, secuencias, cantidades, distancias...

Además, la adquisición de hábitos saludables por medio de la práctica física y la posibilidad de su realización en el entorno natural, hacen de la Educación Física un elemento fundamental para el tratamiento de esta competencia.

Los descriptores que trabajaremos fundamentalmente serán:

- Desarrollar y promover hábitos de vida saludable en la alimentación y ejercicio físico.
- Reconocer la importancia de la ciencia en nuestra vida cotidiana.
- Interactuar con el entorno natural de manera respetuosa.
- Manejar los conocimientos sobre ciencia y tecnología para solucionar problemas, comprender lo que ocurre a nuestro alrededor y responder preguntas.
- Aplicar estrategias de resolución de problemas a situaciones de la vida cotidiana.

Comunicación lingüística

El aprendizaje y práctica de la Educación Física precisa de intercambios comunicativos que favorezcan la transmisión de información de manera eficaz, contribuyendo a su vez a la adquisición del vocabulario propio del área.

Entrenar los descriptores indicados nos garantiza una mayor comprensión por parte del alumnado, esto nos lleva a un conocimiento profundo y a adquirir con gran destreza aquello que nos proponemos.

Los descriptores que priorizaremos serán:

- Comprender el sentido de los textos escritos y orales.
- Expresarse oralmente con corrección, adecuación y coherencia.
- Respetar las normas de comunicación: turno de palabra, escucha atenta al interlocutor...
- Manejar elementos de comunicación no verbal.

En caso de centros bilingües o plurilingües que impartan la asignatura en otra lengua:

- Mantener conversaciones en otras lenguas sobre temas cotidianos en distintos contextos.
- Producir textos escritos de diversa complejidad para su uso en situaciones cotidianas.
- Utilizar los conocimientos sobre la lengua para buscar información.

Competencia digital

La Educación Física favorece el desarrollo de una actitud crítica hacia los mensajes y estereotipos referidos al cuerpo y su imagen, procedentes de los medios de comunicación de masas y de las redes sociales.

A su vez, el uso de aparatos tecnológicos para medir diferentes variables asociadas a la práctica deportiva y la búsqueda de información a través de medios digitales, permitirá el desarrollo de los siguientes descriptores competenciales:

- Emplear distintas fuentes para la búsqueda de información.
- Seleccionar el uso de las distintas fuentes según su fiabilidad.
- Elaborar información propia derivada de la obtenida a través de medios tecnológicos.
- Comprender los mensajes que vienen de los medios de comunicación.
- Utilizar los distintos canales de comunicación audiovisual para transmitir información.
- Manejar herramientas digitales para la construcción de conocimiento.
- Actualizar el uso de las nuevas tecnologías para mejorar el trabajo y facilitar la vida diaria.

Conciencia y expresiones culturales

Por medio de la Educación Física el alumnado se acerca puede explorar y utilizar su propio cuerpo y su movimiento como medio para la expresión de ideas o sentimientos de manera creativa.

Además, aprende a apreciar manifestaciones culturales y artísticas en general y a la visión que se ha tenido de ellas o de conceptos como la estética o la belleza a través de las diferentes culturas y religiones.

Para ello, en esta área, trabajaremos los siguientes descriptores de la competencia:

- Valorar la interculturalidad como una fuente de riqueza personal y cultural.
- Apreciar la belleza de las expresiones artísticas y las manifestaciones de creatividad.
- Elaborar trabajos y presentaciones con sentido estético.
- Mostrar respeto hacia el patrimonio cultural mundial.

Competencias sociales y cívicas

Las actividades físicas, fundamentalmente las que se realizan de forma colectiva, contribuyen al desarrollo de actitudes de integración y respeto, así como a generar situaciones de convivencias, cooperación y solidaridad.

El respeto a las normas y reglas del juego tendrán una transferencia directa hacia el reconocimiento de los códigos de conducta que rigen la convivencia ciudadana.

Así mismo, la resolución de conflictos propios de situaciones competitivas ayudará a desarrollar aspectos como la negociación o el diálogo.

Esta área contribuirá a la reflexión crítica a cerca de fenómenos sociales como el deporte-espectáculo que, en ocasiones puede generar situaciones de violencia o contrarias a la dignidad humana, así como el acercamiento al deporte popular como medio para desarrollar el asociacionismo y las iniciativas ciudadanas.

Los descriptores que entrenaremos son los siguientes:

- Aplicar derechos y deberes de la convivencia ciudadana en el contexto de la escuela.
- Desarrollar capacidad de diálogo con los demás en situaciones de convivencia y trabajo.
- Mostrar disponibilidad para la participación activa.
- Concebir una escala de valores propia y actuar conforme a ella.
- Reconocer riqueza en la diversidad de opiniones e ideas.
- Evidenciar preocupación por los más desfavorecidos y respeto.
- Involucrarse o promover acciones con un fin social.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Esta materia contribuye a fomentar la autonomía e iniciativa personal en la medida en que se utilizan procedimientos que exigen planificar, evaluar distintas posibilidades y tomar decisiones. El liderazgo a la hora de contagiar entusiasmo o delegar funciones en los compañeros será la clave a la hora de desarrollar actividades de equipo. Las situaciones deportivas llevarán al alumno a tomar decisiones en las que la asunción de riesgos y la aceptación de responsabilidades serán inevitables.

Los descriptores que entrenaremos son:

- Asumir las responsabilidades encomendadas y dar cuenta de ellas.
- Gestionar el trabajo del grupo coordinando tareas y tiempos.

- Ser constante en el trabajo, superando las dificultades.
- Gestionar el trabajo del grupo, coordinando tareas y tiempos.
- Priorizar la consecución de objetivos grupales sobre los personales.
- Dirimir la necesidad de ayuda en función de la dificultad de la tarea.
- Mostrar iniciativa personal para iniciar o promover acciones nuevas.

Aprender a aprender

La actividad física propia de esta área favorece la construcción del autoconcepto por medio de la aceptación de las propias posibilidades y carencias, partiendo del aprendizaje motor para su transferencia a actividades motrices más complejas.

El establecimiento de metas alcanzables, cuya consecución generará autoconfianza, ayudará a fortalecer un equilibrio emocional en el alumno que favorezca el desarrollo de herramientas para estimular el pensamiento y la planificación y evaluación de sus propios aprendizajes por medio de la metacognición.

Los descriptores que entrenaremos son:

- Identificar potencialidades personales como aprendiz: estilos de aprendizaje, inteligencias múltiples, funciones ejecutivas...
- Gestionar los recursos y motivaciones personales a favor del aprendizaje.
- Generar estrategias para aprender en distintos contextos de aprendizaje.
- Aplicar estrategias para la mejora del pensamiento creativo, crítico y emocional.
- Evaluar la consecución de objetivos de aprendizaje.
- Tomar conciencia de los procesos de aprendizaje.

2. Aspectos didácticos y metodológicos de las materias del departamento en la etapa.

Los estilos de enseñanza a emplear variarán en función de las situaciones y de los tipos de contenidos. A veces, la instrucción directa será obligada por los excesivos contenidos técnicos, y otras nos interesará menos, favoreciendo el proceso de elaboración, aplicándose a tal efecto el procedimiento de búsqueda.

Los métodos de enseñanza se presentan con una estrategia global, analítica y mixta.

Cada objetivo puede contener una metodología y una progresión diferente según los específicos resultados que se vayan obteniendo. Ejemplos: ejercicios específicos de trabajo de un músculo o grupo muscular se presentan con una técnica de instrucción directa y con un método de estrategia analítica.

La presentación de un deporte se realiza con una estrategia global y una técnica de enseñanza de resolución de problemas.

En ejercicios de expresión corporal se utiliza la enseñanza mediante la búsqueda, de libre exploración y descubrimientos guiados.

El desarrollo de una clase o sesión seguirá los principios fundamentales de progresión, dificultad, intensidad y motivación:

- Riguroso control de asistencia
- Presentación de la tarea a realizar
- Calentamiento dirigido por el profesor o alumno
- Desarrollo de una o varias cualidades físicas
- Desarrollo del objetivo específico de la sesión
- Vuelta a la calma o relajación.

Se tendrán en cuentas otros valores educativos como: posibilitar las aportaciones individuales de los alumnos, responsabilidad en cuanto al manejo del material didáctico, diferenciación de niveles de enseñanza en los casos necesarios y estructuración en subgrupos y desarrollo de la sesión mediante un clima de trabajo positivo y de respeto hacia los demás.

3. Tratamiento de la diversidad, medidas de atención y adaptaciones curriculares en la etapa.

Teniendo en cuenta que lo establecido en el plan de atención a la diversidad para alumnado con dificultades de aprendizaje o para alumnos con altas capacidades, la organización y contenidos de desdobles, agrupamientos flexibles, apoyos y o profundizaciones no existe en la asignatura de Educación Física, nos hemos visto desde siempre obligados a diversificar en cada uno de los casos de impedimento físico, que se nos presenta a corto o largo plazo.

Es difícil diversificar cuando en los partes médicos no se especifica la dolencia y el tipo de ejercicio que se le impide realizar. En estos casos si el médico sólo se limita a escribir reposo deportivo y periodo de duración nosotros nos vemos obligados a sentar al alumno intentando que siga el aprendizaje sólo con la explicación y la observación. A estos alumnos se les examinará de los mismos contenidos que al resto de sus compañeros cuando el período de reposo finalice y estén preparados para realizarlos. El profesor en cada caso ofrecerá la ayuda necesaria para que el alumno tenga el tiempo y las herramientas que le permitan superar la prueba si la prepara.

Aquellos alumnos/as que presenten alguna dolencia o enfermedad que implique ausencia de actividad física total o relativa deberán presentar un certificado médico oficial que

especifique la recomendación de NO realizar actividad física o especificar el tipo de actividad física que NO le conviene realizar al alumno/a. Cuando en el parte médico sí se especifique incapacidad pero no venga pautado reposo deportivo total y absoluto, el profesor adaptará las tareas que considere que el alumno puede realizar evitando así su desentrenamiento y procurando siempre los medios necesarios para que el alumno se ejercite sin riesgo para su dolencia, lesión o enfermedad. Recordemos que la figura del alumno/a exento no existe en la legislación actual.

Si llegado el momento del examen la incapacidad o disminución de capacidad persiste se le adaptarán las pruebas a lo trabajado durante las clases y se le calificará con las pruebas adaptadas.

En el caso de lesiones de larga duración la adaptación se realizará desde el principio de curso en las actividades que afecten negativamente a dichas dolencias. Será rigurosamente obligatorio que el profesor de Educación Física sea verbalmente informado por el alumno, los padres y / o Jefatura de Estudios. En segundo lugar, el alumno tendrá que dejar constancia del problema en la ficha que rellenan al principio de curso en la sesión de tutoría y, por último, y no menos sino más importante, deberá de entregarse cuanto antes la fotocopia del certificado o parte médico con el diagnóstico que será archivada en el departamento y tratada con la máxima confidencialidad.

El departamento de Educación Física no se hace responsable de problemas que puedan surgir de la práctica de las actividades físicas, cuando ésta perjudique o empeore las dolencias y/ o enfermedades del alumno, si anteriormente no se ha tenido la información médica necesaria del impedimento para realizar la actividad.

En cuanto a los alumnos exentos de práctica se tendrá en cuenta que todos los alumnos, que por circunstancias de salud no puedan realizar la práctica de la asignatura total o parcialmente, deben acudir a clase, con ropa deportiva y materiales adecuados para la toma de datos teóricos o realización de fichas o tareas teóricas establecidas, para entregar al profesor cuando lo disponga. También cooperará prestando su ayuda para otras actividades como arbitrajes, anotaciones, exámenes. Cuando sea posible se le adaptará la tarea.

Su calificación estará basada en los siguientes apartados, valorando el peso específico de cada uno de ellos, según las circunstancias de cada alumno en particular realización de exámenes escritos, realización de preguntas orales, entrega puntual de trabajos, valoración de su actitud y examen práctico a las posibilidades de cada alumno.

Con respecto a las adaptaciones curriculares, distinguimos:

a) Adaptaciones generales de acceso al currículo de los alumnos con NEE derivadas de su deficiencia psíquica:

Seguirán la programación ordinaria junto a sus compañeros, en la medida de sus posibilidades. En los casos donde el nivel curricular esté por debajo de 3º de primaria,

estarán exentos de la parte teórica. Se les valorará especialmente la actitud y la asistencia. Las pruebas de conocimiento de conceptos y / o de aptitud física se adaptarán en la medida de lo posible.

b) Adaptaciones Generales de Acceso al currículo de los ACNEES derivadas de su deficiencia motórica: seguirán una adaptación curricular significativa, con los objetivos específicos de la fisioterapia y la realización de un trabajo sobre el deporte que interese. Realizaran las tareas adaptadas junto con el resto de sus compañeros con el apoyo de la fisioterapeuta y fisioterapia en las sesiones de Educación Física que considere oportuno el profesor. Se les valorará el trabajo escrito y el desarrollado en las sesiones de educación física y fisioterapia.

