IES EL ESCORIAL

Programación didáctica del Departamento de EDUCACIÓN FÍSICA

Curso 2020/21

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN Y ASPECTOS GENERALES **5**

1. Composición y organización del departamento **5**

2. Etapas y materias impartidas por el departamento **5**

3. Distribución de materias entre el profesorado del departamento **5**

4. Acuerdos comunes y objetivos del departamento para este curso **6**

5. Protocolo COVID-19 del Departamento de Educación Física **7**

I. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO PARA LA ETAPA E.S.O. **12**

A. ASPECTOS GENERALES DE PROGRAMACIÓN DE LAS MATERIAS DEL DEPARTAMENTO EN LA ETAPA ESO. **12**

1. Contribución a los objetivos generales de la etapa ESO **12**

2. Contribución de las materias del departamento a las competencias básicas en la etapa ESO **14**

3. Aspectos didácticos y metodológicos de las materias del departamento en la etapa ESO **18**

4. Tratamiento de la diversidad, medidas de atención y adaptaciones curriculares **19**

5. Tratamiento de elementos transversales en la etapa: comprensión y expresión oral y escrita. Educación en valores y utilización de las tecnologías de la información y comunicación **24**

6. Materiales y recursos didácticos en la etapa ESO **25**

7. Estrategias de animación a la lectura a través de las materias del departamento en la etapa ESO **26**

8. Actividades extraescolares y complementarias de las materias del departamento en la ESO **26**

9. Criterios y procedimientos generales de evaluación y calificación de las materias del departamento en la ESO **31**

9.1 Criterios y procedimientos de calificación y evaluación durante el curso y en la prueba ordinaria 34

9.2 Criterios y procedimientos de calificación para aquellos alumnos que pierdan el derecho a la evaluación continua 42

9.3 Criterios y procedimientos de calificación en la prueba extraordinaria. 43

9.4. Medidas de apoyo y / o refuerzo educativo 43

9.5. Sistemas generales de recuperación de las materias del departamento pendientes de cursos anteriores. 46

B. PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE LAS MATERIAS DE LA ETAPA E.S.O. 48

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 1º ESO 48

1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias en la materia. 48

2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia 52

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 2º ESO 55

1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias en la materia. 55

2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia 59

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA OPTATIVA DE DEPORTE EN 2º ESO 62

1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias en la materia. 62

2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia 64

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 3º ESO 66

1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias en la materia. 66

2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia 70

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 4º ESO 73

1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias en la materia. 73

2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia 78

II. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO PARA LA ETAPA BACHILLERATO 81

A. ASPECTOS GENERALES DE PROGRAMACIÓN DE LAS MATERIAS DEL DEPARTAMENTO EN LA ETAPA DE BACHILLERATO 81

1. Contribución a los objetivos generales del Bachillerato **81**

2. Contribución a la adquisición de competencias **82**

3. Aspectos didácticos y metodológicos de las materias y asignaturas del departamento en Bachillerato **85**

4. Medidas de atención a la diversidad en Bachillerato **86**

5. Elementos transversales del currículo **88**

6. Materiales y recursos didácticos en Bachillerato **89**

7. Actividades extraescolares y complementarias de las materias del departamento en Bachillerato **90**

8. Criterios y procedimientos generales de evaluación y calificación de las materias del departamento en Bachillerato **91**

8.1. Criterios generales de calificación durante el curso y procedimientos de recuperación de evaluaciones o partes pendientes. 91

8.2. Actividades de evaluación para los alumnos que pierden el derecho a la evaluación continua 99

8.3. Procedimientos y actividades de recuperación para alumnos con materias pendientes de cursos anteriores 100

8.4. Pruebas extraordinarias 101

B. PROGRAMACIÓN DE LAS MATERIAS DE BACHILLERATO DEL DEPARTAMENTO 102

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º DE BACHILLERATO 102

1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias en la materia 102

Objetivos de la materia 102

Contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje. 103

2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia 117

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA OPTATIVA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA DE 2º DE BACHILLERATO 119

1. Organización y secuenciación de objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y adquisición de competencias en la materia. 119

Objetivos de la materia 119

Contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje. 119

2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia 125

III. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO PARA EL PRIMER CURSO DE FORMACIÓN PROFESIONAL BÁSICA 127

A. ASPECTOS GENERALES DE PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD FORMATIVA "CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA I" 127

1. Orientaciones pedagógicas para la unidad formativa "Ciencias de la actividad física I" **..... 127**

B. PROGRAMACIÓN DE LAS MATERIAS DE FORMACIÓN PROFESIONAL BÁSICA DEL DEPARTAMENTO 129

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD FORMATIVA "CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA I" PARA EL PRIMER CURSO DE F.P.B. 129

1. Contenidos, criterios de evaluación y resultados de aprendizaje 129

2. Organización y temporalización de los contenidos de enseñanza-aprendizaje 133

3. Criterios de calificación 134

C. PLAN DE MEJORA DE RESULTADOS ACADÉMICOS DE MATERIAS Y ASIGNATURAS DEL DEPARTAMENTO 136

D. ACTIVIDADES PREVISTAS POR EL DEPARTAMENTO PARE EL PERÍODO EXTRAORDINARIO DE JUNIO. ALUMNOS CON MATERIAS SUSPENSAS Y ALUMNOS SIN MATERIAS SUSPENSAS 138

1. **.....** Alumnos con materias suspensas **..... 138**

2. **.....** Alumnos sin materias suspensas **..... 138**

ANEXOS: 139

INVENTARIO DE MATERIAL **..... 139**

ESQUEMA DE CONTENIDOS POR EVALUACIONES PARA ESO Y BACHILLERATO **..... 143**

ESQUEMA DE CONTENIDOS POR EVALUACIONES DE LAS MATERIAS OPTATIVAS **..... 144**

ESQUEMA DE TRABAJOS PARA ALUMNNOS CON EDUCACIÓN FÍSICA O MATERIAS OPTATIVAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES **..... 145**

ESQUEMA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES POR CURSO **..... 147**

INTRODUCCIÓN Y ASPECTOS GENERALES

1. Composición y organización del departamento

Los profesores del Departamento de Educación Física en el curso actual son:

- Diego Romero Nieto. Profesor de Educación Física habilitado en inglés.
- Mercedes Defensor Danggol. Profesora de Educación Física habilitada en inglés y jefa del departamento.
- Profesor/a a media jornada.

2. Etapas y materias impartidas por el departamento

El Departamento imparte las siguientes materias:

- Educación Física en todos los cursos de la Educación Secundaria Obligatoria (E.S.O.), 1º de Bachillerato y Primer curso de Formación Profesional Básica (F.P.B.)
- La materia optativa de Deporte en 2º E.S.O.
- La materia optativa de Educación Física y Deportiva en 2º de Bachillerato.

3. Distribución de materias entre el profesorado del departamento

ETAPA	**CURSO**	**MATERIA**	**PROFESOR/A**
E.S.O.	1º	Educación Física	Mercedes
E.S.O.	2º	Educación Física	Diego
E.S.O.	3º A, B	Educación Física	Media jornada
E.S.O.	3º C, D	Educación Física	Diego
E.S.O.	4º A, B	Educación Física	Media jornada
E.S.O.	4º C	Educación Física	Diego
BACHILLERATO	1º	Educación Física	Mercedes
F.P.B.	1º	Educación Física	Mercedes
ETAPA	**CURSO**	**MATERIA OPTATIVA**	**PROFESOR/A**
E.S.O.	2º	Deporte	Diego
BACHILLERATO	2º	Educación Física y Deportiva	Mercedes

4. Acuerdos comunes y objetivos del departamento para este curso

El 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, en todos los cursos.
- 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.

Por su parte, el Departamento pretende:

- Fomentar la vida saludable a través de un trabajo continuo de todos los componentes de la condición física durante todo el curso escolar. Valorar y medir la evolución de los mismos a lo largo del curso. Potenciar el trabajo de la fuerza de los músculos implicados en el mantenimiento de la postura y la flexibilidad de aquellos que normalmente se acortan por posturas inadecuadas.
- Fomentar el uso activo de su tiempo de ocio a través de programas complementarios.
- Incrementar el porcentaje de alumnado con evaluación positiva.
- Especialmente durante este curso, implementar todas las medidas de higiene y seguridad acentuadas por la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19. Para ello, se ha elaborado un protocolo específico de actuación en el Departamento que se explica en el siguiente punto.

5. Protocolo COVID-19 del Departamento de Educación Física

El ámbito de la Educación Física es un espacio fundamental en la formación escolar de nuestro alumnado mediante su propio desarrollo físico. Sin embargo, el alumnado puede incurrir en el error de tener como referencia la clase de Educación Física como un ambiente propicio para relajar las medidas de protección después de llevar un número determinado de horas la mascarilla y ese puede ser el error, al tratarse de un punto crítico en la posible transmisión en caso de no tomar las medidas de prevención y de protección oportunas. Debe ser precisamente en este entorno donde deba extremarse más la concienciación del alumnado para trabajar de forma segura y responsable.

El área de Educación Física es de carácter eminentemente práctico. Se priorizará la impartición de contenido práctico en las clases online (alumnado a partir de 3º ESO) y, en caso de darse en el aula o en el gimnasio, se seguirán las medidas de protección ordinarias (distancia de seguridad, material propio y uso de mascarilla).

En la clase práctica en el gimnasio/pistas exteriores, la actividad irá encaminada a minimizar los riesgos, para lo que se tendrán en cuenta lo señalado en las **instrucciones sobre medidas organizativas y de prevención, higiene y promoción de la salud frente a Covid-19 para centros educativos en el curso 2020-2021**. Al respecto de lo establecido en la Educación Secundaria obligatoria y relacionado con nuestra área, dicho documento señala lo siguiente:

"Los alumnos llevarán mascarilla en caso de que no pueda guardar la distancia de seguridad de 1,5 metros. Para las sesiones en que se desarrollen actividades físicas y deportivas, los centros adoptarán las medidas organizativas necesarias para su desarrollo que minimicen el riesgo de contagio. Se realizarán al aire libre, siempre que sea posible, guardando la distancia de seguridad, se desinfectarán todos los aparatos y material deportivo que se haya utilizado antes de que el siguiente grupo los utilice. Si las actividades se realizan en espacios cerrados, se extremarán las medidas de limpieza y desinfección de la sala y se ventilará adecuadamente."

Ampliando las instrucciones en cuanto a medidas higiénico-sanitarias de prevención Covid-19 durante el curso 2020-21, el anexo II especifica en el punto 4, relacionado con **actividad física, deporte**, los siguientes puntos:

a. *El uso de las instalaciones deportivas deberá ser siempre autorizado y supervisado por el profesorado responsable en ese momento del grupo de alumnos. Se mantendrá la distancia de seguridad ampliada y adaptada al deporte. Se debe hacer una correcta higiene de manos antes y después de la realización de actividad física y aquellas veces en las que fuere necesario.*
b. *Todas las actividades deportivas que se pueden trasladar al exterior se realizarán al aire libre. Las clases de Educación Física se programarán evitando los ejercicios que conlleven contacto.*

c. *En los deportes de contacto tales como baloncesto o fútbol, se realizarán conformándose grupos estables durante todo el curso escolar.*

Teniendo en cuenta lo establecido oficialmente como punto de partida, las medidas a considerar por parte del profesorado de Educación Física en nuestro instituto en cuanto a la **PUESTA EN PRÁCTICA** de nuestras materias son las siguientes:

- Priorizar las actividades sin contacto físico y al aire libre, siempre que las condiciones meteorológicas y la distribución de espacios para cada profesor lo permita.
- Promover actividades que permitan el distanciamiento físico entre el alumnado (mínimo 1,5 metros, incluso 2 metros). Dentro del gimnasio se han marcado espacios acotados de 2 metros x 2 metros a modo de cuadrículas para la realización de actividades.
- Si la situación impide el distanciamiento (acceso al gimnasio, coincidencia en el vestuario, etc.), el alumnado deberá utilizar de manera obligatoria la mascarilla.
- Controlar las actividades que supongan un requerimiento físico mayor (altas intensidades), para valorar el uso de la mascarilla, siempre respetando la distancia de seguridad y supervisado por el profesorado.
- Tratar de evitar que el alumnado corra en línea a poca distancia uno de otro y, en ese caso, será responsabilidad del alumno que vaya detrás del compañero la de guardar la oportuna distancia de seguridad.
- En caso de coincidencia de profesores en la misma hora, deberá trabajar cada uno espacios distintos y lo más alejados posible el uno del otro. Dicho reparto de espacios se realizará de manera previa tras la entrega de horarios de cada profesor en el principio de curso.
- Las actividades previstas durante el recreo dentro del "Programa de recreos activos" serán tenis de mesa y un espacio para las posibles coreografías que tengan que practicar los alumnos durante el curso para la clase de Educación Física. Estas coreografías las realizarán únicamente con los compañeros de cada grupo estable de trabajo formados desde principio de curso. Estas actividades estarán debidamente supervisadas por el profesor correspondiente, quien asegurará las distancias entre los alumnos y el uso y limpieza debidas del material. Dichas actividades estarán supeditadas a la evolución de la situación actual y a la organización del centro en cuanto a las guardias de recreo, pudiendo retrasarse el comienzo de las mismas (otros cursos el comienzo ha sido la primera semana de octubre).
- Al principio y al final de la actividad deportiva, así como las veces necesarias durante la sesión de clase, sobre todo, por el uso del material, el alumnado deberá desinfectarse las manos.
- El alumnado saldrá con la mascarilla puesta después de la clase de Educación Física.
- Se priorizará la entrega de trabajos de manera telemática.
- El uso de la mascarilla quedará bajo el criterio del profesorado, en función de la intensidad del ejercicio y teniendo en cuenta que se cumpla la oportuna distancia de seguridad. A principio de curso, se priorizará el uso de la mascarilla en las clases.

En cuanto al **MATERIAL**, se deberán seguir las siguientes indicaciones:

- A principio de curso se señalará la obligatoriedad de material básico de uso personal, por ejemplo, una comba será obligatoria para algunos cursos durante este curso. Cada profesor señalará el material básico necesario para sus grupos, tanto obligatorio como recomendado. Por ejemplo, para sesiones que lo requieran, se recomendará el uso de esterilla y/o toalla (no obligatorio, recomendable). A partir de 3º ESO se recomendará (no es obligatorio) la adquisición de un par de mancuernas de 1 kilo para trabajo en casa. Por otra parte, será recomendable disponer de una riñonera pequeña en el que guardarán el gel hidroalcohólico, una mascarilla de repuesto, y un paquete de pañuelos de papel.
- En cuanto a los contenidos en los diferentes cursos, se recomendará compra de material para uso personal. Por ejemplo, una raqueta de bádminton en 3º ESO. En caso de no poder adquirirlo, se podrá usar material del Departamento, responsabilizándose cada alumno de su desinfección y de las oportunas medidas higiénicas en cuanto al uso de gel hidroalcohólico antes y después de su uso.
- Para algunos contenidos, se promoverá la autoconstrucción de materiales (por ejemplo, malabares).
- El uso de grifos y fuentes para el consumo de agua no está recomendado, por lo que, se promoverá que los alumnos lleven su propia botella de agua, adecuadamente identificada.
- La camiseta de cambio será voluntaria durante este curso escolar.
- Siempre y cuando sea posible, no se permitirá la entrada al gimnasio con mochilas u otro tipo de material que no se haya indicado para la clase de Educación Física, excepto cuando su aula esté ocupada, el alumnado no vuelva a su aula de referencia o haya terminado su jornada escolar (última hora). Las mochilas se guardarán en los vestuarios, respetando espacio de seguridad entre unas y otras. Se valorará dejarlas en el patio en caso de coincidencia en los espacios.
- Planificar adecuadamente la realización de las actividades, teniendo en cuenta los tiempos de preparación de las mismas y los tiempos de desinfección posteriores del material.
- Está totalmente prohibido que el alumnado tenga acceso al almacén del material sin supervisión de alguno de los profesores.
- Gran parte del material estará numerado para un mayor control.
- El profesor/a entregará siempre el material en cada clase, debiendo evitar las aglomeraciones durante dicho proceso.
- El material de Educación Física no puede estar pasando de mano en mano sin control alguno. Al final del uso de un material, éste deberá ser desinfectado antes de ser utilizado por otro alumno.