Siempre se intentará realizar adaptaciones de acceso a las actividades extraescolares con el apoyo de los profesores de pedagogía terapéutica, el estudio de las posibilidades y alternativas a las diferentes actividades, la previsión de transporte adaptado

4. Tratamiento de elementos transversales en la etapa: comprensión lectora, expresión oral y escrita, comunicación audiovisual, manejo de tecnologías de información y comunicación, educación cívica, etc.

Desde la materia de Educación Física, se intenta educar las capacidades motrices de los alumnos. Ello supone desarrollar destrezas y habilidades instrumentales que perfeccionen y aumenten su capacidad de movimiento, profundizar en el conocimiento de la conducta motriz como organización significativa del comportamiento humano y asumir, actitudes, valores y normas con referencia al cuerpo y a la conducta motriz. La enseñanza en esta área implica mejorar tanto las posibilidades de acción de los alumnos y como propiciar la reflexión sobre la finalidad, sentidos y efectos de la acción misma.

La comprensión de la conducta motora no puede aislarse de la comprensión del propio cuerpo como elemento presente en la experiencia de las personas e integrado en la vivencia personal. Asimismo, la educación a través del cuerpo y del movimiento no puede reducirse tan solo a los aspectos motrices o perceptivos, sino que implica, además, aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognoscitivos. El cuerpo está presente en la totalidad de la experiencia de las personas. Todas las áreas se hallan comprometidas en el desarrollo de las capacidades motrices. El planteamiento general de la Educación Física reconoce el cuerpo y el movimiento como ejes básicos de la acción educativa. La pretensión es que el alumno aprenda a conocer su cuerpo y utilice las posibilidades de movimiento de una forma responsable, ayudándole a adquirir los conocimientos, destrezas, actitudes y hábitos que le permitan sus condiciones de calidad de vida y salud, así como disfrutar y valorar las posibilidades de ámbito motriz como medio de enriquecimiento personal y de relación social.

La obtención de hábitos reglados a través del cuerpo es uno de los objetivos prioritarios de la E.S.O., para ello no solo será la practica continuada de actividades físicas sino la vinculación de estas a actitudes, valores, normas y conocimientos que guíen el desarrollo personal de los alumnos, lo que nos permitirá alcanzar estos objetivos.

Enseñaremos los mecanismos que posibiliten al alumno a través del ejercicio físico, la relajación y la merma de tensiones entroncadas en una sociedad que lejos de mejorar la calidad de vida de sus ciudadanos, fomenta actitudes sedentarias que determinan un envejecimiento prematuro de la población y unos hábitos de conducta que deterioran en gran manera la calidad de vida de nuestra sociedad.

El área de Educación Física está proporcionando constantemente a los alumnos situaciones en las que tienen que mostrar la tolerancia, el respeto mutuo y hacia ellos mismos, la aceptación de las diferencias entre ellos, la asimilación de sus limitaciones y capacidades, el afán de superación, vencer situaciones de stress psicológico y físico. El respeto por el material, las instalaciones y la naturaleza, la higiene postural, la vida saludable y la cooperación.

5. Materiales y recursos didácticos en la etapa.

El instituto cuenta con:

Un gimnasio cubierto con pista polideportiva en su interior suficiente para albergar una sola clase. Destacar que es insuficiente para compartir dos clases diferentes dadas las ratios que en algunos casos llega a los 33 alumnos/as (Bachillerato).

Dos pistas exteriores con porterías ambas y una de ellas con dos canastas de baloncesto. Desde aquí sugerimos y solicitamos la instalación de más canastas de baloncesto dada su viabilidad espacial que facilitaría el desarrollo de las actividades deportivas en estos grupos con tan elevada ratio.

Colchonetas.

Dos plintos.

Bancos suecos.

Material deportivo fungible adjuntado en el anexo I

6. Actividades extraescolares y complementarias de las materias del departamento en la etapa.

Debido a que en el currículo oficial de la Comunidad de Madrid aparecen contenidos de actividades en la naturaleza y es obvio que debe ser tratado en su amplia mayoría en el exterior, el departamento de Educación Física considera la necesidad de realizar tantas salidas fuera del centro como sean necesarias para alcanzar los objetivos del currículo. De acuerdo con los objetivos generales de etapa y de la asignatura de Educación Física hemos elaborado un programa de actividades en la naturaleza que claramente contribuyen a la consecución de los mismos.

Este programa busca también enriquecer la asignatura dándole además a los alumnos la oportunidad de conocer otras modalidades deportivas que no se pueden desarrollar en el

instituto, fomentando el uso saludable del tiempo de ocio y conociendo entornos accesibles en los que se pueden desarrollar las actividades disfrutando de la naturaleza.

Dada la naturaleza complementaria al currículo de esta materia consideramos obligatoria la participación de los alumnos/as a estas actividades, por lo tanto, los alumnos/as que por motivos justificados no las realicen deberán presentar un trabajo escrito relativo a dicha actividad que el profesor especificará en cada uno de los casos, así como un justificante del que el profesorado determinará si justifica la no realización de la actividad

Las actividades extraescolares y complementarias propuestas para esta etapa contribuyen a la consecución de los objetivos generales establecidos para la etapa de la ESO y los objetivos generales de la materia.

1 ESO	2 ESO	3 ESO	4 ESO
EDUCACIÓN FÍSICA			
-SENDERISMO -ESQUÍ 5 DIAS -GOLF -CROSS -SENDERISMO MCO *MADRID COMUNIDAD OLÍMPICO EN TODOS LOS CURSOS SEGÚN ASIGNEN ACTIVIDADES	-ESCALADA AMAZONIA -SEMANA DE ESQUÍ -CROSS -LUCHA	-ACTIVIDAD ACUÁTICA -CROSS -SNOW 1 DIA -ORIENTACIÓN -PIRAGÜA	-PATINAJE HIELO -MONOGRÁFICO ESCALADA -SNOW 1 DIA -ESPELEOLOGÍA
DEPORTE			
	- GOLF - ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA	- GOLF - ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA	

Cross escolar de la Comunidad de Madrid, primera carrera en Galapagar. Dirigida a alumnos/as de 1º a 4º de la ESO. Esta actividad tendrá continuidad en los siguientes trimestres, en función de los alumnos que se clasifiquen para las siguientes fases.

Actividades del Programa Madrid Olímpico, quedando a la espera de los que nos concedan.

Viaje de esquí a Cerler con una duración de cinco días. Para todos los niveles educativos que cursan la materia, de 1º y 2º de la ESO. En caso de no completar vacantes se sugiere completar con alumnado de 1º de Bachillerato ya que cursan su último año de Educación Física. La actividad se realizaría en el segundo trimestre.

Día de snow.

Ruta de senderismo para los alumnos de 1 ESO

Actividad de piragüismo, para los alumnos de primer ciclo de la ESO. Segundo trimestre.

Actividades multiaventura-escalada AMAZONIA. Desarrollo de este tipo de actividades para todos los niveles educativos de 1º de la ESO. Actividad prevista para el primer trimestre.

Dejamos abierta la posibilidad de participar en otras actividades organizadas por la CAM, para poder completar nuestra oferta de actividades y /o sustituir el total de la actividad de la E.S.O. y/o Bachillerato. Se trata de una decisión que no depende de nosotros ya que no tenemos la garantía sobre la oferta de actividades, ser seleccionados, poder abarcar y beneficiar a todos los alumnos dentro de la subvención. Por otro lado, tampoco debemos descartar que todos los alumnos posibles se beneficien de las subvenciones de las actividades ofertadas por la CAM.

Si existe la posibilidad de realizar actividades de promoción y divulgación de deportes nuevos o que no están incluidos en la programación de contenidos, se estudiará en cada caso siempre y cuando se ajuste al calendario y horario lectivo, aunque la actividad implique salir del centro. Y se tendrá en cuenta la participación y el aprovechamiento por parte del alumno.

Se realizarán ejercicios de carrera en el entorno cercano al centro siempre que el profesor lo considere oportuno, durante la hora de Educación Física.

Si en un grupo una actividad no se ha llevado a cabo por falta de participación se estudiará en cada caso la posibilidad de que puedan realizar cualquier otra actividad que este contemplada en la programación siempre y cuando el número de participantes lo permita.

CONVENIO DE COLABORACIÓN CON LA FEDERACIÓN MADRILEÑA DE GOLF donde nuestro centro va a beneficiarse de la cesión del material y la formación gratuita de los profesores para facilitar a los alumnos el aprendizaje de este deporte y la posterior práctica del mismo en su entorno próximo.

Al ser una actividad totalmente innovadora en el centro se va a ofertar por igual a todos los cursos tanto de ESO como BACHILLERATO y, si posteriormente tiene acogida, se irán diferenciando los contenidos de forma progresiva según el nivel de los alumnos.

PROGRAMA RECREOS ACTIVOS: CLUBES cuyo objetivo es la utilización del tiempo de ocio de forma activa por parte de nuestro alumnado y su socialización fuera del aula. La

actividad se desarrolla durante el primer recreo, es totalmente gratuita y se oferta a todo el alumnado del centro, tanto de ESO y BACHILLERATO como CICLOS FORMATIVOS.

Las dos profesoras de Educación Física se han ofrecido voluntariamente para desarrollar las guardias de patio de todos los días en el recreo y organizar, realizar y supervisar las actividades lúdico deportivas. La planificación inicial es la siguiente y va a estar sujeta a cambios según la demanda y participación del alumnado:

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
CHESS (INGLES)	DANCE	HOCKEY	BASKETBALL	SOCCER
	WALKING CLUB			
PROFESORES RESPONSABLES/AYUDANTES				
ALBERTO Y NOAM (AT)	JESSICA (AT), ANTONIO, MACKENZIE Y AFRICA	ALBERTO Y NOAM (AT)	ANTONIO	MACKENZIE (AT) Y ALBERTO

Algunas de las actividades extraescolares pertenecen al programa de Madrid Comunidad Olímpica y están pendientes de que se nos adjudiquen.

7. Criterios, procedimientos e instrumentos generales de evaluación y calificación de las materias del departamento en la etapa.

Nos basaremos en los criterios de evaluación establecidos en el currículo junto con sus estándares de aprendizaje:

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

- 1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
- 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
- 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

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

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

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

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

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

2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

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

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

5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

7.1. Criterios y procedimientos de evaluación y calificación durante el curso en evaluación continua, para aquellos a los que no se les pueda aplicar ésta, y criterios generales de la prueba extraordinaria en la etapa.

Los criterios y procedimientos de calificación serán los siguientes:

- **Asistencia y actitud (20%):** se realizará mediante la observación directa y sistemática a través de los datos recogidos sobre respeto hacia el profesor y hacia los compañeros, la participación activa en clase, la asistencia, cooperación en el cuidado y transporte de materiales, interés y capacidad de superación, responsabilidad de entregar los trabajos y autorizaciones a tiempo. Llevar la ropa y calzado deportivo adecuados y cumplir con las normas de higiene básicas tras el ejercicio cambiándose de camiseta obligatoriamente.

Todos los alumnos que cumplen con las exigencias de este apartado obtendrán directamente 2 puntos.

Cada falta de actitud penalizará con -0,5 sobre los 2 puntos que suponen el 20%, en el caso de acumular más de 4 se restará la nota del resto de los apartados. Las faltas injustificadas se penalizarán con -0,5.

En los grupos en los que la asignatura se imparta en inglés, se tendrá en cuenta el esfuerzo que realice el alumno con referencia al uso de esta lengua durante las clases y la actitud positiva que demuestre hacia su uso y su mejora personal.

- **Unidades didácticas (80%):** Todos los alumnos que cumplen con las exigencias de este apartado obtendrán un máximo de 8 puntos. Divididos entre los contenidos dados durante cada evaluación. La nota de este apartado se obtiene mediante la media aritmética de las notas obtenidas en las diferentes pruebas.
- Los alumnos deben demostrar el conocimiento y comprensión de los contenidos teóricos del curso, a través de la superación de controles y/o presentación de trabajos. Si no se alcanza un mínimo de 4 puntos sobre 10 en los exámenes y trabajos teóricos y/o prácticos, se suspenderá automáticamente la asignatura sin aplicar los porcentajes que se especifican en los criterios de calificación. Se deben entregar todos los trabajos teóricos. Un trabajo no realizado en la parte práctica o no entregado en la parte teórica se calificará como cero.

El nivel de exigencia en cada una de las pruebas de aptitud física, destrezas deportivas y/o riqueza rítmica/expresiva se adecuará a los parámetros establecidos en cada caso. Los contenidos teóricos se valorarán mediante preguntas diarias de clase, exámenes y/o trabajos realizados tanto en grupo como individualmente.

Para todos los cursos **deberá tenerse en cuenta las siguientes observaciones:**

- La falta de asistencia injustificada descuenta 0,50 de la nota de las unidades didácticas

- No traer ropa o zapatillas deportivas descuenta 0,50 de la nota de las unidades didácticas
- 3 retrasos sin justificar equivalen a una falta injustificada, descuenta 0,50 de de las unidades didácticas 3 faltas de asistencia injustificadas en una evaluación, supone evaluación negativa en dicha evaluación.
- La negativa a realizar cualquier prueba, ya sea teórica o práctica, supone evaluación negativa y su correspondiente recuperación. El mismo proceso se aplicará para los alumnos que no entreguen trabajos dentro del plazo fijado por los profesores.

Se considerará abandono de la asignatura:

- Cuando el alumno/a tenga un 10% de faltas de asistencia injustificadas del total de algunas evaluaciones perderá la evaluación continua.
- Cuando el alumno/a no realice las tareas ni en casa ni en clase.
- Cuando el alumno/a no se presente a los exámenes o los entregue en blanco (se entiende también no presentarse a los sistemas extraordinarios de evaluación previstos cuando haya perdido la evaluación continua).
- No se podrá aprobar la materia si un alumno no se presenta a un examen práctico o teórico, no realiza un trabajo o no presenta un justificante médico oficial.

PRUEBA DE JUNIO Y EXTRAORDINARIA:

Aquellos alumnos que hayan suspendido una evaluación por faltas de asistencia recuperarán no faltando a clase en la siguiente evaluación y realizando, si fuera necesario, las pruebas de práctica o teoría a las que en su momento faltaron.

Realización en junio de las pruebas prácticas y escritas no superadas o no presentadas, para lo cual se les proporcionará medidas educativas especiales para su consecución.

Las recuperaciones se realizarán al final de curso o cuando el profesor lo considere oportuno para el buen funcionamiento de su materia, avisando previamente al alumno y consistirán en un examen final de los contenidos conceptuales impartidos durante la evaluación no superada, un examen de los contenidos procedimentales y la entrega de todos los trabajos y actividades exigidas durante la evaluación no superada.

Obviamente, la parte actitudinal no se podrá recuperar pero se tendrá en cuenta para la nota final la mejoría en la actitud del alumno si se muestra y se mantiene una evolución positiva durante al menos una evaluación completa.

Para aquellos alumnos que hayan perdido el derecho a la evaluación continua, las recuperaciones se realizaran en julio.

7.2. Medidas de apoyo y/o refuerzo educativo a lo largo del curso en la etapa.

Teniendo en cuenta que lo establecido en el plan de atención a la diversidad para alumnado con dificultades de aprendizaje o para alumnos con altas capacidades, la organización y contenidos de desdobles, agrupamientos flexibles, apoyos y o profundizaciones no existe en la asignatura de Educación Física, nos hemos visto desde siempre obligados a diversificar en cada uno de los casos de impedimento físico, que se nos presenta a corto o largo plazo.

Es difícil diversificar cuando en los partes médicos no se especifica la dolencia y el tipo de ejercicio que se le impide realizar. En estos casos si el médico sólo se limita a escribir reposo deportivo y periodo de duración nosotros nos vemos obligados a sentar al alumno intentando que siga el aprendizaje sólo con la explicación y la observación. A estos alumnos se les examinará de los mismos contenidos que al resto de sus compañeros cuando el período de reposo finalice y estén preparados para realizarlos. El profesor en cada caso ofrecerá la ayuda necesaria para que el alumno tenga el tiempo y las herramientas que le permitan superar la prueba si la prepara.

Aquellos alumnos/as que presenten alguna dolencia o enfermedad que implique ausencia de actividad física total o relativa deberán presentar un certificado médico oficial que especifique la recomendación de NO realizar actividad física o especificar el tipo de actividad física que NO le conviene realizar al alumno/a. Cuando en el parte médico sí se especifique incapacidad pero no venga pautado reposo deportivo total y absoluto, el profesor adaptará las tareas que considere que el alumno puede realizar evitando así su desentrenamiento y procurando siempre los medios necesarios para que el alumno se ejercite sin riesgo para su dolencia, lesión o enfermedad. Recordemos que la figura del alumno/a exento no existe en la legislación actual.

Si llegado el momento del examen la incapacidad o disminución de capacidad persiste se le adaptarán las pruebas a lo trabajado durante las clases y se le calificará con las pruebas adaptadas.

En el caso de lesiones de larga duración la adaptación se realizará desde el principio de curso en las actividades que afecten negativamente a dichas dolencias. Será rigurosamente obligatorio que el profesor de Educación Física sea verbalmente informado por el alumno, los padres y / o Jefatura de Estudios. En segundo lugar, el alumno tendrá que dejar constancia del problema en la ficha que rellenan al principio de curso en la sesión de tutoría y, por último, y no menos sino más importante, deberá de entregarse cuanto antes la fotocopia del certificado o parte médico con el diagnóstico que será archivada en el departamento y tratada con la máxima confidencialidad.

El departamento de Educación Física no se hace responsable de problemas que puedan surgir de la práctica de las actividades físicas, cuando ésta perjudique o empeore las dolencias y/ o enfermedades del alumno, si anteriormente no se ha tenido la información médica necesaria del impedimento para realizar la actividad.

En cuanto a los alumnos exentos de práctica se tendrá en cuenta que todos los alumnos, que por circunstancias de salud no puedan realizar la práctica de la asignatura total o parcialmente, deben acudir a clase, con ropa deportiva y materiales adecuados para la toma de datos teóricos o realización de fichas o tareas teóricas establecidas, para entregar al profesor cuando lo disponga. También cooperará prestando su ayuda para otras actividades como arbitrajes, anotaciones, exámenes. Cuando sea posible se le adaptará la tarea.

Su calificación estará basada en los siguientes apartados, valorando el peso específico de cada uno de ellos, según las circunstancias de cada alumno en particular realización de exámenes escritos, realización de preguntas orales, entrega puntual de trabajos, valoración de su actitud y examen práctico a las posibilidades de cada alumno.

Con respecto a las adaptaciones curriculares, distinguimos:

a) Adaptaciones generales de acceso al currículo de los alumnos con NEE derivadas de su deficiencia psíquica:

Seguirán la programación ordinaria junto a sus compañeros, en la medida de sus posibilidades. En los casos donde el nivel curricular esté por debajo de 3º de primaria, estarán exentos de la parte teórica. Se les valorará especialmente la actitud y la asistencia. Las pruebas de conocimiento de conceptos y / o de aptitud física se adaptarán en la medida de lo posible.

b) Adaptaciones Generales de Acceso al currículo de los ACNEES derivadas de su deficiencia motórica: seguirán una adaptación curricular significativa, con los objetivos específicos de la fisioterapia y la realización de un trabajo sobre el deporte que interese. Realizarán las tareas adaptadas junto con el resto de sus compañeros con el apoyo de la fisioterapeuta y fisioterapia en las sesiones de Educación Física que considere oportuno el profesor. Se les valorará el trabajo escrito y el desarrollado en las sesiones de educación física y fisioterapia.

Siempre se intentará realizar adaptaciones de acceso a las actividades extraescolares con el apoyo de los profesores de pedagogía terapéutica, el estudio de las posibilidades y alternativas a las diferentes actividades, la previsión de transporte adaptado

7.3. Sistemas generales de recuperación de las materias del departamento pendientes de cursos anteriores en la etapa.

Los alumnos que tengan la asignatura pendiente de cursos anteriores serán evaluados por su profesor correspondiente del curso actual y se les proporcionarán instrucciones escritas de los trabajos a realizar: contenidos y estructura.

Los alumnos con la asignatura pendiente del curso anterior deberán realizar un trabajo por cuatrimestre referente a los contenidos del curso pendiente. Las fechas de entrega de dichos trabajos serán el último día de enero y el último día de mayo. También pueden

entregarse los dos trabajos en enero. Los contenidos de los trabajos serán entregados a los alumnos por su profesor correspondiente.

B) PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE LAS MATERIAS DE LA ETAPA ESO

PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE DEPORTE 1º y 3º ESO

Esta materia se imparte por primera vez en nuestro centro y por lo tanto hemos decidido que los contenidos para este año serán los mismos en ambos cursos ya que la asignatura es totalmente nueva y no se han visto dichos contenidos con anterioridad en ninguno de los dos cursos.

En cuanto a los criterios de evaluación se seguirán los mismos que en la materia de Educación Física intentando dar así una visión uniforme a la hora de evaluar y calificar.

1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias de la materia

OBJETIVOS

- Conocer y practicar modalidades deportivas individuales y colectivas, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego.
- Participar, con independencia del nivel de habilidad alcanzado, en deportes colaborando en la organización de campeonatos, valorando los aspectos de relación que fomentan y mostrando actitudes de tolerancia y deportividad.
- Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que tengan bajo impacto ambiental, contribuyendo a su conservación y mejora.
- Realizar actividades deportivas y recreativas con un nivel de autonomía aceptable en su ejecución.

CONTENIDOS

Golf

Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, instalaciones, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.

Agarre del palo de golf.

Técnica en el juego corto, putt y juego largo.

Reglamento de juego y código de conducta en el golf.

Espacios para la práctica disponibles en nuestro entorno.

Tenis de mesa

Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, instalaciones, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.

El saque.

Golpeos básicos: golpe de derecha, golpe de revés, top spin, back spin, side spin, bloqueo y remate.

Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.

Principios estratégicos y posición básica.

Reglamento de juego.

Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.

Espacios para la práctica disponibles en nuestro entorno.

Rugby

Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, instalaciones, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.

Conceptos básicos: ensayo, tocado, placaje, avant, melee, tiro a palos y lanzamiento de touche.

Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.

Principios estratégicos y posición básica. Introducción a la táctica básica.

Reglamento de juego.

Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.

Espacios para la práctica disponibles en nuestro entorno.

Floorball

Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, instalaciones, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.

Agarre del stick.

Técnica individual en el control, conducción y tiro. Pase y recepción.

Táctica de grupo en situación de juego real..

Reglamento de juego

Espacios para la práctica disponibles en nuestro entorno.

Patinaje sobre ruedas

Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, instalaciones, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.

Medidas de seguridad en el patinaje y con el adecuado uso del material.

Ejercicios de equilibrio.

Técnica y movimientos en el deslizamiento e impulso hacia adelante y atrás.

Estabilidad y apoyo sobre los patines.

Cambio de dirección y frenada.

Aprender a caer y levantarse.

Juegos grupales deslizando sobre los patines.

Espacios para la práctica disponibles en nuestro entorno.

Actividades en el medio natural

Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, instalaciones, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.

Deportes en el medio natural en el entorno del centro (escalada, bicicleta de montaña, equitación, esquí, senderismo, deportes acuáticos,...).

Introducción a la técnica básica.

Valoración del medio natural como espacio de práctica deportiva.

Espacios para la práctica disponibles en nuestro entorno.

2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia

Los alumnos deberán participar en las sesiones tanto teóricas como prácticas con interés, respeto a la materia, espíritu de superación y actitud colaboradora. En la parte práctica, deberán participar activamente, implicándose e intentando mejorar su nivel de condición física y ejecución técnica de los diferentes deportes o habilidades propuestas. Por otro

lado, con respecto a los test físicos, deberán superar los mínimos requeridos en las pruebas físicas, teniendo en cuenta que la nota será una media ponderada entre los diferentes test realizados.

En cuanto a los **criterios de calificación y recuperación** en la materia, nos remitimos a lo establecido en el punto II.10.1 de la programación.

Dentro de cada evaluación los **criterios específicos de evaluación** serán los siguientes:

GOLF

Realizar un agarre correcto del palo en función del golpe.

Adoptar la postura adecuada en función del golpe.

Conocer los distintos tipos de golpe en función de la distancia.

Conocer las reglas de juego y código de conducta durante el mismo.

Conocer y aplicar sistemas de puntuación en el juego y su terminología: scramble y match play, birdie-eagle-albatros-boogie

TENIS DE MESA

Ejecutar el saque básico y golpeo de derecha y revés.

Agarre adecuado de la pala.

Adecuada colocación del jugador respecto a la mesa y la situación de juego.

Conocimiento de las reglas del juego y autoarbitraje.

RUGBY

Adecuada realización de pases, recepciones y pateo/ensayo.

Conocimiento de la técnica básica en el tiro a palos.

Correcta ubicación espacial respecto a los compañeros dependiendo de la situación de juego (desplegarse, penetrar y puesta en juego)

Elementos técnico-tácticos colectivos: touche y melé.