- El material será de uso individual. Como se ha indicado anteriormente, al final de cada clase se destinará un tiempo para su desinfección (el material no debe volver al almacén sin estar desinfectado, ya que, es fundamental mantenerlo como zona limpia).
- Priorizar el uso de materiales que sean sencillos de desinfectar.
- El proceso de desinfección se realizará con los productos apropiados y específicos para tal fin, en nuestro caso utilizaremos un spray multiusos sin lejía.
- Las actividades que impliquen compartir material se realizarán siempre dentro del grupo estable formados a principio de curso y cada grupo se encargará de la limpieza de dicho material, según las pautas indicadas por el profesorado. Por otra parte, se procurará utilizar el mínimo material posible.
- Además de material deportivo, el profesorado dispondrá de gel hidroalcohólico y mascarillas de repuesto por si el alumnado rompe alguna de las suyas por causa de la actividad deportiva.
- La dotación higiénica mínima del gimnasio será:
    - Jabón de mano en los vestuarios
    - Pulverizador de gel hidroalcohólico
    - Limpiador desinfectante multiusos de pistola, específico para el material y sin lejía
    - Rollo de papel grueso
    - Papeleras con bolsa tanto dentro de los vestuarios como dentro del gimnasio
- Con respecto a los equipos de protección, el profesorado utilizará el mismo EPI que utiliza el profesor de cualquier otra materia en el aula, tanto en las clases en las pistas exteriores como en el gimnasio.

En cuanto a los **ESPACIOS**, se siguen las siguientes recomendaciones:

- Priorizar las actividades al aire libre a otras que se realicen en el interior de espacios cerrados.
- En el caso de realización de actividad dentro del gimnasio, éste estará ventilado durante toda la actividad (las puertas laterales permanecerán abiertas) y en los cambios de clase. A la llegada del invierno, se valorará cómo realizar la tarea de ventilación, posiblemente se limitará la apertura de las puertas entre los cambios de clase, pudiendo ampliarse en los tiempos que el horario lo permita, es decir, cuando no haya ningún profesor impartiendo clase en ese momento.
- Están designadas las zonas de acceso al gimnasio, con circulación por la derecha. En las pautas de comienzo de curso, se insistirá en que el alumnado guarde las distancias de seguridad en todo momento.
- A no ser que sólo haya un grupo durante un periodo de clase, no se permitirá la entrada de los alumnos por la puerta lateral del gimnasio que comunica con las pistas exteriores.

- Para evitar la acumulación del alumnado que sale con el que entra, en los cambios de clase, priorizar la salida de los alumnos que terminan la clase antes de la entrada de los alumnos del siguiente grupo.
- El aforo en los vestuarios estará limitado a 3 personas.
- Al final de la hora (y antes de que venga el grupo siguiente), tanto el alumnado como el profesorado comprobará que no queda ropa ni otro material del alumnado dentro del gimnasio y en los vestuarios.

Conscientes de la complejidad de nuestra área en cuanto a la aplicación de las medidas de prevención e higiene, sobre todo, con lo relacionado con el uso de la mascarilla durante nuestras clases, el profesorado atenderá a las distancias de seguridad necesarias, adaptaciones en las actividades y deportes, así como al sentido común y a criterios de salud durante la práctica de la actividad física.

I. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO PARA LA ETAPA E.S.O.

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

1. Contribución a los objetivos generales de la etapa ESO

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

La Educación Física contribuye a los objetivos propuestos en dicho currículo, aunque estrechamente relacionado con nuestra materia es el siguiente:

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.

2. Contribución de las materias del departamento a las competencias básicas en la etapa ESO

En el área de Educación Física incidiremos en el trabajo 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 y distancias.

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.
- 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 la 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.

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 elemenos de comunicación no verbal.

Al ser un centro bilingüe e impartir la asignatura en otra lengua:

- Mantener conversaciones en otras lenguas sobre temas cotidianos en distintos contextos.

- Producir oral y por escrito mensajes de complejidad para su uso en situaciones cotidianas.

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.

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, funtamentalmente 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.

Los descriptores que entrenaremos son los siguientes:

- Aplicar derechos y deberes de la convivencia ciudadana en el contexto escolar.
- Desarrollar capacidad de diálogo con los demás en situaciones de convivencia y trabajo.
- Mostrar disponibilidad para la participación activa.
- Reconocer riqueza en la diversidad de opiniones e ideas.
- 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.
- Priorizar la consecución de objetivos grupales sobre los personales.
- 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.

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.

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

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 resultados específicos 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 descubrimiento guiados.

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

- Presentación de la tarea: objetivos y contenidos
- Calentamiento por profesor o alumno
- Desarrollo de las actividades de la sesión
- Vuelta a la calma o relajación
- Riguroso control de asistencia

Se tendrán en cuenta 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.

4. Tratamiento de la diversidad, medidas de atención y adaptaciones curriculares

4.1 Aspectos generales propios del departamento respecto al tratamiento de la diversidad

Teniendo en cuenta que lo establecido en el plan de atención a la diversidad para el 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 periodo 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 que presenten alguna dolencia o enfermedad que implique ausencia de actividad física total o relativa deberán presentar una notificación médica que especifique la recomendación de NO realizar actividad física o especificar el tipo de actividad física que NO le conviene realizar al alumno. Cuando en el parte médico sí se especifique incapacidad, pero no venga pautado con 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 ejercite sin riesgo para su dolencia, lesión o enfermedad. Recordemos que la figura del alumno 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 o Jefatura de Estudios. En segundo lugar, el alumno tendrá que entregar cuanto antes la fotocopia del certificado o parte médico con el diagnóstico, que será archivado en el departamento y tratado con la máxima confidencialidad.

El Departamento de Educación Física no se hace responsable de problemas que puedan surgir de la práctica de actividades físicas, cuando ésta perjudique o empeore las dolencias 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 que por circunstancias de salud no puedan realizar la práctica de la asignatura total o parcialmente, deben acudir a clase. También cooperará prestando su ayuda para otras actividades como arbitrajes, anotaciones y realizará los exámenes y trabajos oportunos de los contenidos relacionados con las unidades didácticas que se están impartiendo.

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

4.2 Alumnos con Necesidades Educativas Especiales

Con respecto a las **adaptaciones curriculares**, distinguimos:

a) **Adaptaciones generales de acceso al currículo de los alumnos con necesidades educativas especiales (N.E.E.) derivadas de su deficiencia psíquica**:

Seguirán la programación ordinaria junto a sus compañeros, en la medida de sus posibilidades. 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 alumnos 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 desarrollo en las sesiones de Educación Física y fisioterapia.

Aquellos alumnos que por su discapacidad no puedan asistir a las clases con normalidad, sino que permanecen con la fisioterapeuta en su rehabilitación motriz, desarrollarán un trabajo teórico por evaluación relacionado con los contenidos del curso y adaptado a sus posibilidades: PowerPoint, trabajo de exposición oral a los compañeros, etc.

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

c) **Alumnos con altas capacidades**. El tratamiento hacia estos alumnos estará basado en actividades de ampliación tanto en la parte práctica como en la teórica. Subir la exigencia en la práctica mediante el aumento de la dificultad o intensidad en los parámetros que sean posibles sin perjuicio de la salud. En cuanto a la parte teórica, plantear preguntas que requieran un análisis más profundo, por ejemplo.

4.3 Alumnos del Programa de Compensatoria

A priori, las características de los alumnos del programa de compensatoria, es decir, desfase curricular (académica) de dos años y situación socioeconómica desventajada, no debería de influir en el desempeño adecuado en nuestra área. Por lo que, no se aplicarían medidas de atención y adaptaciones curriculares.

Sin embargo, si alguno de los alumnos, independientemente de estar incluido en el programa de compensatoria, presentase alguna característica de los alumnos con necesidades especiales mencionados en el apartado anterior, se adoptarían las medidas y adaptaciones curriculares oportunas, así como el tratamiento correspondiente en caso de lesión o imposibilidad parcial o permanente de la realización de actividad física.

4.4 Planes específicos de refuerzo y apoyo educativo como consecuencia de la pandemia de COVID-19

- **Seguimiento del resultado de los planes elaborados durante el curso pasado: procedimientos para el seguimiento, evaluación de los planes y actuaciones en consecuencia de dichos resultados. Seguimiento y evaluación periódica.**

  Desde el inicio del confinamiento en el curso pasado, el Departamento tuvo que adaptarse a la situación e impartir el contenido correspondiente a la tercera evaluación. Si bien se encomendaron ejercicios prácticos a los alumnos para casa con la esperanza de enseñarlos y practicarlos a la vuelta (que al final no hubo), se priorizaron los contenidos teóricos de las unidades didácticas. Por otra parte, contenidos comunes en todos los cursos fue la práctica de ejercicios de condición física y aprendizaje y práctica de coreografías.

De cara a este nuevo curso escolar y como línea común en todos los años y para todos los cursos, se comienza con la unidad didáctica de condición física, con lo que este contenido sigue su progresión y queda "cubierto". Con respecto al resto de contenidos prácticos que no se pudieron ver, el Departamento puede organizarse y dedicar ciertas sesiones, justificando esa práctica por el componente de condición física y habilidades coordinativas que conlleva. No hay que dedicar demasiado tiempo a la explicación teórica, puesto que, ya se hizo en el periodo de confinamiento. Con respecto a las coreografías, se puede ser flexible y conjugar los requisitos de las mismas para cada curso. Por otro lado, se vieron deportes alternativos, que tienen cabida en cualquiera de las evaluaciones de los diferentes cursos.

En definitiva, el seguimiento es el siguiente:

- 2º ESO. Práctica y evaluación del deporte alternativo de la última evaluación del curso anterior, en este caso, Ultimate Frisbee, y trabajo y evaluación de ritmo y expresión (realización de la coreografía) en el curso actual.
- 3º ESO. Práctica y evaluación de los deportes alternativos que quedaron por ver y trabajo y evaluación de ritmo y expresión.
- 4º ESO. Práctica y evaluación del paso de vallas y deporte alternativo.

- **Criterios para la posible inclusión de alumnos nuevos a estos planes**

Este punto no procede, todos los alumnos comenzarán desde principio de curso con lo programado por cada profesor.

- **Tener en cuenta aspectos de mejora incluidos en la memoria del curso pasado**

Valorando la situación de un posible confinamiento, en la memoria del curso pasado se tuvo en cuenta al respecto:

- Previsión de material que pueda necesitar el alumnado en caso de un nuevo confinamiento.
- Promover la autoconstrucción de materiales (malabares, etc.).
- Revisado el aspecto de grabación de videos por el tema de protección de datos, se considera la opción de solicitar a los alumnos la grabación y envío de las actividades en caso de confinamiento para valoración y evaluación.

- **Fomento de destrezas orales y aprendizajes prácticos**

  En las actividades cuya metodología esté basada en el descubrimiento guiado y resolución de problemas, se fomentará con el trabajo en grupo en el que está implícito la colaboración y comunicación entre los componentes del mismo.

  - Trabajo en parejas (enseñanza recíproca).
  - Trabajo en pequeños grupos e incluso exposiciones y dirección de actividades al resto de los compañeros.

- **Programa de refuerzo y apoyo educativo para alumnos con desfase curricular**

  Remitirse a lo señalado en el punto 4 de la presente programación, referente al tratamiento de la diversidad, medidas de atención y adaptaciones curriculares.

5. Tratamiento de elementos transversales en la etapa: comprensión y expresión oral y escrita. Educación en valores y utilización de las tecnologías de la información y comunicación

5.1 Comprensión y expresión oral y escrita.

Toda comprensión es necesaria para poder realizar una posterior acción. Es, pues, una herramienta que el sujeto debe controlar para poder interactuar con el medio. Entre las actividades de comprensión dentro de nuestra materia, podemos trabajar con la ***ejemplificación*** que supone mostrar ejemplos de algún concepto o tarea leída. Otra actividad es el ***comparar*** y ***contrastar***, analizando un concepto con otro, por ejemplo, las reglas de un deporte y las de otro. La ***contextualización*** supone investigar por qué un concepto es importante y qué función cumple en el contexto más amplio del que proviene. Por ejemplo, cómo surgen y evolucionan las reglas de un deporte y qué consecuencia tienen en su práctica.

La expresión oral y escrita se desarrollará a través de la adecuada comunicación con profesor y compañeros para transmitir peticiones y opiniones. Se incidirá en el adecuado uso de la lengua que se esté utilizando, español o inglés, intentando siempre hacer un uso respetuoso, integrador y correcto de la misma.

5.2 Educación en valores

En este punto incidimos en dos puntos principales:

Educación cívica y constitucional

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 estrés psicológico y físico. El respeto por el material, las instalaciones y la naturaleza, la higiene postural, la vida saludable y la cooperación.

Emprendimiento

Se fomenta el trabajo independiente y la creatividad en el desarrollo en grupos de actividades con un fin común. Desde nuestra materia hacemos uso de este término como proyecto realizado en común y con esfuerzo, haciendo frente a diversas dificultades, con la resolución de llegar a un punto determinado. Favoreceremos el desarrollo creativo, de forma autónoma y en grupo, de las tareas presentadas por el profesorado en ciertos contenidos que son apropiados para ello (por ejemplo, juegos y deportes y ritmo y expresión).

5.3 Utilización de las tecnologías de la información y la comunicación en la etapa ESO

Nuestro departamento dispone de un proyector (a revisar), un portátil y un altavoz portátil que nos permite usar en el gimnasio los recursos de internet. Los tutoriales de Youtube se consolidan como el principal recurso de múltiples demostraciones de acciones deportivas o ejercicios por expertos en el tema, haciendo muy atractiva su visualización por el alumnado.

Por otra parte, utilizaremos la comunicación audiovisual en las exposiciones tanto de los profesores como de los alumnos al resto del grupo. Principalmente, se utilizarán los recursos de internet y aquellos otros creados por el ponente (PowerPoint, Prezzi, videos, etc.). Con los medios que disponemos intentamos que los alumnos y profesores utilicen la comunicación audiovisual como un recurso más en la enseñanza.

6. Materiales y recursos didácticos en la etapa ESO

El instituto cuenta con las siguientes instalaciones deportivas:

- Un gimnasio cubierto con pista polideportiva en su interior y dos canastas de baloncesto, suficiente para albergar una clase. Aún con la reducción de ratios en el curso actual debido a la situación ocasionada por el Covid-19, se hace difícil compartir el gimnasio en caso de inclemencias meteorológicas debido a la acústica del gimnasio. Señalar que hay un grupo que llega a los 30 alumnos (2º Bachillerato).
- Dos pistas exteriores, ambas con porterías y una de ellas con dos canastas de baloncesto. Desde el Departamento sugerimos y solicitamos la instalación de más canastas de baloncesto dada su viabilidad espacial, que facilitaría el desarrollo de las actividades deportivas.
- Vestuarios: uno femenino, uno masculino y otro para personas con discapacidad que puede ser usado por todos los alumnos y alumnas cuando está libre.
- Almacenes: disponemos de dos almacenes para el equipamiento deportivo.

La relación del equipamiento deportivo viene recogida en el anexo de este documento.

El Departamento también dispone de los recursos T.I.C. señalados en el punto anterior.

No hay material específico para alumnos NEE. Las medidas a tener en cuenta son las adaptaciones metodológicas en cuanto a la realización de la actividad y el material utilizado (por ejemplo, se podría utilizar un balón más grande en caso de que le costara manejar un balón más pequeño).

7. Estrategias de animación a la lectura a través de las materias del departamento en la etapa ESO

En las materias del departamento en la etapa de la ESO (Educación Física y optativa de Deporte) las estrategias de animación a la lectura se promoverán a través de la búsqueda de información en cuanto a la realización de trabajos teóricos y actividades de ampliación como, por ejemplo, la búsqueda del reglamento de diferentes deportes o cualquier otra consulta que el profesorado estime oportuno, en relación con los contenidos impartidos.

8. Actividades extraescolares y complementarias de las materias del departamento en la ESO

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 en las actividades gratuitas (por ejemplo, rutas de senderismo). Por lo tanto, los alumnos que por motivos justificados no las realicen deberán presentar un trabajo escrito relativo a dicha actividad que el profesor/a especificará en cada uno de los casos, así como un justificante 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 misma.

ESQUEMA ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES POR CURSO

ACTIVIDAD	FECHA PREVISTA DE REALIZACIÓN	CURSOS QUE AFECTA	EN COLABORACIÓN CON
• CROSS ESCOLAR • SEMANA DE ESQUÍ • GOLF • MCO	PRIMER TRIMESTRE SEGUNDO TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE	1º ESO	
• CROSS ESCOLAR • SEMANA DE ESQUÍ • ACTIVIDAD MEDIO NATURAL • ESCALADA (AMAZONIA) • MCO	PRIMER TRIMESTRE SEGUNDO TRIMESTRE SEGUNDO TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE	2º ESO	
• CROSS ESCOLAR • ESQUÍ ALPINO (MCO) • ACTIVIDAD MEDIO NATURAL • MCO	PRIMER TRIMESTRE SEGUNDO TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE	3º ESO	
• CROSS ESCOLAR • ESQUÍ ALPINO (MCO) • ACTIVIDAD MEDIO NATURAL • ESCALADA • MCO	PRIMER TRIMESTRE PRIMER TRIMESTRE SEGUNDO TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE	4º ESO	
• RCP Y PRIMEROS AUXILIOS • ACTIVIDAD MEDIO NATURAL • VISITA AL POLIDEPORTIVO LOCAL • MCO	SEGUNDO TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE	1ºBACHILLERATO	
• RCP Y PRIMEROS AUXILIOS • SENDERISMO • ESCALADA • MCO	PRIMER TRIMESTRE SEGUNDO TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE	2ºBACHILLERATO	

En el caso del Cross Escolar, dicha actividad comienza en el primer trimestre. Sin embargo, puede tener continuidad en los siguientes trimestres, en función de los alumnos que se vayan clasificando para las siguientes fases.

Madrid Comunidad Olímpica (MCO). Se han solicitado actividades relacionadas con el currículo para cada curso, quedando pendientes de que se nos concedan.

Las fechas previstas de realización son flexibles, pudiendo cambiar a otro trimestre. Esto dependerá de la organización y en relación con otros departamentos y el funcionamiento general del centro. Por ejemplo, en caso de acumulación de actividades en un trimestre y se precisara de un cambio para favorecer la dinámica general del instituto.

Por otra parte, la realización de las actividades extraescolares queda supeditada a la situación actual ocasionada por el COVID-19, pudiendo quedar muy limitada o incluso imposibilitada si las circunstancias no lo permiten.

Algunas actividades a realizar por el Departamento son:

- Viaje de esquí a Cerler con una duración de cinco días. Para todos los grupos que cursan la materia de Educación Física de 1º y 2º ESO. En caso de no completar vacantes y teniendo en cuenta la peculiaridad de este curso ocasionada por el Covid-19, se propone completar las plazas en caso de no cubrirse con alumnado de todos los cursos con la materia de Educación Física obligatoria, priorizando en orden ascendente (de 3º ESO a 1º de Bachillerato y Primer curso de Formación Profesional Básica). La actividad se realizaría en el segundo trimestre.
- Actividades multiaventura-escalada y en la naturaleza. Desarrollo de este tipo de actividades para todos los niveles educativos de la ESO. Actividad prevista para el primer trimestre.

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. Del mismo modo, se tendrá en cuenta la participación y el aprovechamiento por parte del alumno.

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 esté contemplada en la programación siempre y cuando el número de participantes lo permita.

Se realizarán ejercicios en el entorno cercano al centro como, por ejemplo, el parque de “La Manguilla” y en el Polideportivo Municipal siempre que el profesor/a lo considere oportuno, durante la hora de Educación Física.

Por otro lado, el Departamento lleva a cabo dos programas recogidos en la P.G.A. del centro: el programa de Golf en los colegios y el programa de Recreos activos.

PROGRAMA DE GOLF EN LOS COLEGIOS

Es un programa desarrollado junto con la Federación de Golf de Madrid y el Club de Golf de “La Herrería” en San Lorenzo de El Escorial.

Nuestro centro va a beneficiarse de la cesión del material y de la formación gratuita de los profesores para facilitar a los alumnos el aprendizaje de este deporte y la posterior práctica del miso en su entorno próximo.

Esta actividad está presente por quinto año en nuestro centro y se dirige a los alumnos de 1º ESO. Se irán diferenciando los contenidos de forma progresiva según el nivel de los alumnos. La actividad se dirige a alumnos y familias en tres fases: unidad didáctica en el centro, visita al campo de golf, "Family day", curso intensivo y liga escolar.

PROGRAMA RECREOS ACTIVOS

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.

Teniendo en cuenta la situación actual ocasionada por el COVID-19 y atendiendo a las medidas sanitarias de seguridad a tener en cuenta, especialmente en cuanto a la restricción de contacto y la distancia de seguridad, este curso el cupo máximo queda limitado a doce alumnos participantes. En el caso de tener más demanda que oferta se repetirán los clubes en el siguiente trimestre, pero con el alumnado en lista de espera.

Los dos profesores de Educación Física con guardias de patio se han ofrecido voluntariamente para organizar, realizar y supervisar durante los recreos las actividades lúdicas deportivas.

Por otro lado, intentamos contribuir al proyecto de bilingüismo del centro, realizando todas las comunicaciones en inglés a través de una corchera situada en los pasillos. Además, según disponibilidad de los auxiliares de conversación y si su organización horaria lo permite, algunos de los clubes se desarrollarán íntegramente en inglés, ya que, serán dirigidos por ellos con la supervisión del profesor correspondiente.

Las actividades físico-deportivas que nos planteamos ofertar a lo largo del curso son deportes de adversario y sin contacto:

- Tenis de mesa – Table Tennis Club
- Bádminton – Badminton Club
- Choreographies – Dance Club
- Golf – Golf Club

Para el desarrollo del club de golf, como hemos mencionado anteriormente, contamos con un convenio de colaboración con la Federación Madrileña de Golf con el que 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 participación en el Circuito Escolar organizado por la Federación.

La distribución semanal inicialmente prevista de dichas actividades es la siguiente:

LUNES	MIÉRCOLES	VIERNES
COREOGRAFÍAS	TENIS DE MESA	BÁDMINTON
GOLF (Tercer trimestre)		
Diego / Mercedes (Alternativo)	Mercedes	Diego

La evaluación del programa se valorará básicamente en dos indicadores:

- Grado de realización de las actividades previstas y de participación
- Grado de satisfacción de los intervinientes.

Sin embargo, durante este curso se debe tener en cuenta la evolución actual de la situación generada por el COVID-19, atendiendo a la resolución conjunta de las viceconsejerías de política educativa y de organización educativa por la que se dictan instrucciones sobre las medidas organizativas y de prevención, higiene y promoción de la salud frente al COVID-19 para centros educativos en el curso 2020-2021. Dicha resolución recoge las medidas a afrontar en diferentes escenarios, en función de la evolución del COVID-19. Dependiendo de la situación, la realización de las actividades extraescolares y complementarias, así como los programas del departamento podrán verse afectadas e incluso restringidas.

Al respecto sobre los diferentes escenarios, éstos se explican con detalle en el punto 9.1.

9. Criterios y procedimientos generales de evaluación y calificación de las materias del departamento en la ESO

Nos basaremos en los criterios de evaluación establecidos en el currículo (D48/2015) junto con sus estándares de aprendizaje:

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuests, 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, autoexigencia 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. 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. 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 actitu de autoexigencia 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 Comunicacicón en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentación 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.

9.1 Criterios y procedimientos de calificación y evaluación durante el curso y en la prueba ordinaria

La elaboración de los criterios y procedimientos de calificación y evaluación del Departamento de Educación Física durante el curso actual prevé los cuatro posibles escenarios en función de la evolución de la crisis sanitaria por COVID-19. Estos cuatro escenarios son:

a. Escenario I. Escenario extraordinario de higiene. Salvo evolución negativa de la crisis sanitaria, es el escenario que se establece para el inicio del curso escolar 2020-2021, como consecuencia del Real Decreto-ley 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
b. Escenario II. Escenario de presencialidad parcial. Este escenario se plantea para el caso de un empeoramiento de la evolución de la crisis sanitaria por COVID-19, sin que se llegue a decretar el confinamiento y la suspensión de toda actividad educativa presencial.
c. Escenario III. Escenario de confinamiento y suspensión de la actividad educativa presencial, debido a un empeoramiento grave de la evolución de la crisis sanitaria por COVID-19.
d. Escenario IV. Escenario sin problemas de COVID-19. Este escenario se plantea para la vuelta a la normalidad por la desaparición de los riesgos de COVID-19.

En los cursos de la ESO durante este curso y hasta el momento presente, atendemos a dos situaciones:

1) Alumnos de 1º y 2º ESO. Asisten a la totalidad de las clases presenciales.
2) Alumnos de 3º y 4º ESO. Atienden en régimen de semipresencialidad dos días a la semana, asistiendo a la totalidad de clases cada día que les corresponde y recibiendo clases online el resto de los días de la semana. Los alumnos de 3º ESO atienden lunes y jueves o martes y viernes, rotando cada semana (asisten miércoles alternados). En el caso de los alumnos de 4º ESO, asisten lunes y jueves o miércoles y viernes (no vienen los martes).

Los criterios y procedimientos de calificación y evaluación durante el curso y en la prueba ordinaria en las materias que imparte el Departamento de Educación Física en la ESO, esto es, Educación Física en todos los cursos y la materia optativa de Deporte en 2º ESO, y que se exponen a continuación, se aplicarán para todos los cursos en los **escenarios I, II y IV**.

CRITERIOS Y PROCEDIMIENTOS DE CALIFICACIÓN Y EVALUACIÓN EN LOS ESCENARIOS I, II Y IV

- **Asistencia y actitud (20%)**: Se realizará mediante la observación directa y sistemática a través de los datos recogidos sobre el respeto hacia el profesorado y hacia los compañeros, la participación activa en clase, la asistencia, la cooperación en el cuidado y transporte de materiales, interés y capacidad de superación, responsabilidad de entregar los trabajos, autorizaciones y justificantes de ausencia a tiempo. Llevar la ropa y calzado deportivo adecuados y cumplir con las normas de higiene básicas (incluido no mascar chicle y comer en el gimnasio), añadiendo las propias de la situación ocasionada por el COVID-19 y que se recogen en el protocolo que seguirá el Departamento de Educación Física. Dicho protocolo está incluido en el punto 5 del apartado de Introducción y Aspectos generales de la presente programación.

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

  Cada falta de actitud penalizará con -0,5 puntos sobre los 2 que suponen el 20%.

  En caso de superar las faltas de actitud, es decir, perder los 2 puntos de este apartado, cada falta de actitud siguiente se restará de la nota de la unidad didáctica correspondiente.

  Por otra parte, cada falta de asistencia **sin justificar** restará -0,5 puntos en la unidad didáctica correspondiente. Si se superan ciertas faltas de asistencia sin justificar, se procederá de la siguiente forma:

  - Tanto para el alumnado que asiste a la totalidad de las clases presenciales (1º y 2º ESO) como al que asiste de forma semipresencial (3º y 4º ESO): Se suspenderá la evaluación cuando se falte de forma INJUSTIFICADA al tercio de sesiones del total de la evaluación. Por ejemplo, si hubiese 15 sesiones en el total de la evaluación, el alumno suspendería si falta de forma injustificada a 5 sesiones.

- **Unidades didácticas (80%)**: Todos los alumnos que cumplan 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 obtenidas en las diferentes actividades propuestas, tanto prácticas como teóricas. Cada profesor otorgará el valor del porcentaje de cada ejercicio/prueba/trabajo.

  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.

  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, así como ejecutar de forma adecuada los contenidos prácticos. 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 realizar todos los trabajos solicitados. Un trabajo no realizado en la parte práctica o no entregado en la parte teórica se calificará como cero.

  No se tendrán en cuenta los trabajos teóricos entregados con más de 3 días naturales de retraso sin motivo justificado, lo que supone un cero y el consiguiente suspenso automático en la evaluación. Cada día de retraso restará 1 punto de la nota obtenida en el trabajo.

  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. Se contabilizará como un 10% de este apartado. También se valorará el dominio de las destrezas básicas de leer, hablar y escuchar trabajadas con el auxiliar de conversación y el profesor/a de la materia a través de las pruebas elaboradas para tal fin.

Para todos los cursos de la ESO se tendrán en cuenta las siguientes observaciones:

- La falta de asistencia injustificada descuenta 0,5 puntos de la nota de la unidad didáctica correspondiente. No se podrá aprobar la evaluación si se falta de forma injustificada a un tercio de las sesiones del total de la evaluación.
- Cualquier falta de actitud descuenta 0,5 puntos en el apartado de actitud. En caso de tener más de 4 faltas de actitud, se restarán los 0,5 puntos en la unidad didáctica correspondiente.
- 3 retrasos sin justificar equivalen a una falta injustificada. Descuenta 0,5 de las unidades didácticas.

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

Se considerará **abandono de la asignatura**:

- Cuando el alumno/a no se presente a los exámenes, tanto prácticos como teóricos, o entregue los exámenes y/o trabajos en blanco (se entiende también no presentarse a las convocatorias extraordinarias de evaluación previstas cuando haya perdido la evaluación continua).

CRITERIOS Y PROCEDIMIENTOS DE CALIFICACIÓN Y EVALUACIÓN EN EL ESCENARIO III

En cuanto al **escenario III**, que corresponde al escenario de confinamiento y suspensión de la actividad educativa presencial, debido a un empeoramiento grave de la evolución de la crisis sanitaria por COVID-19, se tendrán en cuenta las siguientes consideraciones con respecto a los dos apartados que se tuvieron en cuenta en los escenarios anteriores (I, II y IV):

- **Asistencia y actitud**: Podemos encontrarnos con dos situaciones:

    - Que se haya asistido a clases presenciales antes del momento del confinamiento, por lo que, se tendrán en cuenta todas las indicaciones explicadas en este apartado en los escenarios anteriores. Esto significa que se mantendrán las notas registradas hasta el momento del confinamiento y contarán en los criterios de calificación y evaluación. Se mantendrá el 20% en este apartado.

    - Que el momento del confinamiento se produzca antes de comenzar con clases presenciales. En este caso, al no haber tenido tiempo para valorar este apartado, el procedimiento cambiará y se tendrá en cuenta lo solicitado en el apartado de unidades didácticas que se explicará a continuación.

- **Unidades didácticas**: Siguiendo lo indicado en el apartado de Asistencia y actitud, y dependiendo del caso en que nos encontremos, seguiremos las siguientes indicaciones:

    - En la situación en la que se haya asistido con anterioridad al confinamiento, las unidades didácticas seguirán teniendo el valor del 80% y se aplicará todo lo indicado en este apartado al igual que en los escenarios I, II y IV.

    - Si el comienzo del confinamiento coincide con el principio de la evaluación o se carecen de datos suficientes para valorar el apartado de Asistencia y actitud, cada profesor otorgará un porcentaje a los ejercicios y/o actividades propuestas correspondientes a los contenidos de las diferentes unidades didácticas correspondientes a la evaluación y de ahí se sacará la nota final de la misma.

    Los trabajos deberán de entregarse a tiempo, no permitiéndose más de tres días de retraso. Cada día de retraso restará un punto de la nota obtenida. En caso de no entregarse, contará como cero y supondrá el suspenso automático en la evaluación.

    El 10% correspondiente al uso del inglés se valorará con ejercicios de preguntas cortas, supervisados por los auxiliares de conversación en inglés, en la medida de lo posible.

Para todos los cursos se tendrán en cuenta las siguientes observaciones:

- La negativa a realizar cualquier prueba, ya sea teórica o práctica, supone evaluación negativa con nota cero y su consiguiente recuperación. El mismo proceso se aplicará para los alumnos que no entreguen trabajos dentro del plazo fijado por los profesores.
- No usar la indumentaria adecuada o no llevar el material requerido con antelación para un examen supone evaluación negativa con nota cero y su consiguiente recuperación.
- 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 justificante de la no realización de la práctica.

Se considerará **abandono de la asignatura**:

- Cuando el alumno/a no se presente a los exámenes, tanto prácticos como teóricos, o entregue los exámenes y/o trabajos en blanco (se entiende también no presentarse a las convocatorias extraordinarias de evaluación previstas cuando haya perdido la evaluación continua).

En todos los casos, se tendrán en cuenta las siguientes rúbricas para la evaluación del alumnado:

RÚBRICA COMÚN A TENER EN CUENTA EN TODAS LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

	Insuficiente (4 o menos)	**Suficiente (5)**	**Bien (6)**	**Notable (7)**	**Notable+ (8)**	**Sobresaliente (9)**	**Sobresaliente+ (10)**
Actitud	Muestra en **pocas ocasiones** y sólo se le indica, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación. **En general**, muestra apatía, desgana y desinterés.	Muestra en **algunas ocasiones** y sólo si se le indica, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación. **En muchas ocasiones**, muestra apatía, desgana y desinterés.	Muestra en **algunas ocasiones**, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación.	Muestra en **muchas ocasiones**, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación.	Muestra en **muchas ocasiones**, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación. Se preocupa por la actitud de los compañeros de su clase.	Muestra **casi siempre**, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación. Se preocupa por la actitud de los compañeros de su clase.	Muestra **siempre**, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación. Se preocupa por la actitud de los compañeros de su clase.
Puesta en práctica	Es capaz con **muchas dificultades y sólo con ayuda**, de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta **sin utilizar recursos**.	Es capaz **con dificultades y con algo de ayuda**, de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta utilizando muy **pocos recursos**.	Es capaz **con poca facilidad** de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta utilizando **pocos recursos**.	Es capaz **con cierta facilidad** de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta utilizando **algunos recursos**.	Es capaz **con facilidad** de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta utilizando **varios recursos**.	Es capaz **con facilidad y originalidad** de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta utilizando **muchos recursos**.	Es capaz con **mucha facilidad y originalidad** de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta utilizando **muchos recursos**.