Conocer y aplicar las reglas básicas de este deporte en condiciones de juego Conocer y aplicar las reglas básicas de este deporte en condiciones de juego

FLOORBALL

Adecuado agarre y colocación del cuerpo según situación de juego.

Adecuación en la conducción, pase, recepción y tiro a portería.

Conocimiento y aplicación de las reglas de juego.

Conocimiento de la posición respecto al resto del equipo en situación de juego.

PATINAIE SOBRE RUEDAS

Aplicar la técnica básica de impulso y desplazamiento.

Aplicar la técnica básica de frenada.

Ser capaz de sortear obstáculos en un circuito.

Aplicar las normas básicas de seguridad en el uso de los patines y protecciones.

Participación activa de juegos sobre patines.

ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA

Utilización respetuosa del medio natural en la práctica deportiva.

Conocer las medidas de seguridad básicas de cada práctica deportiva.

Ejecutar de forma adecuada la técnica del deporte en función del nivel de intensidad y momento del mismo.

PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO

1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias de la materia

En cuanto a los objetivos nos remitimos al apartado A1

CONTENIDOS

Actividades físico deportivas individuales en medio estable.

Modalidades de atletismo: carrera, salto de longitud y lanzamiento jabalina adaptado.

Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.

Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.

Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad.

Formas de evaluar las diferentes habilidades atléticas.

Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.

Autovaloración, autoimagen y autoestima asociadas a los aprendizajes de actividades físico-deportivas individuales. El sentimiento de logro.

Actividades de adversario: bádminton.

Golpeos básicos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.

Puesta en juego y golpeos de fondo de pista.

Principios estratégicos, posición básica y recuperación de la situación en el campo tras los golpeos.

Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.

Actividades de colaboración-oposición, a través de deportes de equipo.

Habilidades específicas del deporte. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.

Aspectos funcionales y principios estratégicos; papel y conductas de los jugadores en las fases del juego. Capacidades implicadas.

Estímulos relevantes que en el deporte condicionan la conducta motriz: situación de los jugadores, del balón y de la portería, ocupación de los espacios, etc.

La colaboración y la toma de decisiones en equipo.

Actividades en medio no estable:

El senderismo como actividad físico deportivas en medio no estable. Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad. Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de actividades físico-deportivas.

Equipamiento básico para la realización de actividades de senderismo en función de la duración y de las condiciones de las mismas.

La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de senderismo.

Influencia de las actividades físico-deportivas en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.

Actividades artístico expresivas:

La conciencia corporal en las actividades expresivas.

Técnicas expresivas de mimo y juego dramático. Control e intencionalidad de los gestos, movimientos y sonidos.

Salud:

Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico-deportivas seleccionadas.

Medidas preventivas en las actividades físico-deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.

Los niveles saludables en los factores de la condición física.

Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas.

Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación.

Hidratación y alimentación durante la actividad física.

2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia (si procede)

Los alumnos deberán participar en las sesiones tanto teóricas como prácticas con interés, respeto a la materia, espíritu de superación y actitud colaboradora. En la parte práctica, deberán participar activamente, implicándose e intentando mejorar su nivel de condición física y ejecución técnica de los diferentes deportes o habilidades propuestas. Por otro lado, con respecto a los test físicos, deberán superar los mínimos requeridos en las pruebas físicas, teniendo en cuenta que la nota será una media ponderada entre los diferentes test realizados.

En cuanto a los **criterios de calificación y recuperación** en la materia, nos remitimos a lo establecido en el punto II.10.1 de la programación.

Dentro de cada evaluación los **criterios específicos de evaluación** serán los siguientes:

ANATOMÍA BÁSICA

Identificar las articulaciones corporales

Identificar los músculos básicos

CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA

Preparar y realizar un calentamiento

Identificar y diferenciar las tres partes de un calentamiento

Preparar y ejecutar actividades de vuelta a la calma

CONDICIÓN FÍSICA:

Conocer los objetivos y las pautas básicas para realizar un calentamiento general.

Realizar correctamente un calentamiento general distinguiendo las partes principales del mismo.

Mantener una adecuada actitud postural en la ejecución de los ejercicios.

Participar activamente en la mejora de las capacidades físicas.

SENDERISMO

Participar en la actividad de senderismo

Conocer el equipamiento básico necesario

Conocer y aplicar las normas básicas de respeto al medio natural

DEPORTES ALTERNATIVOS – FRISBEE:

Pasar de manera eficiente el frisbee al compañero/a e intercambiar, al menos, 10 pases seguidos sin que se caiga al suelo entre los dos.

Utilizar diferentes formas de pasar el frisbee.

Respetar las reglas establecidas para las situaciones de juego en clase tanto en parejas como en pequeños grupos.

Conocer la realización y las reglas básicas del ultimate y practicar el juego en clase con las adaptaciones de espacio y de jugadores necesarios, pero respetando las reglas principales de desarrollo del juego.

ATLETISMO

Realizar correctamente el salto de longitud y lanzamiento de jabalina adaptado.

Conocer y realizar la posición básica en la prueba de velocidad

Describir la forma de realizar los movimientos.

EXPRESIÓN CORPORAL: MIMO Y JUEGO DRAMÁTICO

Conocer las técnicas básicas del mimo

Realizar una composición en grupo mediante mimo o juego dramático

DEPORTES DE RAQUETA 1:

Practicar y ejecutar los diferentes golpes: drive de derecha y revés, lob y remate.

Realizar el saque correctamente.

Intercambiar pases con el compañero/a variando en su ejecución todos los golpes posibles, dando como mínimo, 10 pases seguidos sin que el volante caiga al suelo.

Participar en clase en los diferentes enfrentamientos con los compañeros, tanto individuales como en parejas, valorándose la ejecución y el resultado final.

Conocer las reglas de este deporte y respetarlas en el juego.

BALONMANO:

Realizar pases frontales precisos en parejas y en movimiento y realizar a continuación un lanzamiento a portería con y sin oposición de compañeros durante el avance y el lanzamiento (portero).

Coordinar los tres pasos que permite el reglamento del balonmano previo bote y avance a portería, realizando el último paso con batida de la pierna correcta (dependiendo de si se es zurdo/a o diestro/a) y lanzamiento a portería por detrás de la línea del área.

Aplicar los conceptos básicos de ataque y defensa en las situaciones de juego (ataque: desmarcarse, crear espacios... y defensa: defensa individual y ayudas)

Jugar en equipo.

Conocer las reglas básicas de este deporte y respetarlas durante el juego.

GOLF

Identificar las partes de un campo de golf: tee de salida, bunker, calle, hoyo, green

Conocer el vocabulario básico

Ejecutar adecuadamente el orden de colocación: palo, grip y posición del cuerpo

Realizar el swing

Realizar el juego largo

Ejecutar el juego corto: pitch, putt.

Conocer y aplicar sistemas de puntuación en el juego y su terminología: scramble y match play, birdie-eagle-albatros-booogie-hole in one

Conocer y aplicar las reglas básicas de juego y cortesia

3. Otros aspectos específicos para la materia no recogidos en el apartado de aspectos generales

Sin otros aspectos específicos a remarcar

PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO

1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias de la materia

1. Actividades individuales en medio estable:

- Habilidades gimnásticas y acrobáticas
- Saltos, giros, equilibrios volteos; ajuste de las habilidades a los modelos técnicos básicos.
- Descripción de los movimientos y capacidades motrices implicadas.
- Formas de evaluar el nivel técnico en las habilidades específicas de las actividades gimnásticas y acrobáticas
- Aspectos preventivos de las actividades gimnásticas y acrobáticas: calentamiento específico, ayudas, ajuste de las actividades al nivel de habilidad.
- Valoración del esfuerzo personal en los aprendizajes.

2. Actividades de adversario: lucha

- Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de la lucha. Agarres, desequilibrios, caídas, reequilibrios.
- Respeto y aceptación de las normas reglamentarias de las actividades de lucha.
- Autocontrol ante las situaciones de contacto físico.
- La figura del ganador y el significado del adversario en el deporte actual. Modelos de conducta de los ganadores. El respeto y la consideración como valores propios de estas actividades.

3. Actividades de colaboración-oposición: fútbol

- Habilidades específicas del fútbol. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.
- Dinámica interna, aplicación de las habilidades para cumplir los principios estratégicos del

fútbol. Capacidades implicadas

- Estímulos relevantes que en el fútbol condicionan la conducta motriz. Situación de jugadores, balón y portería, espacios de juego.
- La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos.

4. Actividades en medio no estable:

- Tropa y recorridos horizontales de escalada. Capacidades implicadas. Medidas de seguridad y control de riesgos.
- Nudos; realización y procedimientos de verificación de la seguridad,
- Instalaciones urbanas y entornos naturales para las actividades de trepa y escalada; conductas de cuidado del entorno que se utiliza.

5. Actividades artístico expresivas: acrosport

- Calidades de movimiento y expresividad.
- Significados de los gestos en el lenguaje no verbal.

6. Salud:

- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas
- Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.
- Los niveles saludables en los factores de la condición física.
- Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas
- Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.

7. La respiración.

- Tipos y combinación de la respiración con la actividad física y con la relajación

2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia (si procede)

Los alumnos deberán participar en las sesiones tanto teóricas como prácticas con interés, respeto a la materia, espíritu de superación y actitud colaboradora. En la parte práctica, deberán participar activamente, implicándose e intentando mejorar su nivel de condición física y ejecución técnica de los diferentes deportes o habilidades propuestas. Por otro lado, con respecto a los test físicos, deberán superar los mínimos requeridos en las pruebas físicas, teniendo en cuenta que la nota será una media ponderada entre los diferentes test realizados.

Dentro de cada evaluación los **criterios específicos de evaluación** serán los siguientes:

HIGIENE POSTURAL:

Conocer y adoptar la postura correcta sentado

Conocer y adoptar la postura correcta en el transporte de mochila

Conocer y adoptar la postura correcta realizando actividad física

CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA:

Preparar y realizar un calentamiento general y específico

Identificar y diferenciar las tres partes de un calentamiento

Preparar y ejecutar actividades de vuelta a la calma

CONDICIÓN FÍSICA:

Recordar los objetivos y las pautas básicas para realizar un calentamiento general.

Realizar correctamente un calentamiento general distinguiendo las partes principales del mismo.

Mantener una adecuada actitud postural en la ejecución de los ejercicios.

Dosificar el esfuerzo y mantener un ritmo constante y sin pararse en la prueba de resistencia de carrera continua durante 20-25 minutos, incrementando la intensidad en los últimos minutos.

LUCHA: (JUDO)

Conocer los agarres básicos en suelo

Conocer las reglas de lucha y reglas de cortesía en judo

Mantener el respeto al adversario: saludo

Aplicar las técnicas básicas de suelo

RESPIRACIÓN Y RELAJACIÓN:

Diferenciar y aplicar tipos de respiración: abdominal y torácica

Ejecutar una sesión dirigida de relajación progresiva

ACROSPORT:

Distinguir y evitar los errores más comunes en la realización de las volteretas, equilibrios y figuras de acrosport.

Ayudar y colaborar con los compañeros, en parejas o en pequeños grupos, en la realización de las diferentes habilidades y/o ejercicios acrosport.

Realizar figuras de acrosport en parejas y en grupos de 3 y 4 personas máximo.

Realizar de manera eficiente las volteretas, equilibrios y figuras practicados en clase.

Realizar una composición en grupo (entre 4 y 6 personas) enlazando diferentes habilidades y figuras de acrosport (mínimo 10 en total entre todo el grupo).

GIMNÁSTICA Y ACROBACIA:

Realización correcta de saltos, giros y equilibrios

Conocer y aplicar calentamiento específico según actividad gimnástica

Ejecutar habilidad gimnástica y conocer las ayudas necesarias

FÚTBOL

Ser capaz de realizar tiro a portería con cierta precisión

Conocer y aplicar las normas básicas de juego

Identificar las líneas del terreno de juego

Realizar 10 pases precisos en parejas y en movimiento y realizar a continuación un lanzamiento a portería con y sin oposición de compañeros durante el avance y el lanzamiento (portero).

Conducir el balón con un mínimo de control y tiempo entre obstáculos de un circuito

Aplicar los conceptos básicos de ataque y defensa en las situaciones de juego (ataque: desmarcarse, crear espacios... y defensa: defensa individual y ayudas)

Jugar en equipo, mejorando la toma de decisiones en los planteamientos tácticos, tanto en ataque como en defensa

Conocer las reglas básicas de este deporte y respetarlas durante el juego.

ESCALADA Y NUDOS

Realizar nudos básicos de escalada: ocho, as de guía,...

Aplicar la norma de ejecución en la técnica de boulder

Participar en la actividad de escalada en rocódromo

GOLF

Identificar las partes de un campo de golf: tee de salida, bunker, calle, hoyo, green

Conocer el vocabulario básico

Ejecutar adecuadamente el orden de colocación: palo, grip y posición del cuerpo

Realizar el swing

Realizar el juego largo

Ejecutar el juego corto: pitch, putt.