Estructura del deporte o ejercicio solicitado	Conoce, comprende y evalúa de **manera superficial muy pocos elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento). **No aporta** ejemplos o son escasos y con **poco detalle**.	Conoce, comprende y evalúa de **manera superficial pocos elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento). Aporta **pocos** ejemplos con **poco detalle**.	Conoce, comprende y evalúa de **manera básica algunos elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento). Aporta **algunos** ejemplos con **poco detalle**.	Conoce, comprende y evalúa de **manera profunda algunos elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento). Aporta **algunos** ejemplos con **cierto detalle**.	Conoce, comprende y evalúa de **manera profunda muchos elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento) y aporta **cierta información novedosa y original**. Aporta **algunos** ejemplos con **cierto detalle**.	Conoce, comprende y evalúa de **manera muy profunda casi todos los elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento) y aporta **mucha información novedosa y original**. Aporta **muchos** ejemplos con **cierto detalle**.	Conoce, comprende y evalúa de **manera muy profunda todos los elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento) y aporta **mucha información novedosa y original**. Aporta **muchos** ejemplos con **mucho detalle**.
Toma de decisiones y ejecución	Realiza, de **forma errónea siempre**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta **siempre de manera incorrecta** (**descoordinada y no eficaz**) con respecto al modelo descrito, las habilidades específicas.	Realiza, de **forma errónea muchas veces**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta **casi siempre de manera incorrecta** (**descoordinada y no eficaz**) con respecto al modelo descrito, **alguna** de las habilidades específicas.	Realiza, de **forma acertada algunas veces**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta de **manera acertada algunas veces** (**coordinada**) con respecto al modelo descrito, **casi todas** las habilidades específicas.	Realiza, de **forma acertada muchas veces**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta de **manera acertada muchas veces** (**coordinada**) con respecto al modelo descrito, **casi todas** las habilidades específicas.	Realiza, de **forma acertada muchas veces**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta de **manera acertada muchas veces** (**coordinada y eficaz**) con respecto al modelo descrito, **casi todas** las habilidades específicas.	Realiza, de **forma acertada casi siempre**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta de **manera acertada siempre** (**coordinada**) con respecto al modelo descrito, **todas** las habilidades específicas.	Realiza, de **forma acertada siempre**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta de **manera acertada siempre** (**coordinada y eficiente/fiel**) con respecto al modelo descrito, **todas** las habilidades específicas.

RÚBRICA PARA LA PRESENTACIÓN DE TRABAJOS TEÓRICOS

PARTES	CARACTERÍSTICAS	VALOR
Portada e Índice	Se incluye una imagen de portada representativa del trabajo que se solicita. El índice presentado incluye la paginación, no sólo los apartados requeridos en el trabajo.	1 punto
Introducción	Incluye una breve introducción histórica o contextual y las características básicas.	1 punto
Desarrollo del tema	Indispensable responder a todos los puntos que se piden. Información relevante. Vocabulario específico del tema. Expresión escrita correcta: claridad, precisión y redacción adecuada.	4 puntos
Experiencia y Opinión personal	Expresión escrita personal. Redacción correcta. Extensión: 1 cara de folio. En caso de no incluir el trabajo este apartado, el punto para calificar el mismo pasará al desarrollo del tema.	1 punto
Fuentes consultadas	Incluir bibliografía, webgrafía, revistas consultadas… Comparar entre diferentes fuentes. (Al menos 4 en los trabajos largos)	1 punto
Imágenes	Se añaden imágenes, fotos, gráficos, etc. relacionados con el trabajo que ayudan a clarificar el desarrollo del tema.	1 punto
Presentación	Presentación formal. Orden y limpieza.	1 punto
Ortografía	Se tendrán en cuenta las faltas de ortografía. Se restarán 0,15 puntos por cada una de ellas.	- 0,15 puntos
Entrega en fecha	No se valorarán en la evaluación los trabajos entregados fuera de fecha. En este caso se obtendrá un 0 en la calificación del mismo, lo que significa un suspenso en la evaluación, al sacar una nota inferior a 4. Si bien se recogerá el trabajo, se realizará la corrección, pero la nota será considerada posteriormente, es decir, la nota será modificada en la evaluación siguiente. En el caso de la convocatoria extraordinaria, si el alumno no entrega el trabajo/trabajos a tiempo, suspenderá la materia.	-
OTROS	En el caso de ejercicios cortos, basados en preguntas concretas u otro tipo de trabajos, los criterios anteriormente descritos serán modificados. Se tendrá en cuenta que los alumnos **respondan a lo que se pide**, atendiendo a las orientaciones y los criterios de corrección que los profesores previamente les hayan indicado.	-

CRITERIOS Y PROCEDIMIENTOS DE CALIFICACIÓN Y EVALUACIÓN EN LA PRUEBA ORDINARIA

Aquellos alumnos que hayan suspendido una evaluación por faltas de asistencia o nota inferior a cuatro recuperarán realizando las pruebas de práctica o teoría que en su momento suspendieron o faltaron. Éstas se realizarán en la convocatoria ordinaria.

- Realización en junio de las pruebas prácticas y escritas no superadas o no presentadas, para lo cual se les proporcionarán medidas educativas especiales para su consecución (actividades de refuerzo y pautas para la realización de los trabajos).

- Las recuperaciones se realizarán en la prueba ordinaria, avisando previamente al alumno. 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.

- Para calificar este examen final se considerarán las notas de cada apartado, es decir, el examen de los contenidos conceptuales, el examen práctico y la entrega de trabajos. En primer lugar, se hará la media aritmética de lo pendiente en cada evaluación. Si hay más de una evaluación pendiente, se hará la media aritmética de dichas evaluaciones. El total de la nota obtenida supondrá un 80% de la calificación total.

- Obviamente, la parte actitudinal (20%) no se podrá recuperar y se tendrá en cuenta la nota de actitud de cada evaluación.

- En definitiva, para el cálculo de la nota final se mantendrán las notas aprobadas durante la evaluación, los resultados de la prueba ordinaria de los contenidos suspensos y la nota de actitud que el alumno tuviera durante las tres evaluaciones.

9.2 Criterios y procedimientos de calificación para aquellos alumnos que pierdan el derecho a la evaluación continua

Remitirse a la Programación General Anual (P.G.A.) del centro para consultar la pérdida al derecho a la evaluación continua en esta materia.

Los alumnos que pierdan el derecho a la evaluación continua se presentarán directamente a la prueba extraordinaria, cuyos criterios y procedimientos de calificación se explican en el siguiente punto.

9.3 Criterios y procedimientos de calificación en la prueba extraordinaria.

Los alumnos que suspendan la evaluación ordinaria deberán presentarse a la extraordinaria para realizar la recuperación de aquellas partes que tienen suspensas con una nota inferior a cuatro (resultados de la evaluación ordinaria). El resto de las notas de los exámenes se mantendrán e igualmente la nota de actitud de cada una de las evaluaciones.
Los criterios de calificación serán los mismos que se siguieron en la convocatoria ordinaria.

Los alumnos que perdieron el derecho a la evaluación continua presentarán y realizarán todas las actividades prácticas y teóricas (incluidos exámenes) de las diferentes unidades didácticas que le indique el profesor de su curso.

Durante el periodo de refuerzo previo a la realización de esta prueba, los alumnos suspensos realizarán las actividades suspensas en pequeños grupos y supervisados por su profesor correspondiente. El resto de los alumnos aprobados realizarán competiciones deportivas de los deportes practicados a lo largo del curso escolar y salidas de senderismo al medio natural cercano, si la organización del centro durante esas fechas lo favorece.

Tanto las pruebas de la convocatoria ordinaria como de la extraordinaria serán comunicadas a los alumnos por su profesor correspondiente.

9.4. Medidas de apoyo y / o refuerzo educativo

Teniendo en cuenta que lo establecido en el plan de atención a la diversidad para el 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 periodo 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 que presenten alguna dolencia o enfermedad que implique ausencia de actividad física total o relativa deberán presentar una notificación médica que especifique la recomendación de NO realizar actividad física o especificar el tipo de actividad física que NO le conviene realizar al alumno. Cuando en el parte médico sí se especifique incapacidad, pero no venga pautado con 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 ejercite sin riesgo para su dolencia, lesión o enfermedad. Recordemos que la figura del alumno 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 o Jefatura de Estudios. En segundo lugar, el alumno tendrá que entregar cuanto antes la fotocopia del certificado o parte médico con el diagnóstico, que será archivado en el departamento y tratado con la máxima confidencialidad.

El Departamento de Educación Física no se hace responsable de problemas que puedan surgir de la práctica de actividades físicas, cuando ésta perjudique o empeore las dolencias 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 que por circunstancias de salud no puedan realizar la práctica de la asignatura total o parcialmente, deben acudir a clase. También cooperará prestando su ayuda para otras actividades como arbitrajes, anotaciones y realizará los exámenes y trabajos oportunos de los contenidos relacionados con las unidades didácticas que se están impartiendo.

Su calificación estará basada en los siguientes apartados que se expondrán a continuación, valorando el peso específico de cada uno de ellos. Según las circunstancias de cada alumno en particular, realización de exámenes escritos, contestación a 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 necesidades educativas especiales (N.E.E.) derivadas de su deficiencia psíquica**:

Seguirán la programación ordinaria junto a sus compañeros, en la medida de sus posibilidades. 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 alumnos 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 desarrollo en las sesiones de Educación Física y fisioterapia.

Aquellos alumnos que por su discapacidad no puedan asistir a las clases con normalidad, sino que permanecen con la fisioterapeuta en su rehabilitación motriz, desarrollarán un trabajo teórico por evaluación relacionado con los contenidos del curso y adaptado a sus posibilidades: PowerPoint, trabajo de exposición oral a los compañeros, etc.

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

c) **Alumnos con altas capacidades**. El tratamiento hacia estos alumnos estará basado en actividades de ampliación tanto en la parte práctica como en la teórica. Subir la exigencia en la práctica mediante el aumento de la dificultad o intensidad en los parámetros que sean posibles sin perjuicio de la salud. En cuanto a la parte teórica, plantear preguntas que requieran un análisis más profundo, por ejemplo.

9.5. Sistemas generales de recuperación de las materias del departamento pendientes de cursos anteriores.

Los alumnos que tengan alguna 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.

La recuperación de la asignatura pendiente será mediante la entrega de dos trabajos. La fecha de entrega de dichos trabajos será la primera semana lectiva tras las vacaciones de Navidad y Semana Santa. La calificación obtenida se corresponderá con la media de ambas evaluaciones. En caso de ser inferior a 5, deberá presentarse a un examen global en el periodo extraordinario en las mismas condiciones que el resto de los alumnos suspensos.

Los trabajos deberán ser realizados en el idioma en el que se imparta la asignatura y tendrán una estructura básica que será concretada por el profesor correspondiente (dependiendo del contenido pendiente).

Se calificará el trabajo del 1 al 10 y la recuperación de la materia pendiente del curso anterior se hará durante el curso actual. En caso de suspender, se solicitará al alumno la mejora o repetición del trabajo. Como se ha indicado anteriormente, la nota final será la media aritmética de las notas obtenidas en cada trabajo.

Si la materia no se recupera durante el periodo ordinario, en la convocatoria extraordinaria deberán de entregar los trabajos correspondientes y la nota final, al igual que en la convocatoria ordinaria, será la media aritmética de las notas obtenidas en cada trabajo.

ESQUEMA DE TRABAJOS PARA ALUMNNOS CON EDUCACIÓN FÍSICA O MATERIAS OPTATIVAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES

- ALUMNOS CON LA MATERIA PENDIENTE DE **1º ESO**:
  1) Primer trabajo:
     - The warm up. Joints, body parts and main muscles
     - Athletics: Sprints, relays and shot put
  2) Segundo trabajo:
     - Hiking
     - Team sport: Handball

- ALUMNOS CON LA MATERIA PENDIENTE DE **2º ESO**:
  1) Primer trabajo:
     - The warm up. Fitness: main skills (stamina, strength, flexibility and speed) and examples.
     - Team sport: Soccer
  2) Segundo trabajo:
     - Fighting
     - Acrosport

- ALUMNOS CON LA MATERIA PENDIENTE DE **3º ESO**:
  1) Primer trabajo:
     - Health, fitness and exercise. Energy balance
     - Hurdles
  2) Segundo trabajo:
     - Badminton
     - Basketball

- ALUMNOS CON LA OPTATIVA DE **DEPORTE DE 2º ESO** PENDIENTE:
  1) Primer trabajo:
     - Floorball
     - Ultimate Frisbee
  2) Segundo trabajo:
     - Rugby touch
     - Deporte alternativo

10. Evaluación de los procesos de aprendizaje y práctica docente.

La evaluación de los procesos de aprendizaje y práctica docente atenderán a la idoneidad y/o mejora los siguientes aspectos:

- Metodología empleada para impartir los contenidos: técnicas de enseñanza, organización de los grupos, etc.
- Instrumentos y procedimientos de evaluación empleados: test de aptitud física, actividades de control, etc.

En función de los resultados obtenidos a final de curso, la correspondiente evaluación se recogerá con mayor exhaustividad en la memoria de fin de curso.

B. PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE LAS MATERIAS DE LA ETAPA E.S.O.

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 1º ESO

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

Objetivos de la materia

En cuanto a los objetivos, nos remitiremos al apartado A1

Contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.

CONTENIDOS

1. **Actividades físico-deportivas individuales en medio estable**.
   - Modalidades de **atletismo**: carreras, relevos y lanzamiento de jabalina adaptado o lanzamiento de peso. 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.

2. **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.

3. **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.

4. **Actividades en medio no estable**:
   - El **senderismo** como actividad físico-deportiva 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.

5. **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.

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. Hidratación y alimentación durante la actividad física.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES 1º ESO (página 220 del BOCAM 118)

Nos basaremos en los criterios de evaluación establecidos en el currículo, R.D. 48/2015, junto con sus estándares de aprendizaje:

1. 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.
   1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.

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

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.
   3.3. 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.
   4.3 Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como con la salud y los riesgos y contradicciones de la práctica deportiva.

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

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

7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con 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.
   7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen 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.

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.
   9.2. 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.

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 9.1. de la programación.

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

ANATOMÍA BÁSICA
- Identificar las articulaciones principales.
- Identificar los músculos básicos.

CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA
- Preparar y realizar un calentamiento.
- Identificar y diferenciar las 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.
- Trabajar de forma equilibrada las diferentes capacidades físicas básicas.

SENDERISMO

- Participar en la actividad de senderismo.
- Conocer el equipamiento básico necesario.
- Conocer y aplicar las normas básicas de respeto al medio.

DEPORTES ALTERNATIVOS – ULTIMATE FRISBEE

- Pasar de manera eficiente el frisbee al compañero en una distancia determinada e intercambiar, al menos, 10 pases seguidos sin que se caiga al suelo.
- 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 Frisbee y practicar el juego en clase con las adaptaciones de espacio y de jugadores necesarios, pero respetando las reglas principales del desarrollo del juego.

ATLETISMO

- Realizar correctamente las carreras, relevos y lanzamiento de peso adaptado.
- Conocer y realizar la posición básica de salida 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 golpeos: drive de derecha y revés, lob y remate. Realizar el saque correctamente.
- Intercambiar pases con el compañero, variando en su ejecución todos los golpeos 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 y respetar las reglas de este deporte.

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 batia de la pierna correcta (dependiendo de si se es zurdo o diestro) y lanzamiento a portería detrás de la línea del área.
- Aplicar los conceptos básicos de ataque y defensa en las situaciones de juego (ataque: desmarque, crear espacios, etc. 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, búnker, 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: scrabley match play, birdie-eagle-albatros-boogie-hole in one.
- Conocer y aplicar las reglas básicas de juego y cortesía.

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 2º ESO

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

Objetivos de la materia

En cuanto a los objetivos, nos remitiremos al apartado A1

Contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

CONTENIDOS

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**:
   - Trepa 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.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE 2º ESO

1. 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.
   1.3. 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, autoexigencia y superación.

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.

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.
   3.4. 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.
   4.3. 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.

5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.
   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.
   6.2. 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.
   9.3. 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.

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 9.1. de la programación.

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.
- Conocer ejercicios de fortalecimiento muscular implicada en la postura: cinturón abdominal y zona lumbar, principalmente.

- Conocer ejercicios de estiramiento de músculos implicados en la marcha y mantenimiento de la postura.

CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA
- Preparar y realizar un calentamiento general y específico.
- Identificar y diferenciar las 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.
- Trabajar de forma equilibrada las diferentes capacidades físicas básicas.

LUCHA (JUDO)
- Conocer los agarres básicos en el 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 de 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 figuras en total entre todo el grupo).

GIMNÁSTICA Y ACROBACIA
- Realización correcta de saltos, giros y equililbrios.
- Conocer y aplicar un calentamiento específico según actividad gimnástica.
- Ejecutar las habilidades gimnásticas 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.

EXPRESIÓN CORPORAL

- Repetir, rítmicamente, pasos básicos y coreografías sencillas con base musical.
- Diseñar y ejecutar coreografías básicas coordinadas con compañeros.
- Repetir y crear pasos sencillos coordinados con base musical.

ESCALADA Y NUDOS

- Realizar nudos básicos de escalada: ocho, as de guía, etc.
- Aplicar la norma de ejecución en la técnica de Boulder.
- Participar en la actividad de escalada en rocódromo.

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA OPTATIVA DE DEPORTE EN 2º ESO

La asignatura optativa de Deporte se oferta por tercer año en nuestro centro y se centrará en profundizar en algunos deportes ya vistos en otros cursos y otros que se imparten por primera vez.

En cuando a los criterios de evaluación, calificación y recuperación, 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 en la materia.

Objetivos de la materia

- Conocer y practicar modalidades 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.
- Potenciar el aspecto lúdico-competitivo del deporte mediante torneos o ligas.

Contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

CONTENIDOS

MINIGOLF

- Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, instalaciones, calentamiento específico, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.
- Agarre del palo de golf.
- Técnica en el juego corto, el putt.
- Reglamento de juego y código de conducta en el golf.

- Espacios para la práctica disponibles en nuestro centro.

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.

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).
- Introducción a la técnica básica.
- Valoración del medio natural como espacio de práctica deportiva.

FRISBEE
- Pases: clasificación.
- Competición en grupos.

RUGBY TOUCH
- Saques de banda.
- Melés.
- Juego sin contacto.

RINGOL

ATLETISMO
- Relevos.
- Salto de longitud.
- Lanzamiento de peso.

BALONCESTO
- Fundamentos básicos: bote, pase y tiros a canasta.
- Competiciones 3x3 y 4x4.

OTROS DEPORTES ALTERNATIVOS

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 9.1. de la programación.

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

MINIGOLF
- 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: scrambley match play, birdie-eagle-albatros-boogie

FLOORBALL
- Agarrar el palo y colocar el cuerpo según la situación de juego.
- Adecuar la conducción de la bola con y sin adversario.
- Ejecutar diferentes tipos de pases y recibir de la bola.
- Tirar de manera eficiente a portería.
- Conocer y aplicar las reglas básicas de juego.
- Conocer la posición respecto al resto del equipo en situación de juego y proceder de la manera más adecuada al respecto.

ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA
- Utilizar de forma respetuosa el 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.

FRISBEE
- Ejecutar correctamente pases con el frisbee, enlazando varios pases con el compañero.
- Conocer y aplicar las reglas del “ultimate frisbee”.

RUGBY TOUCH
- Ejecutar correctamente los saques de banda.
- Conocer y formar correctamente una melé, coordinando la acción con los compañeros.
- Aplicar las reglas adaptadas para el juego sin contacto.

RINGOL
- Conocer y ejecutar las técnicas y tácticas básicas.
- Conocer y aplicar correctamente las reglas del juego del ringol.

ATLETISMO
- Afianzar lo aprendido en el curso de 1º ESO.
- Trabajar la velocidad, coordinación y trabajo en equipo en la prueba de relevos.
- Coordinar los gestos de las pruebas atléticas adaptadas de salto de longitud y lanzamiento de peso.

BALONCESTO
- Preparar hacia el deporte que se verá en 3º ESO, según lo establecido en el currículo.
- Aprender las pautas básicas para la ejecución correcta de los fundamentos básicos de bote, pase y tiros a canasta.
- Conocer y aplicar las reglas del deporte.
- Jugar en equipo, teniendo en cuenta los aspectos básicos de ataque y defensa.

DEPORTES ALTERNATIVOS
- Conocer y practicar deportes alternativos diferentes.
- Aplicar las reglas del deporte correspondiente.

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 3º ESO

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

Objetivos de la materia

En cuanto a los objetivos, nos remitiremos al apartado A1

Contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

CONTENIDOS

1. **Actividades individuales en medio estable: Modalidades de atletismo (carreras, relevos y carreras de vallas)**
   - 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 en el paso de vallas.
   - 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.

2. **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 de adversario.
   - Reglamento de juego.
   - Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.

3. **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 baloncesto, situación del balón y la canasta, espacios libres, tiempos de juego, etc.
- La colaboración y la toma de decisiones en equipo.

4. 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.

5. Actividades artístico-expresivas: danzas

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

7. **Balance energético entre ingesta y gasto calórico**.
   - Fórmulas del balance energético y del índice de masa corporal (IMC)
   - Cálculo del balance energético según gasto calórico en diferentes actividades.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EN 3º ESO

1. 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.
   1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia 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.
   2.3. 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.
   4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
   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.
   4.6. 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 salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.
   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.
   6.3. 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 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.

8. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
   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.
   9.2. 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.
    10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

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 9.1. 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 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 en las diferentes actividades propuestas.
- Sacar, al menos, una media de 5 entre los resultados de los test físicos.

ATLETISMO: VALLAS

- Realizar correctamente la secuencia de la salida de tacos desde el suelo.
- Identificar la pierna de apoyo y la pierna de batida en las vallas.
- Coordinar la carrera y el paso de vallas.
- Conocer la ejecución de las diferentes pruebas y las reglas básicas que las rigen.

BÁDMINTON

- Practicar y ejecutar los diferentes golpeos de bádminton: drive de derecha y revés, clear, lob, dejada, smash.
- Realizar el saque correctamente.
- Intercambiar pases con el compañero, variando en su ejecución los diferentes golpeos 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.

BALONCESTO

- Conducción del balón en circuito.
- Realizar los pases básicos: pecho, picado, dos manos, por encima de la 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 las 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

- Repetir coreografías básicas.
- Seguir el ritmo de la música, adecuándolo a sus movimientos.
- Diseñar y realizar una coreografía en grupo.

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 4º ESO

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

Objetivos de la materia

En cuanto a los objetivos, nos remitiremos al apartado A1

Contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

CONTENIDOS

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 la 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.
- Desequilibrios posturales en las actividades físicas y en las actividades cotidianas y ejercicios de compensación.

7. Lesiones comunes en Educación Física

- Conocimiento de los riesgos deportivos en la salud.
- Higiene y primeros auxilios.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EN 4º ESO

1. Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.

   1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.

   1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.

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

2. Componer y presentar montales individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.

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

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

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

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

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

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

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

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

   3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

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

4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.
   4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.
   4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
   4.3. Relaciona hábitos como el sedendarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.
   4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.

5. Mejorar y mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.
   5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.
   5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
   5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.
   5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.

6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física, considerando la intensidad de los esfuerzos.
   6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.
   6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.
   6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.
   7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.
   7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.
   7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.

8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.
   8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
   8.2. Valora las diferentes actividades físicas, distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.
   8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante como del de espectador.

9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas, reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.
   9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.
   9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.
   9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.

10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadoss sobre la seguridad de los participantes.
    10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.
    10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
    10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes, producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas.

11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.
    11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.
    11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupos.

12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.
    12.1 Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad, utilizando recursos tecnológios.
    12.2. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.
    12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

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 9.1. de la programación.

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

CALENTAMIENTO Y VUETA 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 en las diferentes actividades propuestas.

- Valorar la intensidad del esfuerzo mediante la toma de pulsaciones.

BENEFICIOS EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y HÁBITOS PERJUDICIALES: SEDENTARISMO, TABACO Y ALCOHOL

- Valorar los efectos beneficiosos del ejercicio físico en el organismo.
- Conocer la influencia de hábitos perjudiciales en el cuerpo.
- Realizar búsqueda en internet y elaborar un trabajo.

LESIONES COMUNES EN EDUCACIÓN FÍSICA

- Conocer las lesiones más frecuentes y su tratamiento.
- Realizar búsqueda en internet y elaborar un 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 DE RAQUETA (2) – PALAS

- Pasar de manera eficiente con la pala el móvil (pelota o volante) al compañero e intercambiar, al menos 15 pases seguidos sin que se caiga al suelo.
- 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: VOLEIBOL

- Conocer y aplicar la técnica básica: saque y diferentes golpeos utilizados en el juego.
- Adecuar la táctica a las situaciones de juego.
- Conocer los sistemas de juego básicos.
- Aplicar estrategias colectivas de colaboración.

ESCALADA (2)

- Conocer/recordar la técnica básica de escalada.
- Ejecutar desplazamiento en pared mediante técnica de Boulder.
- Participar en las actividades complementarias de escalada.
- Investigar 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, en pequeños grupos. Organizar un torneo para su grupo de clase.

DEPORTE ALTERNATIVO: RUGBY TOUCH

- Aprender y poner en práctica la ejecución del pase.
- Adecuar la táctica a las situaciones de juego.
- Jugar en equipo, colaborando tanto en ataque como en defensa.

II. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO PARA LA ETAPA BACHILLERATO

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

1. Contribución a los objetivos generales del Bachillerato

El Decreto 52/2015, de 21 de mayo, establece para la Comunidad de Madrid el currículo del Bachillerato.

Nuestra materia contribuirá fundamentalmente a conseguir el siguiente objetivo de etapa:

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

En esta etapa, la materia de Educación Física continúa con la progresión de los aprendizajes de las etapas anteriores, favoreciendo en el alumnado la adquisiciónde 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 condición física y en el resto de las 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 adquisición de 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 natual de manera respetuosa.
- Manejar los conocimientos sobre ciencia y tecnología par 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 la 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.

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 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 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 acerca de fenómenos sociales como el deporte-espectáculo que, en ocasiones, puede generar situaciones de violencia o cotrarias 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 procediientos 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.

3. Aspectos didácticos y metodológicos de las materias y asignaturas del departamento en Bachillerato

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 resultados específicos 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 descubrimiento guiados.

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

En estos grupos se incidirá en el trabajo en equipos y por proyectos además de otras metodologías más actuales como la clase invertida para el trabajo de temas de componente social del deporte o aspectos nutricionales.

4. Medidas de atención a la diversidad en Bachillerato

Teniendo en cuenta que lo establecido en el plan de atención a la diversidad para el 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 periodo 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 que presenten alguna dolencia o enfermedad que implique ausencia de actividad física total o relativa deberán presentar una notificación médica que especifique la recomendación de NO realizar actividad física o especificar el tipo de actividad física que NO le conviene realizar al alumno. Cuando en el parte médico sí se especifique incapacidad, pero no venga pautado con 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 ejercite sin riesgo para su dolencia, lesión o enfermedad. Recordemos que la figura del alumno 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 o Jefatura de Estudios. En segundo lugar, el alumno tendrá que entregar cuanto antes la fotocopia del certificado o parte médico con el diagnóstico, que será archivado en el departamento y tratado con la máxima confidencialidad.

El Departamento de Educación Física no se hace responsable de problemas que puedan surgir de la práctica de actividades físicas, cuando ésta perjudique o empeore las dolencias 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 que por circunstancias de salud no puedan realizar la práctica de la asignatura total o parcialmente, deben acudir a clase. También cooperará prestando su ayuda para otras actividades como arbitrajes, anotaciones y realizará los exámenes y trabajos oportunos de los contenidos relacionados con las unidades didácticas que se están impartiendo.

Su calificación estará basada en los siguientes apartados que se expondrán a continuación, valorando el peso específico de cada uno de ellos. Según las circunstancias de cada alumno en particular, realización de exámenes escritos, contestación a 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 necesidades educativas especiales (N.E.E.) derivadas de su deficiencia psíquica**:

Seguirán la programación ordinaria junto a sus compañeros, en la medida de sus posibilidades. 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 alumnos 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 desarrollo en las sesiones de Educación Física y fisioterapia.

Aquellos alumnos que por su discapacidad no puedan asistir a las clases con normalidad, sino que permanecen con la fisioterapeuta en su rehabilitación motriz, desarrollarán un trabajo teórico por evaluación relacionado con los contenidos del curso y adaptado a sus posibilidades: PowerPoint, trabajo de exposición oral a los compañeros, etc.

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

c) **Alumnos con altas capacidades**. El tratamiento hacia estos alumnos estará basado en actividades de ampliación tanto en la parte práctica como en la teórica. Subir la exigencia en la

práctica mediante el aumento de la dificultad o intensidad en los parámetros que sean posibles sin perjuicio de la salud. En cuanto a la parte teórica, plantear preguntas que requieran un análisis más profundo, por ejemplo.

5. Elementos transversales del currículo

En nuestra área destacamos el tratamiento de los siguientes elementos transversales: la comprensión y expresión oral y escrita, la educación en valores y la utilización de las tecnologías de la información y comunicación.

5.1 Comprensión y expresión oral y escrita.

Toda comprensión es necesaria para poder realizar una posterior acción. Es, pues, una herramienta que el sujeto debe controlar para poder interactuar con el medio. Entre las actividades de comprensión dentro de nuestra materia, podemos trabajar con la ***ejemplificación*** que supone mostrar ejemplos de algún concepto o tarea leída. Otra actividad es el ***comparar*** y ***contrastar***, analizando un concepto con otro, por ejemplo, las reglas de un deporte y las de otro. La ***contextualización*** supone investigar por qué un concepto es importante y qué función cumple en el contexto más amplio del que proviene. Por ejemplo, cómo surgen y evolucionan las reglas de un deporte y qué consecuencia tienen en su práctica.

La expresión oral y escrita se desarrollará a través de la adecuada comunicación con profesor y compañeros para transmitir peticiones y opiniones. Se incidirá en el adecuado uso de la lengua que se esté utilizando, español o inglés, intentando siempre hacer un uso respetuoso, integrador y correcto de la misma.

5.2 Educación en valores

En este punto incidimos en dos puntos principales:

Educación cívica y constitucional

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 estrés psicológico y físico. El respeto por el material, las instalaciones y la naturaleza, la higiene postural, la vida saludable y la cooperación.

Emprendimiento

Se fomenta el trabajo independiente y la creatividad en el desarrollo en grupos de actividades con un fin común. Desde nuestra materia hacemos uso de este término como proyecto realizado en común y con esfuerzo, haciendo frente a diversas dificultades, con la resolución de llegar a un punto determinado. Favoreceremos el desarrollo creativo, de forma autónoma y en grupo, de las tareas presentadas por el profesorado en ciertos contenidos que son apropiados para ello (por ejemplo, juegos y deportes y ritmo y expresión).

5.3 Utilización de las tecnologías de la información y la comunicación en la etapa ESO

Nuestro departamento dispone de proyector (a revisar), portátil y altavoz portátil que nos permite usar en el gimnasio los recursos de internet. Los tutoriales de Youtube se consolidan como el principal recurso de múltiples demostraciones de acciones deportivas o ejercicios por expertos en el tema, haciendo muy atractiva su visualización por el alumnado.

Por otra parte, utilizaremos la comunicación audiovisual en las exposiciones tanto de los profesores como de los alumnos al resto del grupo. Principalmente, se utilizarán los recursos de internet y aquellos otros creados por el ponente (PowerPoint, Prezzi, videos, etc.). Con los medios que disponemos intentamos que los alumnos y profesores utilicen la comunicación audiovisual como un recurso más en la enseñanza.

6. Materiales y recursos didácticos en Bachillerato

El instituto cuenta con las siguientes instalaciones deportivas:

- Un gimnasio cubierto con pista polideportiva en su interior y dos canastas de baloncesto, suficiente para albergar una clase. Aún con la reducción de ratios en el curso actual debido a la situación ocasionada por el Covid-19, se hace difícil compartir el gimnasio en caso de inclemencias meteorológicas debido a la acústica del gimnasio. Señalar que hay un grupo que llega a los 30 alumnos (2º Bachillerato).
- Dos pistas exteriores, ambas con porterías y una de ellas con dos canastas de baloncesto. Desde el Departamento sugerimos y solicitamos la instalación de más canastas de baloncesto dada su viabilidad espacial, que facilitaría el desarrollo de las actividades deportivas.
- Vestuarios: uno femenino, uno masculino y otro para personas con discapacidad que puede ser usado por todos los alumnos y alumnas cuando está libre.