Conocer y aplicar sistemas de puntuación en el juego y su terminología: scramble y match play, birdie-eagle-albatros-booogie

Conocer y aplicar las reglas básicas de juego y cortesía

3. Otros aspectos específicos para la materia no recogidos en el apartado de aspectos generales

Sin otros aspectos específicos a remarcar

PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO

1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias de la materia

En cuanto a los objetivos nos remitimos al apartado A1

Actividades individuales en medio estable:

Modalidades de atletismo: carreras, saltos y lanzamientos, presentados de forma adaptada.

Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.

Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.

Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad, flexibilidad.

Formas de evaluar el nivel técnico de las diferentes habilidades.

Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.

La capacidad de aprendizaje motor y el valor relativo de los resultados cuantitativos.

Actividades de adversario: el bádminton

Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.

Estrategias de juego. Colocación de los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario.

Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.

Actividades de colaboración-oposición: baloncesto.

Habilidades específicas del deporte. Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes.

Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas.

Estímulos relevantes que en cada deporte de equipo condicionan la conducta motriz: por ejemplo, en fútbol, situación del balón y la portería, espacios libres, tiempos de juego, etc.

La colaboración y la toma de decisiones en equipo.

Actividades en medio no estable: orientación

La orientación como actividad físico deportiva en medio no estable. Interpretación de mapas y uso de la brújula y otros sistemas de orientación (GPS, indicios naturales).

Equipamiento básico para la realización de actividades de orientación en función de la duración y de las condiciones de las mismas.

La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de orientación.

Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad. Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de recorridos de orientación. Influencia de las actividades de orientación en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.

Actividades artístico expresivas: danzas

La danza como contenido cultural. Danzas históricas y danzas actuales.

Diseño y realización de coreografías. Agrupamientos y elementos coreográficos.

Salud:

Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas

Medidas preventivas en las actividades físico-deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.

Métodos para llegar a valores saludables en la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad.

Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas.

Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo.

Balance energético entre ingesta y gasto calórico.**2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia (si procede)**

Los alumnos deberán participar en las sesiones tanto teóricas como prácticas con interés, respeto a la materia, espíritu de superación y actitud colaboradora. En la parte práctica, deberán participar activamente, implicándose e intentando mejorar su nivel de condición física y ejecución técnica de los diferentes deportes o habilidades propuestas. Por otro lado, con respecto a los test físicos, deberán superar los mínimos requeridos en las

pruebas físicas, teniendo en cuenta que la nota será una media ponderada entre los diferentes test realizados.

En cuanto a los **criterios de calificación y recuperación** en la materia, nos remitimos a lo establecido en el punto II.10.1 de la programación.

Dentro de cada evaluación los **criterios específicos de evaluación** serán los siguientes:

BALANCE INGESTA-GASTO

Conocer el valor calórico en los alimentos. La etiqueta nutricional

Conocer y utilizar las tablas de gasto energético según actividad física

Realizar un trabajo de equilibrio ingesta-gasto

CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA:

Preparar y realizar un calentamiento general y específico

Identificar y diferenciar las tres partes de un calentamiento

Preparar y ejecutar actividades de vuelta a la calma

CONDICIÓN FÍSICA:

Recordar los objetivos y las pautas básicas para realizar un calentamiento general y un calentamiento específico.

Dirigir el calentamiento general en, al menos, una sesión. Se dirigirán a lo largo del curso.

Diferenciar las capacidades físicas básicas que predominan en cada actividad.

Mantener una adecuada actitud postural en la ejecución de los ejercicios.

Dosificar el esfuerzo y mantener un ritmo constante y sin pararse en la prueba de resistencia de carrera continua durante 25 minutos, incrementando la intensidad en los últimos minutos.

Sacar, al menos, una media de 5 entre los resultados de los demás test físicos (fuerza y flexibilidad).

ATLETISMO: VALLAS Y ALTURA

Realizar correctamente la secuencia de la salida de tacos desde el suelo.

Identificar pierna de apoyo y pierna de batida en vallas

Coordinar la carrera y el paso de vallas

Realizar talonamiento para salto de altura

Conocer la ejecución de las diferentes pruebas y las reglas básicas que las rigen.

BÁDMINTON:

Practicar y ejecutar los diferentes golpes de bádminton: drive de derecha y revés, clear, lob, dejada, smash.

Realizar el saque correctamente.

Intercambiar pases con el compañero/a variando en su ejecución todos los golpes posibles, dando como mínimo, 15 pases seguidos sin que el volante caiga al suelo.

Participar en clase en los diferentes enfrentamientos con los compañeros, tanto individuales como en parejas, valorándose la ejecución y el resultado final.

Conocer las reglas de este deporte y respetarlas en el juego.

Mejorar la ejecución con respecto al curso anterior.

BALONCESTO

Conducción del balón en circuito

Realizar los pases básicos: pecho, pecho picado, dos manos por encima cabeza y beisbol

Ejecutar el tiro básico en posición de parada y entrada a canasta en movimiento

Aplicar la defensa individual y por zonas

Aplicar estrategias de ataque

Identificar líneas de juego en el campo

Conocer las reglas básicas de juego

ORIENTACIÓN

Identificar y utilizar los elementos básicos de la orientación: baliza, hoja de control y mapa

Identificar los elementos del mapa: leyenda

Realizar una baliza con su código y número de control

Conocer las reglas básicas de la carrera de orientación

EXPRESIÓN CORPORAL: LINE DANCE

Repetir coreografías básicas ejecutadas por la profesora: cupidshuffle, thewobble, etc.

Seguir el ritmo de la música adecuándolo a sus movimientos

Diseño y realización de coreografía en grupo

GOLF

Identificar las partes de un campo de golf: tee de salida, calle, bunker, green, hoyo

Conocer el vocabulario básico

Ejecutar adecuadamente el orden de colocación: palo, grip y posición del cuerpo

Realizar el swing

Realizar el juego largo

Ejecutar el juego corto: pitch, putt.

Conocer y aplicar sistemas de puntuación en el juego y su terminología: scramble y match play, birdie-eagle-albatros-booogie

Conocer y aplicar las reglas básicas de juego y cortesia

3. Otros aspectos específicos para la materia no recogidos en el apartado de aspectos generales

Sin otros aspectos específicos a remarcar

PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE EDUCACIÓN FÍSICA 4º ESO

1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias de la materia

En cuanto a los objetivos nos remitimos al apartado A1

1. Actividades individuales en medio estable: patinaje sobre ruedas

- Técnica de desplazamiento sobre los patines
- Control de la situación del centro de gravedad sobre el pie apoyado. Acciones equilibradoras de los brazos.
- Capacidades motrices implicadas: equilibrio, coordinación.
- Formas de evaluar el nivel técnico del patinaje sobre ruedas.
- Aspectos preventivos: formas de caer, indumentaria, protecciones, calentamiento específico, trabajo por niveles de habilidad.
- La superación de retos personales como motivación.

2. Actividades de adversario: palas

- Golpeos y desplazamientos. Capacidades motrices implicadas.
- Estrategias de juego. Colocación de los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario.
- Las palas como actividad recreativa para el tiempo de ocio.

3. Actividades de colaboración-oposición: voleibol

- Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpeos, los desplazamientos y las caídas y adaptación a las características de los participantes.
- Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas.
- Estímulos relevantes que en voleibol condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, situación de los compañeros, etc.
- La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.

4. Actividades en medio no estable: escalada

- La escalada en instalaciones urbanas o en el entorno natural. Niveles de las vías y técnicas.

- Equipamiento básico para la realización de actividades de escalada. Elementos de seguridad..
- Posibilidades del entorno natural próximo para la escalada. Influencia de las actividades de escalada en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.

5. Actividades artístico expresivas: composiciones coreográficas.

- Elementos musicales y su relación con el montaje coreográfico. Ritmo, frase, bloques.
- Diseño y realización de coreografías Agrupamientos y elementos coreográficos.

6. Salud:

- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas
- Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.
- Actividades físico deportivas más apropiadas para conseguir los niveles saludables de condición física.
- Desequilibrios posturales en las actividades físicas y en las actividades cotidianas y ejercicios de compensación.
- Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo, el pulsómetro.

7. Balance energético entre ingesta y gasto calórico.

2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia (si procede)

Los alumnos deberán participar en las sesiones tanto teóricas como prácticas con interés, respeto a la materia, espíritu de superación y actitud colaboradora.

En cuanto a los **criterios de calificación y recuperación** en la materia, nos remitimos a lo establecido en el punto II.10.1 de la programación.

Dentro de cada evaluación los **criterios específicos de evaluación** serán los siguientes:

CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA

Planificar un calentamiento y actividad de vuelta a la calma

Dirigir un calentamiento específico en, al menos, una sesión.

CONDICIÓN FÍSICA:

Diferenciar las capacidades físicas básicas que predominan en cada actividad.

Mantener una adecuada actitud postural en la ejecución de los ejercicios.

Dosificar el esfuerzo y mantener un ritmo constante y sin pararse en la prueba de resistencia de carrera continua durante 30 minutos, incrementando la intensidad en los últimos minutos.

Valorar la intensidad del esfuerzo mediante la toma de pulsaciones.

BENEFICIOS EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y HÁBITOS PERIUDICIALES: SEDENDARISMO, TABACO Y ALCOHOL

Conocer sus efectos benignos del ejercicio en el organismo

Conocer la influencia de hábitos perjudiciales en el cuerpo

Realizar búsqueda en internet y elaborar trabajo

LESIONES COMUNES EN EF

Conocer las lesiones más frecuentes y su tratamiento

Realizar búsqueda en internet y elaborar trabajo.

PATINAJE

Aplicar la técnica básica de desplazamiento y frenado

Conocer y aplicar los aspectos preventivos: indumentaria

Realización de un circuito básico o realizar trabajo teórico

DEPORTES RAQUETA 2 - PALAS

Pasar de manera eficiente con la pala el móvil (pelota o volante) al compañero/compañera e intercambiar, al menos, 10 pases seguidos sin que se caiga al suelo entre los dos.

Utilizar golpeo con la pala pasando tanto de derecha como de revés.

Respetar las reglas establecidas para las situaciones de juego en clase tanto en parejas como en pequeños grupos.

DEPORTE COLECTIVO

Perfeccionar la técnica

Adecuar la táctica a las situaciones de juego

Conocer los sistemas de juegos básicos

Aplicar estrategias colectivas de colaboración

ESCALADA 2:

Conocer la técnica básica de escalada

Ejecutar desplazamiento en pared mediante técnica de Boulder

Participar en las actividades complementarias de escalada

Investigación sobre lugares cercanos para practicar escalada

EXPRESIÓN CORPORAL:

Diferenciar ritmos de diferentes músicas

Diseñar y realizar una coreografía en grupo

PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE TORNEOS:

Aplicar un sistema de inscripción en torneos

Diferenciar ligas y torneos

Planificar un torneo deportivo para sus compañeros

Organizar un torneo para su grupo de clase

3. Otros aspectos específicos para la materia no recogidos en el apartado de aspectos generales

Sin otros aspectos específicos a remarcar.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTOS PARA LA ETAPA BACHILLERATO

A) ASPECTOS GENERALES DE PROGRAMACIÓN DE LAS MATERIAS DEL DEPARTAMENTO EN LA ETAPA BACHILLERATO

1. Contribución a la consecución de los objetivos generales del Bachillerato

En el Bachillerato, la materia de Educación Física continúa con la progresión de los aprendizajes de las etapas anteriores, favoreciendo en el alumnado la adquisición de competencias relacionadas con la planificación de su propia actividad física como la autogestión y la autonomía. Dichas competencias le permitirán alcanzar un estilo de vida activo, con prácticas físicas seguras, higiénicas y saludables. Así, con la salud serán un eje de actuación primordial tanto en el desarrollo de la en el resto de actividades motrices. En este sentido, se consolidarán hábitos responsables de actividad física regular y se adoptarán actitudes críticas ante prácticas individuales, grupales y sociales no saludables.

-La acción motriz alcanzará un grado de complejidad superior a los cursos anteriores y perseguirá diferentes objetivos, distinguiéndose desde el propio rendimiento de la actividad, la recreación o la representación expresiva. La competencia motriz debe permitir saber qué hacer, cómo hacerlo, cuándo y con quién en función de los condicionantes cambiantes del entorno.

- La materia contribuirá a la madurez del alumnado fomentando su desarrollo personal y social a través de la propia práctica y de la reflexión crítica de la misma, promoviendo situaciones de disfrute por la práctica, de emprendimiento y de relación con los demás.