- Almacenes: disponemos de dos almacenes para el equipamiento deportivo.

La relación del equipamiento deportivo viene recogida en el anexo de este documento.

El Departamento también dispond de los siguientes recursos T.I.C.: portátil, proyector portátil (a revisar) y altavoz portátil.

7. Actividades extraescolares y complementarias de las materias del departamento en Bachillerato

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.

Dada la naturaleza complementaria al currículo de esta materia, consideramos obligatoria la participación de los alumnos en las actividades gratuitas (por ejemplo, rutas de senderismo). Por lo tanto, los alumnos que por motivos justificados no las realicen deberán presentar un trabajo escrito relativo a dicha actividad que el profesor/a especificará en cada uno de los casos, así como un justificante que el profesorado 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 ESO 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 calenario y horario lectivo, aunque la actividad implique salir del centro. Se tendrá en cuenta la participación y el aprovechamiento del alumno.

Se realizarán ejercicios de marcha rápida y/o 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 esté contemplada en la programación, siempre y cuando el número de participantes lo permita.

Las actividades principales planificadas para Bachillerato son: visita al polideportivo municipal, taller de primeros auxilios y una actividad en el medio natural.

8. Criterios y procedimientos generales de evaluación y calificación de las materias del departamento en Bachillerato

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

Los criterios y procedimientos de calificación en las materias que imparte el Departamento de Educación Física en Bachillerato, esto es, Educación Física en el primer curso y la materia optativa de Educación Física y Deportiva en el segundo curso, serán los mismos y se especificará su tratamiento dependiendo del escenario en que nos encontremos, en función de la evolución de la crisis sanitaria por COVID-19. Estos cuatro escenarios son:

a. Escenario I. Escenario extraordinario de higiene. Salvo evolución negativa de la crisis sanitaria, es el escenario que se establece para el inicio del curso escolar 2020-2021, como consecuencia del Real Decreto-ley 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
b. Escenario II. Escenario de presencialidad parcial. Este escenario se plantea para el caso de un empeoramiento de la evolución de la crisis sanitaria por COVID-19, sin que se llegue a decretar el confinamiento y la suspensión de toda actividad educativa presencial.
c. Escenario III. Escenario de confinamiento y suspensión de la actividad educativa presencial, debido a un empeoramiento grave de la evolución de la crisis sanitaria por COVID-19.
d. Escenario IV. Escenario sin problemas de COVID-19. Este escenario se plantea para la vuelta a la normalidad por la desaparición de los riesgos de COVID-19.

En los cursos de Bachillerato durante este curso y hasta el momento presente, atendemos a dos situaciones:

1) Alumnos de 1º de Bachillerato. Atienden en régimen de semipresencialidad, todos los días de la semana. El mismo grupo está dividido, a su vez, en dos subgrupos. Un subgrupo atiende las tres primeras horas y el otro subgrupo atiende a las restantes después del recreo. Los turnos de asistencia cambian cada semana.
2) Alumnos 2º de Bachillerato. Atienden a la totalidad de las clases presenciales.

Los criterios y procedimientos de calificación y evaluación durante el curso y en la prueba ordinaria en las materias que imparte el Departamento de Educación Física en el Bachillerato, se exponen a continuación y se aplicarán para los dos cursos en los **escenarios I, II y IV**.

CRITERIOS Y PROCEDIMIENTOS DE CALIFICACIÓN Y EVALUACIÓN EN LOS ESCENARIOS I, II Y IV

- **Asistencia y actitud (20%)**: Se realizará mediante la observación directa y sistemática a través de los datos recogidos sobre el respeto hacia el profesorado y hacia los compañeros, la participación activa en clase, la asistencia, la cooperación en el cuidado y transporte de materiales, interés y capacidad de superación, responsabilidad de entregar los trabajos, autorizaciones y justificantes de ausencia a tiempo. Llevar la ropa y calzado deportivo adecuados y cumplir con las normas de higiene básicas (incluido no mascar chicle y comer en el gimnasio), añadiendo las propias de la situación ocasionada por el COVID-19 y que se recogen en el protocolo que seguirá el Departamento de Educación Física. Dicho protocolo está incluido en el punto 4 del apartado de Introducción y Aspectos generales de la presente programación.

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

  Cada falta de actitud penalizará con -0,5 puntos sobre los 2 que suponen el 20%.

  En caso de superar las faltas de actitud, es decir, perder los 2 puntos de este apartado, cada falta de actitud siguiente se restará de la nota de la unidad didáctica correspondiente.

  Por otra parte, cada falta de asistencia **sin justificar** restará -0,5 puntos en la unidad didáctica correspondiente. Si se superan ciertas faltas de asistencia sin justificar, se procederá de la siguiente forma:

  - Tanto para el alumnado que asiste a la totalidad de las clases presenciales (2º Bachillerato) como al que asiste de forma semipresencial (1º Bachillerato): Se suspenderá la evaluación cuando se falte de forma INJUSTIFICADA al tercio de sesiones del total de la evaluación. Por ejemplo, si hubiese 15 sesiones en el total de la evaluación, el alumno suspendería si falta de forma injustificada a 5 sesiones.

- **Unidades didácticas (80%)**: Todos los alumnos que cumplan 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 obtenidas en las diferentes actividades propuestas, tanto prácticas como teóricas. Cada profesor otorgará el valor del porcentaje de cada ejercicio/prueba/trabajo.

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.

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, así como ejecutar de forma adecuada los contenidos prácticos. 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 realizar todos los trabajos solicitados. Un trabajo no realizado en la parte práctica o no entregado en la parte teórica se calificará como cero.

No se tendrán en cuenta los trabajos teóricos entregados con más de 3 días naturales de retraso sin motivo justificado, lo que supone un cero y el consiguiente suspenso automático en la evaluación. Cada día de retraso restará 1 punto de la nota obtenida en el trabajo.

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. Se contabilizará como un 10% de este apartado. También se valorará el dominio de las destrezas básicas de leer, hablar y escuchar trabajadas con el auxiliar de conversación y el profesor/a de la materia a través de las pruebas elaboradas para tal fin.

Para todos los cursos del Bachillerato se tendrán en cuenta las siguientes observaciones:

- La falta de asistencia injustificada descuenta 0,5 puntos de la nota de la unidad didáctica correspondiente. No se podrá aprobar la evaluación si se falta de forma injustificada a un tercio de las sesiones del total de la evaluación.
- Cualquier falta de actitud descuenta 0,5 puntos en el apartado de actitud. En caso de tener más de 4 faltas de actitud, se restarán los 0,5 puntos en la unidad didáctica correspondiente.
- 3 retrasos sin justificar equivalen a una falta injustificada. Descuenta 0,5 de las unidades didácticas.
- La negativa a realizar cualquier prueba, ya sea teórica o práctica, supone evaluación negativa con nota cero y su consiguiente recuperación. El mismo proceso se aplicará para los alumnos que no entreguen trabajos dentro del plazo fijado por los profesores.
- 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 justificante de su falta.

Se considerará **abandono de la asignatura**:

- Cuando el alumno/a no se presente a los exámenes, tanto prácticos como teóricos, o entregue los exámenes y/o trabajos en blanco (se entiende también no presentarse a las

convocatorias extraordinarias de evaluación previstas cuando haya perdido la evaluación continua).

CRITERIOS Y PROCEDIMIENTOS DE CALIFICACIÓN Y EVALUACIÓN EN EL ESCENARIO III

En cuanto al **escenario III**, que corresponde al escenario de confinamiento y suspensión de la actividad educativa presencial, debido a un empeoramiento grave de la evolución de la crisis sanitaria por COVID-19, se tendrán en cuenta las siguientes consideraciones con respecto a los dos apartados que se tuvieron en cuenta en los escenarios anteriores (I, II y IV):

- **Asistencia y actitud**: Podemos encontrarnos con dos situaciones:

- Que se haya asistido a clases presenciales antes del momento del confinamiento, por lo que, se tendrán en cuenta todas las indicaciones explicadas en este apartado en los escenarios anteriores. Esto significa que se mantendrán las notas registradas hasta el momento del confinamiento y contarán en los criterios de calificación y evaluación. Se mantendrá el 20% en este apartado.

- Que el momento del confinamiento se produzca antes de comenzar con clases presenciales. En este caso, al no haber tenido tiempo para valorar este apartado, el procedimiento cambiará y se tendrá en cuenta lo solicitado en el apartado de unidades didácticas que se explicará a continuación.

- **Unidades didácticas**: Siguiendo lo indicado en el apartado de Asistencia y actitud, y dependiendo del caso en que nos encontremos, seguiremos las siguientes indicaciones:

- En la situación en la que se haya asistido con anterioridad al confinamiento, las unidades didácticas seguirán teniendo el valor del 80% y se aplicará todo lo indicado en este apartado al igual que en los escenarios I, II y IV.

- Si el comienzo del confinamiento coincide con el principio de la evaluación o se carecen de datos suficientes para valorar el apartado de Asistencia y actitud, cada profesor otorgará un porcentaje a los ejercicios y/o actividades propuestas correspondientes a los contenidos de las diferentes unidades didácticas correspondientes a la evaluación y de ahí se sacará la nota final de la misma.

  Los trabajos deberán de entregarse a tiempo, no permitiéndose más de tres días de retraso. Cada día de retraso restará un punto de la nota obtenida. En caso de no entregarse, contará como cero y supondrá el suspenso automático en la evaluación.

  El 10% correspondiente al uso del inglés se valorará con ejercicios de preguntas cortas, supervisados por los auxiliares de conversación en inglés, en la medida de lo posible.

Para todos los cursos se tendrán en cuenta las siguientes observaciones:

- La negativa a realizar cualquier prueba, ya sea teórica o práctica, supone evaluación negativa con nota cero y su consiguiente recuperación. El mismo proceso se aplicará para los alumnos que no entreguen trabajos dentro del plazo fijado por los profesores.
- No usar la indumentaria adecuada o no llevar el material requerido con antelación para un examen supone evaluación negativa con nota cero y su consiguiente recuperación.
- 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 justificante de la no realización de la práctica.

Se considerará **abandono de la asignatura**:

- Cuando el alumno/a no se presente a los exámenes, tanto prácticos como teóricos, o entregue los exámenes y/o trabajos en blanco (se entiende también no presentarse a las convocatorias extraordinarias de evaluación previstas cuando haya perdido la evaluación continua).

En todos los casos, se tendrán en cuenta las siguientes rúbricas para la evaluación del alumnado:

RÚBRICA COMÚN A TENER EN CUENTA EN TODAS LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

	Insuficiente (4 o menos)	**Suficiente (5)**	**Bien (6)**	**Notable (7)**	**Notable+ (8)**	**Sobresaliente (9)**	**Sobresaliente+ (10)**
Actitud	Muestra en **pocas ocasiones** y sólo se le indica, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación. **En general**, muestra apatía, desgana y desinterés.	Muestra en **algunas ocasiones** y sólo si se le indica, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación. **En muchas ocasiones**, muestra apatía, desgana y desinterés.	Muestra en **algunas ocasiones**, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación.	Muestra en **muchas ocasiones**, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación.	Muestra en **muchas ocasiones**, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación. Se preocupa por la actitud de los compañero	Muestra **casi siempre**, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación. Se preocupa por la actitud de los compañero	Muestra **siempre**, actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación. Se preocupa por la actitud de los compañeros de su clase.

					s de su clase.	s de su clase.	
Puesta en práctica	Es capaz con **muchas dificultades y sólo con ayuda**, de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta **sin utilizar recursos**.	Es capaz **con dificultades y con algo de ayuda**, de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta utilizando muy **pocos recursos**.	Es capaz **con poca facilidad** de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta utilizando **pocos recursos**.	Es capaz **con cierta facilidad** de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta utilizando **algunos recursos**.	Es capaz **con facilidad** de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta utilizando **varios recursos**.	Es capaz **con facilidad y originalidad** de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta utilizando **muchos recursos**.	Es capaz con **mucha facilidad y originalidad** de explicar y/o poner en práctica la actividad propuesta utilizando **muchos recursos**.
Estructura del deporte o ejercicio solicitado	Conoce, comprende y evalúa de **manera superficial muy pocos elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento). **No aporta** ejemplos o son escasos y con **poco detalle**.	Conoce, comprende y evalúa de **manera superficial pocos elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento). Aporta **pocos** ejemplos con **poco detalle**.	Conoce, comprende y evalúa de **manera básica algunos elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento). Aporta **algunos** ejemplos con **poco detalle**.	Conoce, comprende y evalúa de **manera profunda algunos elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento). Aporta **algunos** ejemplos con **cierto detalle**.	Conoce, comprende y evalúa de **manera profunda muchos elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento) y aporta **cierta información novedosa y original**. Aporta **algunos** ejemplos con **cierto detalle**.	Conoce, comprende y evalúa de **manera muy profunda casi todos los elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento) y aporta **mucha información novedosa y original**. Aporta **muchos** ejemplos con **cierto detalle**.	Conoce, comprende y evalúa de **manera muy profunda todos los elementos** de la estructura del deporte (técnica, estrategia y reglamento) y aporta **mucha información novedosa y original**. Aporta **muchos** ejemplos con **mucho detalle**.

Toma de decisiones y ejecución	Realiza, de **forma errónea siempre**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta **siempre de manera incorrecta** (**descoordinada y no eficaz**) con respecto al modelo descrito, las habilidades específicas.	Realiza, de **forma errónea muchas veces**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta **casi siempre de manera incorrecta** (**descoordinada y no eficaz**) con respecto al modelo descrito, **alguna** de las habilidades específicas.	Realiza, de **forma acertada algunas veces**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta de **manera acertada algunas veces** (**coordinada**) con respecto al modelo descrito, **casi todas** las habilidades específicas.	Realiza, de **forma acertada muchas veces**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta de **manera acertada muchas veces** (**coordinada**) con respecto al modelo descrito, **casi todas** las habilidades específicas.	Realiza, de **forma acertada muchas veces**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta de **manera acertada muchas veces** (**coordinada y eficaz**) con respecto al modelo descrito, **casi todas** las habilidades específicas.	Realiza, de **forma acertada casi siempre**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta de **manera acertada siempre** (**coordinada**) con respecto al modelo descrito, **todas** las habilidades específicas.	Realiza, de **forma acertada siempre**, su toma de decisiones para cumplir con el objetivo motor. Ejecuta de **manera acertada siempre** (**coordinada y eficiente/fiel**) con respecto al modelo descrito, **todas** las habilidades específicas.

RÚBRICA PARA LA PRESENTACIÓN DE TRABAJOS TEÓRICOS

PARTES	CARACTERÍSTICAS	VALOR
Portada e Índice	Se incluye una imagen de portada representativa del trabajo que se solicita. El índice presentado incluye la paginación, no sólo los apartados requeridos en el trabajo.	1 punto
Introducción	Incluye una breve introducción histórica o contextual y las características básicas.	1 punto
Desarrollo del tema	Indispensable responder a todos los puntos que se piden. Información relevante. Vocabulario específico del tema. Expresión escrita correcta: claridad, precisión y redacción adecuada.	4 puntos
Experiencia y Opinión personal	Expresión escrita personal. Redacción correcta. Extensión: 1 cara de folio. En caso de no incluir el trabajo este apartado, el punto para calificar el mismo pasará al desarrollo del tema.	1 punto
Fuentes consultadas	Incluir bibliografía, webgrafía, revistas consultadas… Comparar entre diferentes fuentes. (Al menos 4 en los trabajos largos)	1 punto
Imágenes	Se añaden imágenes, fotos, gráficos, etc. relacionados con el trabajo que ayudan a clarificar el desarrollo del tema.	1 punto
Presentación	Presentación formal. Orden y limpieza.	1 punto
Ortografía	Se tendrán en cuenta las faltas de ortografía. Se restarán 0,15 puntos por cada una de ellas.	- 0,15 puntos
Entrega en fecha	No se valorarán en la evaluación los trabajos entregados fuera de fecha. En este caso se obtendrá un 0 en la calificación del mismo, lo que significa un suspenso en la evaluación, al sacar una nota inferior a 4. Si bien se recogerá el trabajo, se realizará la corrección, pero la nota será considerada posteriormente, es decir, la nota será modificada en la evaluación siguiente. En el caso de la convocatoria extraordinaria, si el alumno no entrega el trabajo/trabajos a tiempo, suspenderá la materia.	-
OTROS	En el caso de ejercicios cortos, basados en preguntas concretas u otro tipo de trabajos, los criterios anteriormente descritos serán modificados. Se tendrá en	-

	cuenta que los alumnos **respondan a lo que se pide**, atendiendo a las orientaciones y los criterios de corrección que los profesores previamente les hayan indicado.	