- La Educación Física debe a su vez desarrollar propuestas que profundicen en diversos elementos transversales, como la dieta equilibrada y toda aquella información relacionada con el conocimiento y prevención de las enfermedades de origen cardiovascular. También se incidirá sobre los aspectos transversales relacionados con el trabajo en equipo, el juego limpio, el respeto de las normas, la seguridad vial, el desarrollo sostenible y la seguridad en la práctica de la actividad física y el deporte.

2. Contribución a la consecución de las competencias

En el área de Educación Física incidiremos en el entrenamiento de todas las competencias de manera sistemática haciendo hincapié en los descriptores más afines al área.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

El aprendizaje de la Educación Física va a contribuir al desarrollo de esta competencia en la medida en que contextualiza la resolución de problemas en situaciones cotidianas. Las situaciones que plantea, pueden desarrollarse con la realización de cálculos, la utilización de números, interpretando informaciones, datos, argumentaciones y realizando razonamientos de lógica matemática sobre orden, secuencias, cantidades, distancias... Además, la adquisición de hábitos saludables por medio de la práctica física y la posibilidad de su realización en el entorno natural, hacen de la Educación Física un elemento fundamental para el tratamiento de esta competencia.

Los descriptores que trabajaremos fundamentalmente serán:

- Desarrollar y promover hábitos de vida saludable en cuanto a la alimentación y al ejercicio físico.
- Generar criterios personales sobre la visión social sobre la estética del cuerpo humano frente al cuidado saludable.
- Reconocer la importancia de la ciencia en nuestra vida cotidiana.
- Interactuar con el entorno natural de manera respetuosa.
- Manejar los conocimientos sobre ciencia y tecnología para solucionar problemas, comprender lo que ocurre a nuestro alrededor y responder preguntas.
- Aplicar estrategias de resolución de problemas a situaciones de la vida cotidiana.

Comunicación lingüística

El aprendizaje y práctica de la Educación Física precisa de intercambios comunicativos que favorezcan la transmisión de información de manera eficaz, contribuyendo a su vez a la adquisición del vocabulario propio del área.

Entrenar los descriptores indicados nos garantiza una mayor comprensión por parte del alumnado, esto nos lleva a un conocimiento profundo y a adquirir con gran destreza aquello que nos proponemos.

Los descriptores que priorizaremos serán:

- Comprender el sentido de los textos escritos y orales.
- Expresarse oralmente con corrección, adecuación y coherencia.
- Respetar las normas de comunicación en cualquier contexto: turno de palabra, escucha atenta al interlocutor...
- Manejar elementos de comunicación no verbal, o en diferentes registros en las diversas situaciones comunicativas.

En caso de centros bilingües o plurilingües que impartan la asignatura en otra lengua:

- Mantener conversaciones en otras lenguas sobre temas cotidianos en distintos contextos.
- Producir textos escritos de diversa complejidad para su uso en situaciones cotidianas o de asignaturas diversas.
- Utilizar los conocimientos sobre la lengua para buscar información y leer textos en cualquier situación.

Competencia digital

La Educación Física favorece el desarrollo de una actitud crítica hacia los mensajes y estereotipos referidos al cuerpo y su imagen, procedentes de los medios de comunicación de masas y de las redes sociales.

A su vez, el uso de aparatos tecnológicos para medir diferentes variables asociadas a la práctica deportiva y la búsqueda de información a través de medios digitales, permitirá el desarrollo de los siguientes descriptores competenciales:

- Emplear distintas fuentes para la búsqueda de información.
- Seleccionar el uso de las distintas fuentes según su fiabilidad.
- Elaborar información propia derivada de información obtenida a través de medios tecnológicos.
- Comprender los mensajes que vienen de los medios de comunicación.
- Utilizar los distintos canales de comunicación audiovisual para transmitir informaciones diversas.
- Manejar herramientas digitales para la construcción de conocimiento.
- Actualizar el uso de las nuevas tecnologías para mejorar el trabajo y facilitar la vida diaria.

Conciencia y expresiones culturales

Por medio de la Educación Física el alumnado se acerca puede explorar y utilizar su propio cuerpo y su movimiento como medio para la expresión de ideas o sentimientos de manera creativa.

Además, aprende a apreciar manifestaciones culturales y artísticas en general y a la visión que se ha tenido de ellas o de conceptos como la estética o la belleza a través de las diferentes culturas y religiones.

Para ello, en este área, trabajaremos los siguientes descriptores de la competencia:

- Valorar la interculturalidad como una fuente de riqueza personal y cultural.
- Apreciar la belleza de las expresiones artísticas y las manifestaciones de creatividad y gusto por la estética en el ámbito cotidiano.
- Elaborar trabajos y presentaciones con sentido estético.
- Mostrar respeto hacia el patrimonio cultural mundial en sus distintas vertientes (artístico-literaria, etnográfica, científico-técnica...), y hacia las personas que han contribuido a su desarrollo.

Competencias sociales y cívicas

Las actividades físicas, fundamentalmente las que se realizan de forma colectiva, contribuyen al desarrollo de actitudes de integración y respeto, así como a generar situaciones de convivencias, cooperación y solidaridad.

El respeto a las normas y reglas del juego tendrán una transferencia directa hacia el reconocimiento de los códigos de conducta que rigen la convivencia ciudadana.

Esta área contribuirá a la reflexión crítica a cerca de fenómenos sociales como el deporte-espectáculo que, en ocasiones puede generar situaciones de violencia o contrarias a la dignidad humana así como el acercamiento al deporte popular como medio para desarrollar el asociacionismo y las iniciativas ciudadanas.

Los descriptores que entrenaremos son los siguientes:

- Aplicar derechos y deberes de la convivencia ciudadana en el contexto de la escuela.
- Desarrollar capacidad de diálogo con los demás en situaciones de convivencia y trabajo y para la resolución de conflictos.
- Mostrar disponibilidad para la participación activa en ámbitos de participación establecidos
- Concebir una escala de valores propia y actuar conforme a ella.
- Reconocer riqueza en la diversidad de opiniones e ideas.
- Evidenciar preocupación por los más desfavorecidos y respeto a los distintos ritmos y potencialidades.
- Involucrarse o promover acciones con un fin social.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Esta materia contribuye a fomentar la autonomía e iniciativa personal en la medida en que se utilizan procedimientos que exigen planificar, evaluar distintas posibilidades y tomar decisiones. El liderazgo a la hora de contagiar entusiasmo o delegar funciones en los compañeros será la clave a la hora de desarrollar actividades de equipo. Las situaciones deportivas llevarán al alumno a tomar decisiones en las que la asunción de riesgos y la aceptación de responsabilidades serán inevitables.

Los descriptores que entrenaremos son:

- Asumir las responsabilidades encomendadas y dar cuenta de ellas.
- Gestionar el trabajo del grupo coordinando tareas y tiempos.
- Ser constante en el trabajo, superando las dificultades.
- Gestionar el trabajo del grupo, coordinando tareas y tiempos.
- Priorizar la consecución de objetivos grupales sobre los intereses personales.
- Dirimir la necesidad de ayuda en función de la dificultad de la tarea.
- Mostrar iniciativa personal para iniciar o promover acciones nuevas.

Aprender a aprender

La actividad física propia de esta área favorece la construcción del autoconcepto por medio de la aceptación de las propias posibilidades y carencias, partiendo del aprendizaje motor para su transferencia a actividades motrices más complejas.

El establecimiento de metas alcanzables, cuya consecución generará autoconfianza, ayudará a fortalecer un equilibrio emocional en el alumno que favorezca el desarrollo de herramientas para estimular el pensamiento y la planificación y evaluación de sus propios aprendizajes por medio de la metacognición.

Los descriptores que entrenaremos son:

- Identificar potencialidades personales como aprendiz: estilos de aprendizaje, inteligencias múltiples, funciones ejecutivas...
- Gestionar los recursos y motivaciones personales a favor del aprendizaje.
- Generar estrategias para aprender en distintos contextos de aprendizaje.
- Aplicar estrategias para la mejora del pensamiento creativo, crítico, emocional, interdependiente...
- Seguir los pasos establecidos y tomar decisiones sobre los pasos siguientes en función de los resultados intermedios.

- Evaluar la consecución de objetivos de aprendizaje.
- Tomar conciencia de los procesos de aprendizaje.

3. Aspectos didácticos y metodológicos del área en Bachillerato

Los estilos de enseñanza a emplear variaran en función de las situaciones y de los tipos de contenidos. A veces la instrucción directa será obligada por los excesivos contenidos técnicos, y otras nos interesará menos que el proceso de elaboración aplicándose a tal efecto el procedimiento de búsqueda.

Los métodos de enseñanza se presentan con una estrategia global, analítica y mixta.

Cada objetivo puede contener una metodología y una progresión diferente según los específicos resultados que se vayan obteniendo. Ejemplos: ejercicios específicos de trabajo de un músculo o grupo muscular se presentan con una técnica de instrucción directa y con un método de estrategia analítica.

La presentación de un deporte se realiza con una estrategia global y una técnica de enseñanza de resolución de problemas.

En ejercicios de expresión corporal se utiliza la enseñanza mediante la búsqueda, de libre exploración y descubrimientos guiados.

El desarrollo de una clase o sesión seguirá los principios fundamentales de progresión, dificultad, intensidad y motivación:

Riguroso control de asistencia

Presentación de la tarea a realizar

Calentamiento dirigido por el profesor o alumno

Desarrollo de una o varias cualidades físicas

Desarrollo del objetivo específico de la sesión

Vuelta a la calma o relajación.

Se tendrán en cuentas otros valores educativos como:

Posibilitar las aportaciones individuales de los alumnos

Responsabilidad en cuanto al manejo del material didáctico

Diferenciación de niveles de enseñanza en los casos necesarios y estructuración en subgrupos.

Desarrollo de la sesión mediante un clima de trabajo

4. Medidas de atención a la diversidad en Bachillerato

Teniendo en cuenta que lo establecido en el plan de atención a la diversidad para alumnado con dificultades de aprendizaje o para alumnos con altas capacidades, la organización y contenidos de desdobles, agrupamientos flexibles, apoyos y o profundizaciones no existe en la asignatura de Educación Física, nos hemos visto desde siempre obligados a diversificar en cada uno de los casos de impedimento físico, que se nos presenta a corto o largo plazo.

Es difícil diversificar cuando en los partes médicos no se especifica la dolencia y el tipo de ejercicio que se le impide realizar. En estos casos si el médico sólo se limita a escribir reposo deportivo y periodo de duración nosotros nos vemos obligados a sentar al alumno intentando que siga el aprendizaje solo con la explicación y la observación. A estos alumnos se les examinará de los mismos contenidos que al resto de sus compañeros cuando el período de reposo finalice y estén preparados para realizarlos. El profesor en cada caso ofrecerá la ayuda necesaria para que el alumno tenga el tiempo y las herramientas que le permitan superar la prueba si la prepara.

Aquellos alumnos/as que presenten alguna dolencia o enfermedad que implique ausencia de actividad física total o relativa deberán presentar un certificado médico oficial que especifique la recomendación de NO realizar actividad física o especificar el tipo de actividad física que NO le conviene realizar al alumno/a. Cuando en el parte médico sí se especifique incapacidad pero no venga pautado reposo deportivo total y absoluto, el profesor adaptará las tareas que considere que el alumno puede realizar evitando así su desentrenamiento y procurando siempre los medios necesarios para que el alumno se ejercite sin riesgo para su dolencia, lesión o enfermedad. Recordemos que la figura del alumno/a exento no existe en la legislación actual.

Si llegado el momento del examen, la incapacidad o disminución de capacidad persiste, se le adaptarán las pruebas a lo trabajado durante las clases y se le calificará con las pruebas adaptadas.

En el caso de lesiones de larga duración, la adaptación se realizará desde el principio de curso en las actividades que afecten negativamente a dichas dolencias. Será rigurosamente obligatorio que el profesor de Educación Física sea verbalmente informado por el alumno los padres y / o Jefatura de Estudios. En segundo lugar, el alumno tendrá que dejar constancia del problema en la ficha que rellenan al principio de curso y por último, y no menos sino más importante, deberá de entregarse cuanto antes la fotocopia del certificado o parte médico con el diagnóstico que será archivada en el departamento y tratada con la máxima confidencialidad.

El departamento de Educación Física no se hace responsable de problemas que puedan surgir de la práctica de las actividades físicas, cuando esta perjudique o empeore las

dolencias y/ o enfermedades del alumno, si anteriormente no se ha tenido la información médica necesaria del impedimento para realizar la actividad.

En cuanto a los alumnos exentos de práctica, se tendrá en cuenta que todos los alumnos, que por circunstancias de salud no puedan realizar la práctica de la asignatura total o parcialmente, deben acudir a clase, con ropa deportiva y materiales adecuados para la toma de datos teóricos o realización de fichas o tareas teóricas establecidas, para entregar al profesor cuando lo disponga. También cooperará prestando su ayuda para otras actividades como arbitrajes, anotaciones, exámenes. Cuando sea posible se le adaptará la tarea.

Su calificación estará basada en los siguientes apartados, valorando el peso específico de cada uno de ellos, según las circunstancias de cada alumno en particular:

Realización de exámenes escritos

Realización de preguntas orales

Entrega puntual de trabajos

Valoración de su actitud

Examen práctico cuando sea posible o adaptado a las posibilidades de cada alumno

Con respecto a las Adaptaciones Curriculares, aquellos alumnos/as con ACNEES derivadas de su deficiencia motórica:

Seguirán una adaptación curricular significativa, con los objetivos específicos de la fisioterapia y la realización de un trabajo sobre el deporte que interese.

Realizarán las tareas adaptadas junto con el resto de sus compañeros con el apoyo de la fisioterapeuta y fisioterapia en las sesiones de Educación Física que considere oportuno el profesor.

Se les valorará el trabajo escrito y el desarrollado en las sesiones de educación física y fisioterapia.

Siempre se intentará realizar adaptaciones de acceso a las actividades extraescolares con el apoyo de los profesores de pedagogía terapéutica, el estudio de las posibilidades y alternativas a las diferentes actividades, la previsión de transporte adaptado.

5. Materiales y recursos didácticos en Bachillerato

El instituto cuenta con:

Un gimnasio cubierto con pista polideportiva en su interior suficiente para albergar una sola clase. Destacar que es insuficiente para compartir dos clases diferentes dadas las ratios que en el caso de Bachillerato alcanza los 33 alumnos/as.

Dos pistas exteriores con porterías ambas y una de ellas con dos canastas de baloncesto. Desde aquí sugerimos y solicitamos la instalación de más canastas de baloncesto dada su viabilidad espacial que facilitaría el desarrollo de las actividades deportivas en estos grupos con tan elevada ratio.

Material inventariado adjuntado en Anexo I.

6. Actividades extraescolares y complementarias

Debido a que en el currículo oficial de la Comunidad de Madrid está el contenido de actividades en la naturaleza, y es obvio que debe ser tratado en su amplia mayoría en el exterior, el departamento de Educación Física considera la necesidad de realizar tantas salidas fuera del centro como sean necesarias para alcanzar los objetivos del currículo. De acuerdo con los objetivos generales de etapa y de la asignatura de Educación Física hemos elaborado un programa de actividades en la naturaleza que claramente contribuyen a la consecución de los mismos.

Dada la naturaleza complementaria al currículo de esta materia consideramos obligatoria la participación de los alumnos/as a estas actividades, por lo tanto, los alumnos/as que por motivos justificados no las realicen deberán presentar un trabajo escrito relativo a dicha actividad que el profesor especificará en cada uno de los casos, así como un justificante del que el profesor determinará si justifica la no realización de la actividad

Dejamos abierta la posibilidad de participar en otras actividades del programa Madrid Olímpico, organizadas por la CAM, para poder completar nuestra oferta de actividades y /o sustituir el total de la actividad de la E.S.O. y/o el Bachillerato. Se trata de una decisión que no depende de nosotros ya que no tenemos la garantía sobre la oferta de actividades, ser seleccionados, poder abarcar y beneficiar a todos los alumnos dentro de la subvención.

Si existe la posibilidad de realizar actividades de promoción y divulgación de deportes nuevos o que no están incluidos en la programación de contenidos, se estudiará en cada caso siempre y cuando se ajuste al calendario y horario lectivo, aunque la actividad implique salir del centro. Y se tendrá en cuenta la participación y el aprovechamiento por parte del alumno.

Se realizarán ejercicios de carrera en el entorno cercano al centro siempre que el profesor lo considere oportuno, durante la hora de Educación Física.

Sí en un grupo una actividad no se ha llevado a cabo por falta de participación se estudiará en cada caso la posibilidad de que puedan realizar cualquier otra actividad que este contemplada en la programación siempre y cuando el número de participantes lo permita.

Las actividades principales planificadas para Bachillerato son la actividad de esquí, visita al polideportivo municipal y una actividad acuática.

7. Criterios y procedimientos generales de evaluación y calificación en Bachillerato

7.1. Criterios generales de calificación durante el curso y procedimientos de recuperación de evaluaciones o partes pendientes.

Los criterios serán los siguientes:

Asistencia y actitud (20%): Todos los alumnos que cumplen con las exigencias de este apartado obtendrán directamente 2 puntos.

Cada falta de actitud penalizará con -0,5 sobre los 2 puntos que suponen el 20%, en el caso de acumular más de 4 se restará la nota del resto de los apartados.

Las faltas injustificadas se penalizarán con -0,5.

En los grupos en los que la asignatura se imparta en inglés, se tendrá en cuenta el esfuerzo que realice el alumno con referencia al uso de esta lengua durante las clases y la actitud positiva que demuestre hacia su uso y su mejora personal.

Unidades didácticas (80%): Todos los alumnos que cumplen con las exigencias de este apartado obtendrán un máximo de 8 puntos. Divididos entre los contenidos dados durante cada evaluación. La nota de este apartado se obtiene mediante la media de las notas obtenidas en las diferentes pruebas. Las pruebas deben tener una calificación mínima de 4 sobre 10 para poder hacer media con el resto.

El nivel de exigencia en cada una de las pruebas de aptitud física, destrezas deportivas y/o riqueza rítmico/expresiva se adecuará a los parámetros establecidos en cada caso. Los contenidos teóricos se valorarán mediante preguntas diarias de clase, exámenes y/o trabajos realizados tanto en grupo como individualmente.

Para todos los cursos **deberá tenerse en cuenta las siguientes observaciones:**

La falta de asistencia injustificada descuenta 0,50 de la nota de las unidades didácticas

No traer ropa o zapatillas deportivas descuenta 0,50 de la nota de las unidades didácticas

3 retrasos sin justificar equivalen a una falta injustificada, descuenta 0,50 de de las unidades didácticas 3 faltas de asistencia injustificadas en una evaluación, supone evaluación negativa en dicha evaluación.

La negativa a realizar cualquier prueba, ya sea teórica o práctica, supone evaluación negativa y su correspondiente recuperación. El mismo proceso se aplicará para los alumnos que no entreguen trabajos dentro del plazo fijado por los profesores.

Se considerará abandono de la asignatura:

Cuando el alumno/a tenga un 10% de faltas de asistencia injustificadas del total de algunas evaluaciones perderá la evaluación continua.

Cuando el alumno/a no realice las tareas ni en casa ni en clase.

Cuando el alumno/a no se presente a los exámenes o los entregue en blanco (se entiende también no presentarse a los sistemas extraordinarios de evaluación previstos cuando haya perdido la evaluación continua).

No se podrá aprobar la materia si un alumno no se presenta a un examen práctico o teórico, no realiza un trabajo o no presenta un justificante médico oficial.

PRUEBA DE JUNIO:

Aquellos alumnos que hayan suspendido una evaluación por faltas de asistencia recuperarán no faltando a clase en la siguiente evaluación y realizando, si fuera necesario, las pruebas de práctica o teoría a las que en su momento faltaron.

Repetición en junio de las pruebas prácticas y escritas no superadas, para lo cual se les proporcionará medidas educativas especiales para su consecución.

Las recuperaciones se realizarán al final de curso o cuando el profesor lo considere oportuno para el buen funcionamiento de su asignatura, avisando previamente al alumno y consistirán en un examen final de los contenidos conceptuales impartidos durante la evaluación no superada, un examen de los contenidos procedimentales y la entrega de todos los trabajos y actividades exigidas durante la evaluación no superada.

Obviamente, la parte actitudinal no se podrá recuperar pero se tendrá en cuenta para la nota final la mejoría en la actitud del alumno si se muestra y se mantiene una evolución positiva durante al menos una evaluación completa.

Para aquellos alumnos que hayan perdido el derecho a la evaluación continua, las recuperaciones pueden realizarse en la evaluación siguiente, en el caso de que se haya producido la pérdida de derecho a la evaluación continua antes del final de curso, o si no ha podido ser, se realizaran a final de curso.

La nota será tenida en cuenta solo y exclusivamente si el alumno no vuelve a caer en el mismo error, la siguiente falta sin justificar acarrearía una nueva pérdida al derecho de evaluación continua por acumulación de faltas y pasaría automáticamente a examinarse al final de curso.

7.2. Actividades de evaluación para los alumnos que pierden el derecho a la evaluación continua

Para aquellos alumnos que hayan **perdido el derecho a la evaluación continua**, las recuperaciones pueden realizarse en la evaluación siguiente, en el caso de que se haya producido la pérdida de derecho a la evaluación continua antes del final de curso, o si no ha podido ser, se realizarán a final de curso.

7.3. Procedimientos y actividades de recuperación para alumnos con materias pendientes de cursos anteriores

Los alumnos que tengan la asignatura pendiente de cursos anteriores serán evaluados por su profesor correspondiente del curso actual.

Los alumnos con la asignatura pendiente del curso anterior deberán realizar un trabajo por cuatrimestre referente a los contenidos del curso pendiente. Las fechas de entrega de dichos trabajos serán el último día de enero y el último día de mayo. También pueden entregarse los dos trabajos en enero. Los contenidos de los trabajos serán entregados a los alumnos por su profesor correspondiente.

Los alumnos con la asignatura pendiente en cualquier nivel, deberán estar atentos a las comunicaciones que el departamento de Educación Física publique, para la realización de las pruebas de recuperación.

7.4. Pruebas extraordinarias de julio

Los contenidos de las pruebas extraordinarias de julio se entregarán a los alumnos en junio por escrito y además se publicarán en la página web del instituto con la suficiente antelación, para el conocimiento público de todos los alumnos.

Los alumnos deberán realizar unas actividades teóricas durante el verano y presentarlas el día de su examen. Las indicaciones para dichas tareas se darán por escrito en junio. La no presentación de dichas actividades supondrá la imposibilidad de realizar el examen y por lo tanto una calificación negativa y no superación de la prueba.

La prueba de julio contará, además de las actividades teóricas, con dos pruebas, una de contenidos teóricos y otra de contenidos prácticos. Para poder hacer media entre las notas de las diferentes pruebas será necesario sacar una nota mínima de 4 en cada una de ellas. En caso de no alcanzar esa puntuación se considerará no apto.

B) PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE LAS MATERIAS DE LA ETAPA BACHILLERATO

PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 1º DE BACHILLERATO

1. Objetivos de la materia

La enseñanza de la Educación física en el bachillerato tendrá como objetivo el desarrollo de las siguientes capacidades:

1. Conocer y valorar los efectos positivos de la práctica regular de la actividad física en el desarrollo personal y social, facilitando la mejora de la salud y la calidad de vida.
2. Elaborar y poner en práctica un programa de actividad física y salud, incrementando las cualidades físicas implicadas, a partir de la evaluación del estado inicial.
3. Organizar y participar en actividades físicas como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas.
4. Resolver situaciones motrices deportivas, dando prioridad a la toma de decisiones y utilizando elementos técnicos aprendidos en la etapa anterior.
5. Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural, demostrando actitudes que contribuyan a su conservación.
6. Adoptar una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva.
7. Diseñar y practicar, en pequeños grupos, composiciones con o sin base musical, como medio de expresión y de comunicación.
8. Utilizar de forma autónoma la actividad física y las técnicas de relajación como medio de conocimiento personal y como recurso para reducir desequilibrios y tensiones producidas en la vida diaria.

2. Contenidos. Secuencialización y temporalización por evaluaciones.

Los contenidos en el currículo son:

Perfeccionamiento de las habilidades específicas de las actividades físico-deportivas elegidas.

Ajuste de la realización de las habilidades técnicas a la finalidad y oportunidad de cada una de ellas.

Selección y realización de los fundamentos técnicos apropiados atendiendo a los cambios que se producen en el entorno de práctica.

Autogestión de las actividades físico-deportivas en el entorno natural como actividades de ocio: requisitos para utilizar los espacios naturales, comunicación de la actividad.

Adecuación de los componentes técnico tácticos a diferentes situaciones de juego.

Estrategias en las actividades de oposición practicadas. Búsqueda de situaciones de ventaja propia y desventaja del adversario.

Sistemas de juego de las actividades de colaboración-oposición elegidas.

Coordinación con los compañeros, responsabilidad en las propias funciones y ayudas en las estrategias colectivas.

Calidades de movimiento y expresividad. Espacio, tiempo e intensidad.

Parámetros espaciales y agrupamientos en las composiciones.

Coherencias expresivas y temporales de la música y el movimiento.

Las actividades artístico-expresivas como fenómeno colectivo y la influencia de las redes sociales (ejemplos como el del “flash mob”).

Manifestaciones culturales de la danza y la expresión corporal.