CRITERIOS Y PROCEDIMIENTOS DE CALIFICACIÓN Y EVALUACIÓN EN LA PRUEBA ORDINARIA

Aquellos alumnos que hayan suspendido una evaluación por faltas de asistencia o nota inferior a cuatro recuperarán realizando las pruebas de práctica o teoría que en su momento suspendieron o faltaron. Éstas se realizaránen la convocatoria ordinaria.

- Realización en junio de las pruebas prácticas y escritas no superadas o no presentadas, para lo cual se les proporcionarán medidas educativas especiales para su consecución (actividades de refuerzo y pautas para la realización de los trabajos).

- Las recuperaciones se realizarán en la prueba ordinaria, avisando previamente al alumno. 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.

- Para calificar este examen final se considerarán las notas de cada apartado, es decir, el examen de los contenidos conceptuales, el examen práctico y la entrega de trabajos. En primer lugar, se hará la media aritmética de lo pendiente en cada evaluación. Si hay más de una evaluación pendiente, se hará la media aritmética de dichas evaluaciones. El total de la nota obtenida supondrá un 80% de la calificación total.

- Obviamente, la parte actitudinal (20%) no se podrá recuperar y se tendrá en cuenta la nota de actitud de cada evaluación.

- En definitiva, para el cálculo de la nota final se mantendrán las notas aprobadas durante la evaluación, los resultados de la prueba ordinaria de los contenidos suspensos y la nota de actitud que el alumno tuviera durante las tres evaluaciones.

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

Remitirse a la Programación General Anual (P.G.A.) del centro para consultar la pérdida al derecho a la evaluación continua en esta materia.

Los alumnos que pierdan el derecho a la evaluación continua se presentarán directamente a la prueba extraordinaria, cuyos criterios y procedimientos de calificación se explican en el punto 8.4.

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

Los alumnos que tengan alguna 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.

La recuperación de la asignatura pendiente será mediante la entrega de dos trabajos. La fecha de entrega de dichos trabajos será la primera semana lectiva tras las vacaciones de Navidad y Semana Santa. La calificación obtenida se corresponderá con la media de ambas evaluaciones. En caso de ser inferior a 5, deberá presentarse a un examen global en el periodo extraordinario en las mismas condiciones que el resto de los alumnos suspensos.

Los trabajos deberán ser realizados en el idioma en el que se imparta la asignatura y tendrán una estructura básica que será concretada por el profesor correspondiente (dependiendo del contenido pendiente).

Se calificará el trabajo del 1 al 10 y la recuperación de la materia pendiente del curso anterior se hará durante el curso actual. En caso de suspender, se solicitará al alumno la mejora o repetición del trabajo. Como se ha indicado anteriormente, la nota final será la media aritmética de las notas obtenidas en cada trabajo.

Si la materia no se recupera durante el periodo ordinario, en la convocatoria extraordinaria deberán de entregar los trabajos correspondientes y la nota final, al igual que en la convocatoria ordinaria, será la media aritmética de las notas obtenidas en cada trabajo.

ESQUEMA DE TRABAJOS PARA ALUMNNOS CON EDUCACIÓN FÍSICA O MATERIAS OPTATIVAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES

- ALUMNOS CON LA MATERIA PENDIENTE DE **1º BACHILLERATO**:

  Primer trabajo:
  - Health, fitness and training methods
  - Individual sport

  Segundo trabajo:
  - Team sport
  - Breathing and relaxation

- ALUMNOS CON LA OPTATIVA DE **EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA DE 2º BACHILLERATO** PENDIENTE:

  Primer trabajo:
  - Condición física. Planificación del entrenamiento
  - Baloncesto

  Segundo trabajo:
  - Fútbol sala
  - Relajación
  - RCP y Primeros Auxilios

8.4. Pruebas extraordinarias

Los alumnos que suspendan la evaluación ordinaria deberán presentarse a la extraordinaria para realizar la recuperación de aquellas partes que tienen suspensas con una nota inferior a cuatro (resultados de la evaluación ordinaria). El resto de las notas de los exámenes se mantendrán e igualmente la nota de actitud de cada una de las evaluaciones.

Los criterios de calificación serán los mismos que se siguieron en la convocatoria ordinaria.

Los alumnos que perdieron el derecho a la evaluación continua presentarán y realizarán todas las actividades prácticas y teóricas (incluidos exámenes) de las diferentes unidades didácticas que le indique el profesor de su curso.

Durante el periodo de refuerzo previo a la realización de esta prueba, los alumnos suspensos realizarán las actividades suspensas en pequeños grupos y supervisados por su profesor correspondiente. El resto de los alumnos aprobados realizarán competiciones deportivas de los deportes practicados a lo largo del curso escolar y salidas de senderismo al medio natural cercano, si la organización del centro durante esas fechas lo favorece.

Tanto las pruebas de la convocatoria ordinaria como de la extraordinaria serán comunicadas a los alumnos por su profesor correspondiente.

B. PROGRAMACIÓN DE LAS MATERIAS DE BACHILLERATO DEL DEPARTAMENTO

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º DE BACHILLERATO

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

Objetivos de la materia

La enseñanza de la Educación Física en el Bachillerato tendrá como objetivo 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 efetos 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.

Contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.

CONTENIDOS

Los contenidos en el currículo para 1º Bachillerato 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 atividades físico-deportivas practicadas, dentro de los márgenes de salud.

Hidratación y alimentación en los programs personales de actividad física.

Procedimiento 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 del 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. Respiración y relajación
Deporte de adversario: Bádminton

SEGUNDA EVALUACIÓN:
Condición física. Respiración y relajación
Nutrición
Expresión Corporal
Deporte colectivo: Voleibol

TERCERA EVALUACIÓN:
Condición física. Respiración y relajación
Deportes alternativos: Ultimate frisbee. Floorball.
Actividades en la naturaleza

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

CM competencia matemática y ciencia y tecnología
CL comunicación lingüística
CD competencia digital
CEC conciencia y expresión cultural
CSC competencia social y cívica
SIE sentido de la iniciativa y emprendimiento
AA aprender a aprender

CRITERIO DE EVALUACIÓN						
1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.						
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	**INDICADORES DE LOGRO**				**U.D.**	**C.CLAVE**
	EXCELENTE	**NOTABLE**	**SUFICIENTE**	**INSUFICIENTE**		
1.1 Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.	Aplica con éxito las habilidades específicas de la actividad individual.	Aplica aceptablemente las habilidades específicas de la actividad individual.	Aplica con limitaciones las habilidades específicas de la actividad individual.	Raramente aplica las habilidades específicas de la actividad individual.	Deportes individuales	AA SIE
1.2 Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en situaciones colectivas	Siempre se adapta a la realización de las habilidades específicas generadas por los compañeros en actividades colectivas.	Casi siempre se adapta a la realización de las habilidades específicas generadas por los compañeros en actividades colectivas.	A veces se adapta a la realización de las habilidades específicas generadas por los compañeros en actividades colectivas.	Casi nunca se adapta a la realización de las habilidades específicas generadas por los compañeros en actividades colectivas.	Deportes colectivos.	CCL CPAA CSC SIE
1.3 Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	Siempre resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	Casi siempre resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	A veces resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	Casi nunca resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	Deportes individuales Deportes colectivos	SIE CL
1.4 Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios	Siempre pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables	Casi siempre en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables	A veces pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables	Casi nunca pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables	Actividades en la naturaleza	AA

CRITERIO DE EVALUACIÓN						
2. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición						
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	**INDICADORES DE LOGRO**				**U.D**	**C.CLAVE**
	EXCELENTE	**NOTABLE**	**SUFICIENTE**	**INSUFICIENTE**		
2.1 Colabora con el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.	Colabora con éxito el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.	Colabora aceptablemente en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.	Colabora con limitaciones en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.	Raramente colabora con el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.	Expresión corporal. Deportes colectivos	CEC CL SIE AA
2.2 Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.	Representa con éxito composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad	Representa aceptablemente composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad	Representa con limitaciones composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad	Raramente representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad	Expresión corporal. Deportes colectivos.	CD CCL CEC SIE
2.3 Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.	Adecua con éxito sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.	Adecua aceptablemente sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.	Adecua con limitaciones sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.	Raramente adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.	Expresión corporal.	CL CEC SIE

CRITERIO DE EVALUACIÓN						
3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.						
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	**INDICADORES DE LOGRO**				**U.D**	**C.CLAVE**
	EXCELENTE	**NOTABLE**	**SUFICIENTE**	**INSUFICIENTE**		
3.1 Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.	Desarrolla siempre acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario.	Desarrolla casi siempre acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario.	A veces desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario.	Casi nunca desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario.	Condición física. Deportes colectivos.	SIE AA
3.2 Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se producen colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno.	Colabora con éxito con otros participantes en actividades físico-deportivas y explica la aportación de cada uno.	Colabora aceptablemente con otros participantes en actividades físico-deportivas y explica la aportación de cada uno.	Colabora con limitaciones con otros participantes en actividades físico-deportivas y explica la aportación de cada uno.	Raramente colabora con otros participantes en actividades físico-deportivas y explica la aportación de cada uno.	Deportes colectivos.	CL CSC SIE
3.3 Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.	Desempeña con éxito su rol para conseguir los objetivos del equipo.	Desempeña aceptablemente su rol para conseguir los objetivos del equipo.	Desempeña con limitaciones su rol para conseguir los objetivos del equipo.	Raramente desempeña su rol para conseguir los objetivos del equipo.	Deportes colectivos.	CL CSC SIE
3.4 Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas	Valora siempre las oportunidades y riesgos de sus acciones en las actividades propuestas.	Valora casi siempre las oportunidades y riesgos de sus acciones en las actividades propuestas.	Valora a veces las oportunidades y riesgos de sus acciones en las actividades propuestas.	Casi nunca valora las oportunidades y riesgos de sus acciones en las actividades propuestas.	Deportes colectivos	CPAA SIE CM

3.5 Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.	Se adapta con éxito a las características de los participantes para plantear estrategias ante situaciones de oposición.	Se adapta aceptablemente a las características de los participantes para plantear estrategias ante situaciones de oposición.	Se adapta raramente a las características de los participantes para plantear estrategias ante situaciones de oposición.	Casi nunca se adapta las características de los participantes para plantear estrategias ante situaciones de oposición.	Deportes colectivos	CSC SIE CL

CRITERIO DE EVALUACIÓN						
4.Mejorar o mantener los factores de condición física y las habilidades motrices en un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.						
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	**INDICADORES DE LOGRO**				**U.D**	**C.CLAVE**
	EXCELENTE	**NOTABLE**	**SUFICIENTE**	**INSUFICIENTE**		
4.1 Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.	Domina los conocimientos sobre nutrición y balance energético y los integra siempre en los programas de la actividad física para la mejora de la condición física y salud.	Integra casi siempre los conocimientos sobre nutrición y balance energético y los integra en los programas de la actividad física para la mejora de la condición física y salud.	Tiene algunas dificultades para integrar los conocimientos sobre nutrición y balance energético y los integra en los programas de la actividad física para la mejora de la condición física y salud.	Nunca integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético y los integra en los programas de la actividad física para la mejora de la condición física y salud.	Nutrición Condición Física.	AA CM
4.2 Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.	Siempre realiza actividad física incluyendo en la misma los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.	En alguna ocasión comete pequeños errores durante la práctica de actividad física relacionados con los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.	Conoce los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud, pero hay que recordarle que los incorpore durante la práctica de actividad física.	Nunca incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.	Condición Física.	CM AA
4.3 Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.	Siempre realiza de forma autónoma el calentamiento y la vuelta a la calma durante la práctica de actividad física.	Realiza de forma autónoma el calentamiento y la vuelta a la calma cometiendo pequeños errores en la estructura de los mismos.	Tiene algunas dificultades para realizar de forma autónoma el calentamiento y la vuelta a la calma durante la práctica deportiva.	Es incapaz de realizar el calentamiento y la vuelta a la calma de forma autónoma.	Condición Física. Respiración y relajación.	AA

4.4 Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.	Siempre alcanza los objetivos de condición física adaptados a su nivel.	Casi siempre alcanza los objetivos de condición física adaptados a su nivel.	Tiene ciertas dificultades para alcanzar determinados objetivos de condición física previamente adaptados a su nivel.	No alcanza los objetivos de nivel de condición física planteados para su nivel.	Condición Física.	CM

CRITERIO DE EVALUACIÓN						
5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.						
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	**INDICADORES DE LOGRO**				**U.D**	**C.CLAVE**
	EXCELENTE	**NOTABLE**	**SUFICIENTE**	**INSUFICIENTE**		
5.1 Aplica los conceptos aprendidos sobre sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.	Conoce y siempre aplica los conceptos aprendidos para la elaboración de actividad física de forma saludable.	Conoce y casi siempre aplica los conceptos aprendidos para la elaboración de actividad física de forma saludable.	No siempre aplica los conceptos aprendidos para la elaboración de actividad física de forma saludable.	Nunca aplica los conceptos aprendidos para la elaboración de actividad física de forma saludable.	Condición Física.	SIE AA
5.2 Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.	Siempre evalúa sus capacidades	Normalmente evalúa sus capacidades	Normalmente evalúa sus capacidades	Nunca evalúa sus capacidades	Condición Física.	SIE AA
5.3 Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.	Siempre concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.	Casi siempre concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.	No siempre concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.	Nunca concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.	Condición Física.	SIE AA

5.4 Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.	Siempre incluye en su programa personal de actividad física y domina los conceptos de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.	Casi siempre incluye en su programa personal de actividad física y domina los conceptos de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.	Tiene algunas dificultades para incluir las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad cuando elabora su programa personal de actividad física.	Desconoce y no incluye las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad cuando elabora su programa personal de actividad física.	Condición Física.	SIE AA
5.5 Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.	Realiza siempre test de condición física	Casi siempre realiza test de condición física	Normalmente obtiene resultados positivos en test de condición física	Sus resultados son por debajo del baremo para su edad	Condición Física.	SIE AA
5.6 Planta y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo.	Participa en actividades extraescolares	Con frecuencia realiza actividad deportiva extraescolar	Hace actividad extraescolar un día a la semana	No realiza actividad deportiva extraescolar	Condición física y deportes	AA SIE

CRITERIO DE EVALUACIÓN						
6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adaptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividad física.						
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	**INDICADORES DE LOGRO**				**U.D**	**C.CLAVE**
	EXCELENTE	**NOTABLE**	**SUFICIENTE**	**INSUFICIENTE**		
6.1 Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.	Sabe organizar perfectamente y participa en actividades físicas y deportivas	Sabe organizar notablemente y participa en actividades físicas y deportivas	Sabe organizar básicamente actividades físicas y deportivas	Difícilmente Sabe organizar y participa en actividades físicas y deportivas	Deportes	AA CSC
6.2 Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.	Siempre realiza pensamiento crítico de noticias deportivas	Casi siempre realiza pensamiento crítico de noticias deportivas	A veces realiza pensamiento crítico de noticias deportivas	Nunca realiza pensamiento crítico de noticias deportivas	C.física y deportes	AA CSC

CRITERIO DE EVALUACIÓN						
7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.						
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	**INDICADORES DE LOGRO**				**U.D**	**C.CLAVE**
	EXCELENTE	**NOTABLE**	**SUFICIENTE**	**INSUFICIENTE**		
7.1 Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.	Constantemente es previsor de los posibles riesgos de la actividad y de sus actuaciones.	En la mayoría de las ocasiones es previsor de los posibles riesgos de la actividad y de sus actuaciones.	Normalmente es previsor de los posibles riesgos de la actividad y de sus actuaciones.	Ocasionalmente es previsor de los posibles riesgos de la actividad y de sus actuaciones.	Actividades naturaleza. Deporte individual. Deporte colectivo.	AA CSC
7.2 Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.	Siempre usa el material siguiendo las instrucciones del profesor.	Casi siempre usa el material siguiendo las instrucciones del profesor.	Normalmente usa el material siguiendo las instrucciones del profesor.	Ocasionalmente usa el material siguiendo las instrucciones del profesor.	Calentamiento y vuelta a la calma. Condición física.	AA
7.3 Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.	Siempre controla su nivel de esfuerzo	En la mayoría de las ocasiones controla su nivel de esfuerzo	Normalmente controla su nivel de esfuerzo	Raramente controla su nivel de esfuerzo	Todas	AA

CRITERIO DE EVALUACIÓN						
8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.						
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	**INDICADORES DE LOGRO**				**U.D**	**C.CLAVE**
	EXCELENTE	**NOTABLE**	**SUFICIENTE**	**INSUFICIENTE**		
8.1 Respeta las reglas sociales y el entorno en que se realizan las actividades físico-deportivas.	Siempre se muestra respetuoso con los demás y con el espacio deportivo cuando practica deporte.	Casi siempre se muestra respetuoso con los demás y con el espacio deportivo cuando practica deporte.	Suele mostrarse respetuoso con los demás y con el espacio deportivo cuando practica deporte.	Raramente se muestra respetuoso con los demás y con el espacio deportivo cuando practica deporte.	todas	CSC
8.2 Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando sus diferencias.	Integra regularmente a todos sus compañeros en la actividad física y se muestra respetuoso constantemente.	Integra a todos sus compañeros en la actividad física y se muestra, generalmente, respetuoso.	Integra a casi todos sus compañeros en la actividad física y se muestra, generalmente, respetuoso.	Tiene dificultad para integrar a los compañeros en la actividad física y/o mostrarse respetuoso.		