Práctica y caracterización de actividades de acondicionamiento físico en el entorno: cardiovasculares con y sin soporte musical, musculación, gimnasias posturales, etc.

Profundización en el trabajo de acondicionamiento físico enfocado a las propias necesidades.

Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos.

Análisis de la implicación de los factores de la aptitud motriz en las actividades seleccionadas.

Márgenes de mejora de la aptitud motriz en función del nivel personal y de las posibilidades de práctica.

Programas de mejora de las capacidades físicas y coordinativas implicadas en las actividades físico-deportivas practicadas, dentro de los márgenes de la salud.

Hidratación y alimentación en los programas personales de actividad física.

Procedimientos para la autoevaluación de la aptitud motriz.

Toma de conciencia de las propias características y posibilidades.

Repercusión social y económica del fenómeno deportivo: deporte praxis versus deporte espectáculo, análisis de modelos de conducta que se asocian al deporte, intereses económicos y políticos, etc.

Ejercicio físico y modelo social de cuerpo. Cuerpo masculino y cuerpo femenino y su reflejo en las actividades individuales. Interferencias entre los modelos sociales de cuerpo y la salud.

El entorno natural y las actividades físico-deportivas: impacto de las actividades en los ecosistemas, relación entre la recreación y el civismo.

La norma como elemento regulador de conductas en las actividades sociomotrices.

Capacidades emocionales y sociales en la situación competitiva. Respeto y valoración del adversario.

Medidas de prevención y seguridad en las actividades físico-deportivas en el medio natural: información fiable sobre meteorología, adecuación de la indumentaria, estado de los materiales, adecuación del nivel de dificultad y el nivel de competencia de los participantes, avituallamiento y lugares de estancia o pernoctación, etc.

Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Secuencia y distribución temporal de contenidos por evaluaciones

PRIMERA EVALUACIÓN:

Calentamiento y vuelta a la calma

Condición física

Sistema muscular

Relajación y respiración

SEGUNDA EVALUACIÓN:

Nutrición

Expresión corporal

Deporte colectivo

TERCERA EVALUACIÓN:

Deporte individual

Actividades en la naturaleza

Golf

3. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

Elaborar y poner en práctica de manera autónoma pruebas de valoración de la condición física orientadas a la salud.

Planificar y realizar de manera autónoma un programa de actividad física y salud, utilizando las variables de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad.

Organizar y realizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles en el centro y en su entorno próximo.

Incrementar las capacidades físicas de acuerdo con sus posibilidades y nivel de desarrollo motor.

Perfeccionar las habilidades específicas del deporte seleccionado, demostrando un dominio técnico y táctico en situaciones reales de práctica.

Realizar, en el medio natural, una actividad física de bajo impacto ambiental, colaborando en su organización.

Colaborar en la elaboración y ejecución de composiciones corporales colectivas, teniendo en cuenta las manifestaciones de ritmo y expresión, cooperando con los compañeros.

Realizar diversas representaciones corporales en las que se utilice la música como apoyo rítmico.

Emplear técnicas de relajación y de autocontrol, de manera autónoma, como medio de mejora de la salud y de la calidad de vida.

Mostrar una actitud de aceptación del juego limpio como expresión del respeto hacia los demás y hacia uno mismo durante la realización de la actividad física y la práctica deportiva.

Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para la ampliación de conocimientos relativos a la actividad física, el deporte y la recreación.

4. Criterios específicos de evaluación, calificación y recuperación en la materia

Los alumnos deberán participar en las sesiones tanto teóricas como prácticas con interés, respeto a la materia, espíritu de superación y actitud colaboradora.

En cuanto a los **criterios de calificación y recuperación** en la etapa de Bachillerato, nos remitimos a lo establecido en el punto III.4 de la programación.

Dentro de cada evaluación los **criterios específicos de evaluación** serán los siguientes:

CONDICIÓN FÍSICA:

Dirigir un calentamiento específico.

Diferenciar las capacidades físicas básicas que predominan en cada actividad.

Diseño y desarrollo de un programa de mejora de la condición física.

SISTEMA MUSCULAR

Identificar los principales músculos y su función

Diseñar ejercicios para trabajar la fuerza y/o flexibilidad de dichos músculos

Realizar poster sobre el tema según intereses del alumno

NUTRICIÓN

Repasar los conceptos básicos de nutrición

Valorar la ingesta personal

Realizar un programa equilibrado de ingesta-gasto

EXPRESIÓN CORPORAL

Realizar una coreografía grupal o actividad artístico-expresiva utilizando la técnica seleccionada por el grupo: danza, drama, mimo, sombras chinas, representación de historias, expresión de sensaciones, recreación de obras de arte o videos musicales.

Cooperación grupal

Capacidad de liderazgo

DEPORTE COLECTIVO

Perfeccionar la técnica

Adecuar la táctica a las situaciones de juego

Conocer los sistema de juegos básicos

Aplicar estrategias colectivas de colaboración

DEPORTE INDIVIDUAL

Mejora de la técnica del deporte

Participación activa en situaciones reales de juego mediante torneos

Conocer y aplicar el sistema de arbitraje

ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA

Autogestionar planificación de actividad en medio natural

Adaptar equipamiento en función de la climatología

Aplicar las técnicas básicas siguiendo criterios de seguridad y prevención

RELAJACIÓN Y RESPIRACIÓN

Conocer y aplicar técnica de relajación de Jacobson

Conocer y aplicar pranayamas y asanas de yoga

Utilizar la respiración como elemento de reducción del stress y la fatiga

INVENTARIO DE MATERIAL

ATLETISMO	SALTIMETROS	\$4.00
ATLETISMO	TESTIGOS DE MADERA	\$12.00
ATLETISMO	VALLA BAJA	\$3.00
ATLETISMO	VALLAS	\$4.00
BÁDMINTON	POSTES	\$4.00
BADMINTON	POSTES	\$4.00
BÁDMINTON	RAQUETAS	\$48.00
BÁDMINTON	VOLANTES	\$36.00
BALONCESTO	BALÓN	\$40.00
BALONMANO	BALÓN	\$22.00
BEISBOL	BATE FOAM	\$4.00
BEISBOL	BATE MADERA	\$2.00
BEISBOL	BOLA FOAM	\$6.00
DEPORTE	BRAZALETES AZUL=10 ROJO=17 AMARILLO= 4	\$21.00
DEPORTE	CONO BAJO	\$113.00
DEPORTE	PETOS NARANJAS AZUL 2	\$7.00
FITNESS	BALÓN MEDICINAL 2 KG.	\$5.00
FITNESS	BALÓN MEDICINAL 3 KG.	\$10.00
FITNESS	BANCOS SUECOS	\$18.00
FITNESS	COLCHONETA FINA	\$18.00
FITNESS	COLCHONETA GRUESA	\$2.00
FITNESS	CONO ALTO	\$6.00
FITNESS	CUERDA SALTAR	\$24.00
FITNESS	CUERDA TRESA	\$6.00
FITNESS	ESTERILLAS	\$40.00
FITNESS	GOMAS ELÁSTICAS	\$22.00
FITNESS	PICAS MADERA	\$21.00
FITNESS	PICAS PLASTICO	\$18.00
FITNESS	PLUNTO	\$2.00
FLOORBALL	BOLAS	\$25.00
FLOORBALL	STICKS METALAZUL8 NEGROS ROJOS PLÁSTICO VERD	\$48.00
FRISBEE	DISCO VOLADOR	\$22.00
FÚTBOL	BALÓN FOAM	\$4.00
FÚTBOL	BALÓN REGLAMENTARIO	\$12.00

FUTBOL	REDES PORTERÍA	\$5.00
GIMNASIA	ARCOS	\$19.00
GIMNASIA	MAZAS PLÁSTICO	\$5.00
GIMNASIA	PELOTA GOMA	\$18.00
GIMNASIA	TRAMPOLÍN MADERA	\$1.00
ORIENTACIÓN	BRÚJULAS	\$28.00
PALAS	PALA AMARILLA PLÁSTICO	\$39.00
PALAS	PALA NEGRA MADERA	\$12.00
RUGBY	BASE BALÓN	\$2.00
RUGBY	BALÓN	\$7.00
TENIS	PELOTA FOAM	\$6.00
TENIS	PELOTA	\$18.00
TIC	IMPRESORA HP F2480	\$1.00
TIC	ORDENADOR PORTÁTIL HP	\$1.00
TIC	RADIOCASETE CD PORTÁTIL	\$1.00
TIC	TORRE MÚSICA SONY	\$1.00
TIC	VIDEOREPRODUCTOR VHS DVD	\$1.00
VOLEY	BALÓN	\$30.00
VOLEY	POSTES	\$6.00
VOLEY	RED	\$3.00
VOLEY	REDES PORTERÍA	\$2.00
	BOMBA INFLAR MANUAL	\$1.00
	BOMBA INFLAR COMPRESOR	\$1.00

ESQUEMA DE CONTENIDOS PARA ESO Y BACHILLERATO

EDUCACIÓN FÍSICA				
1 ESO	2 ESO	3 ESO	4 ESO	1 BACHILLERATO
UNIDADES DIDÁCTICAS - 80% de la nota		ACTITUD – 20% de la nota	SESIONES x EVAL.= 20-26-18	
1- ANATOMÍA BÁSICA 1- CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA 1- CONDICIÓN FÍSICA 1- SENDERISMO 2- ULTIMATE FRISBEE 2- ATLETISMO: jabalina y salto longitud 2- EXPRESIÓN CORPORAL: mimo y juego dramático 3- DEPORTES RAQUETA 3- BALONMANO 3- GOLF	1- CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA 1- CONDICIÓN FÍSICA 1- ESCALADA 2- HIGIENE POSTURAL 2- FÚTBOL 2- EXPRESIÓN CORPORAL: ACROSPORT 2- GIMNÁSTICA Y ACROBACIA 3- LUCHA 3- DEPORTES ALTERNATIVOS 3- GOLF 3- RESPIRACIÓN Y RELAJACIÓN	1- CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA 1- CONDICIÓN FÍSICA 1- ATLETISMO: vallas y altura 2- BÁDMINTON 2- EXPRESIÓN CORPORAL: line dance 2- BALANCE INGESTA-GASTO 3- BALONCESTO 3- ORIENTACIÓN 3- GOLF	1- BENEFICIOS ACTIV.FÍSICA Y HÁBITOS PERJUDICIALES: SEDENTARISMO, TABACO, ALCOHOL. 1-CALENTAMIENTO Y VUELTA CALMA 1-CONDICIÓN FÍSICA FRECUENCIA CARDIACA: PULSÓMETRO 1-DEPORTES RAQUETA-2 1-ESCALADA2 2-EXPRESIÓN CORPORAL: COREOGRAFÍAS 2,3-PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN TORNEOS 3-LESIONES COMUNES EN EF 3-PATINAJE 3-DEPORTE COLECTIVO	1- CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA 1- CONDICIÓN FÍSICA 1- SISTEMA MUSCULAR 2- NUTRICIÓN 2- EXPRESIÓN CORPORAL 2- DEPORTE COLECTIVO 3- DEPORTE INDIVIDUAL 3- ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA 3- GOLF 1,2,3- RELAJACIÓN y RESPIRACIÓN
ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES				
-SENDERISMO -ESQUÍ 5 DIAS -GOLF -CROSS -SENDERISMO MCO *MADRID COMUNIDAD OLÍMPICO EN TODOS LOS CURSOS SEGÚN ASIGNEN ACTIVIDADES	-ESCALADA AMAZONIA -ESQUÍ 5 DIAS -GOLF (DEPORTE) -CROSS -LUCHA	-ACTIVIDAD ACUÁTICA -GOLF (DEPORTE) -CROSS -SNOW 1 DIA -ORIENTACIÓN -PIRAGÜA	-PATINAJE HIELO -MONOGRÁFICO ESCALADA -PATINAJE RUEDAS MCO -SNOW 1 DIA -RCP	-VISITA POLIDEPORTIVO LOCAL - ESQUI FONDO -GOLF - SENDERISMO/ ACTIVIDAD ACUÁTICA. -ESPELEOLOGÍA

DEPORTE	
2 ESO	3 ESO
UNIDADES DIDÁCTICAS - 80% de la nota ACTITUD – 20% de la nota SESIONES x EVAL.= 20-26-18	
1. GOLF 2. RUGBY 3. TENIS DE MESA 4. PATINAJE 5. FLOORBALL 6. ACTIVIDADES EN MEDIO NATURAL	1. GOLF 2. RUGBY 3. TENIS DE MESA 4. PATINAJE 5. FLOORBALL 6. ACTIVIDADES EN MEDIO NATURAL
ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES	
- GOLF - ACTIVIDADES EN MEDIO NATURAL	- GOLF - ACTIVIDADES EN MEDIO NATURAL