CRITERIO DE EVALUACIÓN						
9. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.						
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	**INDICADORES DE LOGRO**				**U.D**	**C.CLAVE**
	EXCELENTE	**NOTABLE**	**SUFICIENTE**	**INSUFICIENTE**		
9.1 Aplica criterios de búsqueda que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.	Siempre aplica criterios de búsqueda que garanticen el rigor.	Casi siempre aplica criterios de búsqueda que garanticen el rigor.	En ocasiones aplica criterios de búsqueda que garanticen el rigor.	Raramente aplica criterios de búsqueda que garanticen el rigor.	Sistema muscular. Calentamiento y vuelta calma. Relajación.	CD
9.2 Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.	Comunica y comparte la información con claridad y orden de forma sobresaliente. Usa diversas formas de apoyo visual para reforzar los contenidos.	Comunica y comparte la información notablemente con claridad y buena organización. Usa imágenes y gráficos para apoyar texto.	Comunica y comparte la información adecuadamente de forma que se entiende. Usa imágenes que apoyan texto.	Comunica y comparte la información sin claridad y de forma desorganizada. No usa imágenes que apoyen texto.	Sistema muscular. Calentamiento y vuelta calma. Relajación.	

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 cuanto a los **criterios de calificación y recuperación** en la etapa de Bachillerato, nos remitimos a lo establecido en el punto 8 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.
- Diseñar y desarrollar un programa de mejora de la condición física.
- Dosificar el esfuerzo en todas las actividades propuestas, así como mostrar un nivel de ejecución aceptable en las mismas.

SISTEMA MUSCULAR

- Identificar los principales músculos y su función.
- Diseñar ejercicios para trabajar la fuerza y/o flexibilidad de dichos músculos.
- Realizar un poster sobre el tema según intereses del alumno.

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 sistemas de juegos básicos
- Aplicar estrategias colectivas de colaboración

DEPORTE INDIVIDUAL / DE ADVERSARIO

- Mejorar la técnica del deporte
- Participar activamente en situaciones reales de juego
- Conocer y aplicar el sistema del arbitraje

ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA

- Autogestionar la planificación de una actividad en el 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 la técnica de relajación de Jacobson
- Utilizar la respiración como elemento de reducción del estrés y la fatiga

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA OPTATIVA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA DE 2º DE BACHILLERATO

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

El currículo de esta materia queda recogido en la Orden 2200/2017, de 16 de junio, por la que se aprueban materias de libre configuración autonómica en la Comunidad de Madrid.

Objetivos de la materia

- Afianzar y valorar los beneficios y ventajas que reporta el deporte y la actividad física en el ser humano.
- Aprovechar la capacidad que tiene el movimiento entendido como actividad física para sociabilizarnos y hacer más fluida y amena la relación con las personas que nos rodean a diario en nuestro marco laboral, familiar, escolar, etc.
- Mejorar las capacidades físicas y la salud.
- Permitir a los alumnos que deciden escoger esta optativa a que desarrollen su formación en el campo de la preparación física y todo lo que la rodea.
- Crear de forma autónoma su propio plan de entrenamiento, ser capaz de entender el deporte y la actividad física coo una necesidad vital en su vida diaria y que, como colofón final, pueda llegar a dedicarse de forma profesional a los muchos campos de actuación que componen la familia de las actividades físicas y deportivas en la actualidad, utilizando como trampolín de partida esta materia.

Contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.

CONTENIDOS

1ª EVALUACIÓN:

CONDICIÓN FÍSICA:

- Concepto de condición física y de las diferentes cualidades físicas básicas: resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza.
- Métodos de entrenamiento para el trabajo de la condición física: métodos continuos y fraccionados (sobre todo, mediante circuitos).
- Relación de los principios básicos del entrenamiento general con el entrenamiento de la fuerza.

- Planteamiento individual para el entrenamiento de la resistencia aeróbica.
- Test de valoración de la condición física.

BALONCESTO
- Aspectos técnicos: bote, pases, cambios de dirección, fintas, rebote, tiro y entradas a canasta.
- Técnica individual de defensa.
- Aspectos tácticos ofensivos: bloquo directo, indirecto. Sistemas de juego contra defensa individual (pasar y cortar, pasar y bloquear) y contra defensa en zona.
- Aspectos tácticos defensivos: defensa individual con ayudas y defensa en zona (2-3).
- Posiciones de los jugadores.
- Reglamento del baloncesto.

ESCALADA
- Escalada en rocódromo.
- Técnica básica de escalada: técnicas de agarre y posición del pie.
- Normas de seguridad.

RELAJACIÓN
- Concepto y beneficios de la relajación.
- Estiramientos.
- Tipos de respiración: clavicular, torácica, abdominal.
- Técnica de relajación: Visualización guiada.

<u>2ª EVALUACIÓN</u>

CONDICIÓN FÍSICA
- Métodos de entrenamiento para el trabajo de la condición física.
- Planteamiento individual para el entrenamiento de la resistencia aeróbica.
- La fuerza: manifestaciones, métodos para el entrenamiento y mejora.
- Test de valoración de la condición física.

FÚTBOL
- Aspectos técnicos: pases y recepciones en diferentes lugares del campo y en diferentes situaciones.
- Conducción del balón. Tiro a puerta.
- Aspectos tácticos: el desmarque. Diferentes formas de juego y la táctica de equipo ofensiva y defensiva.
- Reglamento del fútbol sala, fútbol 7 y fútbol (11).

RELAJACIÓN
- Estiramientos.
- Técnica de relajación: relajación muscular progresiva de Jacobson.
- El masaje. Trabajo con pelotas de tenis.

3ª EVALUACIÓN

CONDICIÓN FÍSICA
- Métodos de entrenamiento para el trabajo de la condición física.
- Planteamiento individual para el trabajo de la resistencia aeróbica.
- La fuerza: descripción de ejercicios y técnicas correctas y de ejercicios con equipamiento y maquinaria específica de gimnasio.
- Test de valoración de la condición física.

JUEGOS, DEPORTES Y/O ACTIVIDADES RÍTMICAS O DE CONDICIÓN FÍSICA
- Planificación, en pequeños grupos, de dos sesiones de actividades físicas y deportivas, delimitando los objetivos y contenidos de las mismas.
- Organización de sesiones, respetando el siguiente esquema: calentamiento, parte principal y vuelta la calma o parte final.
- Exposición y puesta en práctica de dichas sesiones al resto de sus compañeros.

RELAJACIÓN
- Estiramientos
- Método de relajación de Schultz.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

Bloque. Preparación y calentamiento.

1. Entender el concepto de capacidades físicas básicas.
   1.1. Entiende el concepto de capacidades físicas básicas como un elemento de distinción metodológica.
2. Comprender la interrelación de las capacidades físicas básicas.
   2.1. Comprende que las capacidades físicas básicas no se dan de forma aislada sino interrelacionadas.
3. Distinguir cada una de las capacidades físicas básicas: resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad.
   3.1. Distingue cada una de las capacidades físicas básicas.

4. Entender los efectos, incluso terapeúticos, que cada una de las capacidades tiene en el organismo.
   4.1. Entiende los efectos, incluso terapeúticos, que cada una de las capacidades tiene en el organismo.
5. Valorar el desarrollo de las capacidades físicas básicas.
   5.1. Conoce la dimensión saludable que conlleva el desarrollo de las capacidades físicas básicas.
6. Entender el ejercicio físico como una acción necesaria para la salud.
   6.1. Entiende el ejercicio físico y el desarrollo de las capacidades físicas como una acción necesaria para la salud integral de la persona.
7. Emplear en su actividad física habitual ejercicios aplicados al desarrollo de diferentes capacidades.
   7.1. Emplea en su actividad física habitual ejercicios aplicados al desarrollo de diferentes capacidades.
8. Organizar su trabajo en grupo o en pareja.
   8.1. Organiza su trabajo en grupo o en pareja para el desarrollo de sus capacidades físicas básicas de forma habitual.

Bloque. Escalada

1. Comprender el entorno natural.
   1.1. Comprende el entorno natural, no sólo de forma teórica, sino por medio de la experiencia práctica y el acercamiento al entorno real.
2. Conocer y valorar el medio natural como lugar para realizar actividades recreativas y deportivas y valorar la necesidad de conservarlo y protegerlo.
   2.1. Conoce y valora las posibilidades que brinda el medio natural omo lugar para realizar actividades recreativas y deportivas y valora la necesidad de conservarlo y protegerlo.
3. Conocer el riesgo inherente a toda práctica realizada en un entorno vertical.
   3.1. Conoce el riesgo inherente a toda práctica realizada en un entorno vertical, donde las posibilidades de producirse accidentes se multiplican en proporción directa a la falta de conocimientos y precaución.
4. Experimentar las sensaciones asociadas a la superación de dificultades motrices en una pared de escalada.
   4.1. Experimenta las sensaciones asociadas a la superación de dificultades motrices en una pared de escalda.
5. Conocer los elementos técnicos y materiales necesarios para la práctica de la escalada.
   5.1. Conoce los elementos técnicos y materiales necesarios para la práctica de la escalada, siendo conscientes de la necesidad de contar con una preparación especializada para hacer de ellos un uso correcto y seguro.

6. Adquirir conocimientos que le permiten desarrollar estas actividades con total seguridad.
   6.1. Adquiere conocimientos que le permiten desarrollar estas actividades con total seguridad.

Bloques. Juegos de canasta.

1. Ajustar con eficiencia las habilidades motrices específicas a las diferentes situaciones que se establezcan durante el juego.
   1.1. Ajusta con eficiencia las habilidades motrices específicas a las diferentes situaciones que se establezcan durante el juego.
2. Valorar el juego del baloncesto como medio de disfrute tanto en el ámbito escolar como fuera de él.
   2.1. Valora el juego del baloncesto como medio de disfrute tanto en el ámbito escolar como fuera de él.
3. Valorar una actividad responsable, tanto individual como colectivamente, en la práctica de actividades físico-motrices por encima de la búsqueda desmedida de los resultados, valorando las propias posibilidades y la de los demás.
   3.1. Valora una actividad responsable, tanto individual como colectivamente, en la práctica de actividades físico-motrices por encima de la búsqueda desmedida de los resultados, valorando las propias posibilidades y la de los demás.

Bloque. Fútbol sala

1. Utilizar las habilidades adquiridas durante el curso (conducciones, golpeos, lanzamientos, etc.) en este deporte.
   1.1. Utilizar las habilidades adquiridas durante el curso (conducciones, golpeos, lanzamientos, etc.) en este deporte.
2. Conducir el balón por un circuito con obstáculos sin derribarlos.
   2.1. Conduce el balón por un circuito con obstáculos sin derribarlos.
3. Realizar tiros a portería desde distintas distancias y posiciones.
   3.1. Realiza tiros a portería desde distintas distancias y posiciones.
4. Participar en todas las actividades propuestas respetando las normas y aceptando sus posibilidades y la de sus compañeros.
   4.1. Participa en todas las actividades propuestas respetando las normas y aceptando sus posibilidades y la de sus compañeros.
5. Transferir las reglas básicas aprendidas a situaciones de juego.
   5.1. Transfiere las reglas básicas aprendidas a situaciones de juego.

Bloque. Entrenamientos de fuerza

1. Distinguir y aplicar con propiedad los conceptos de planificación y periodización del entrenamiento.
   1.1. Distingue y aplica con propiedad los conceptos de planificación y periodización del entrenamiento.
2. Conocer y aplicar en su planificación de forma adecuada los conceptos de unidades de trabajo y sesiones de trabajo.
   2.1. Conoce y aplica en su planificación de forma adecuada los conceptos de unidades de trabajo y sesiones de trabajo.
3. Distinguir las diferentes fases del entrenamiento y aplicarlas en su entrenamiento personal.
   3.1. Distingue las diferentes fases del entrenamiento y las aplica en su entrenamiento personal.
4. Conocer el papel de la función muscular, relacionándolo con acciones de movimiento.
   4.1. Conoce el papel de la función muscular, relacionándolo con acciones de movimiento.
5. Conocer y entender los procesos químicos para el aporte energético y la mecánica de la contracción muscular.
   5.1. Conoce los procesos químicos para el aporte energético y la mecánica de la contracción muscular.
6. Entender y distinguir la función de los distintos tipos de músculos según su actividad.
   6.1. Distingue la función de los distintos tipos de músculos según su actividad.
7. Conocer y distinguir las diferentes actividades aplicables en la fase de adaptación al esfuerzo.
   7.1. Conoce las diferentes actividades aplicables en la fase de adaptación al esfuerzo.
8. Conocer y aplicar adecuadamente las actividades aplicables a una fase de estabilización del esfuerzo.
   8.1. Conoce adecuadamente las actividades aplicables a una fase de estabilización del esfuerzo.
9. Conocer y aplicar actividades para la fase de vuelta a la normalidad, de forma adecuada.
   9.1. Conoce actividades para la fase de vuelta a la normalidad, de forma adecuada.
10. Controlar de forma adecuada el ritmo cardiaco en sus actividades de entrenamiento personal.
    10.1. Controla de forma adecuada el ritmo cardiaco en sus actividades de entrenamiento personal.
11. Conocer y aplicar adecuadamente el esquema correcto de trabajo durante una sesión de entrenamiento.
    11.1. Conoce y aplica adecuadamente el esquema correcto de trabajo durante una sesión de entrenamiento.

Bloque. Relajación

1. Conocer diferentes formas de relajación.
   1.1. Conoce y diferencia las distintas formas de relajación.

2. Criterios específicos de calificación y recuperación en la materia

Nos remitimos al apartado 8. Criterios y procedimientos de evaluación y calificación en Bachillerato, donde quedan recogidos los criterios para calificar al alumnado y la recuperación de materias suspensas y pendientes.

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

CONDICIÓN FÍSICA

- Conocer los conceptos de condición física y de las diferentes cualidades físicas básicas: resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza.
- Conocer y aplicar los diferentes métodos de entrenamiento para el trabajo de la condición física: métodos continuos y fraccionados (sobre todo, mediante circuitos).
- Relacionar los principios básicos del entrenamiento general con el entrenamiento de la fuerza.
- Desarrollar un entrenamiento de la resistencia aeróbica.
- Conocer y aplicar los test de valoración de la condición física.

BALONCESTO

- Conocer y aplicar los aspectos técnicos: bote, pases, cambios de dirección, fintas, rebote, tiro y entrada a canasta, así como la técnica individual de defensa y de los aspectos tácticos ofensivos: bloqueo directo, indirecto.
- Practicar sistemas de juego contra defensa individual (pasar y cortar, pasar y bloquear) y contra defensa en zona.
- Conocer y aplicar los aspectos tácticos defensivos: defensa individual con ayudas y defensa en zona (2-3).
- Conocer y aplicar el reglamento del baloncesto y las posiciones de los jugadores.

ESCALADA

- Visitar el rocódromo.
- Aplicar la técnica básica de escalada: técnicas de agarre y posición del pie.
- Conocer e implementar las normas de seguridad.

RELAJACIÓN

- Conocer el concepto y beneficios de la relajación.
- Conocer y saber aplicar los estiramientos.
- Aplicar mediante ejercicios los tipos de respiración: clavicular, torácica y abdominal.
- Aplicar la técnica de relajación: visualización guiada y método de relajación de Schultz.
- Desarrollar ejercicios de yoga.
- Desarrollar la técnica de relajación muscular progresiva de Jacobson.
- Implementar el masaje. Trabajo con pelotas de tenis.

FÚTBOL

- Conocer y aplicar los aspectos técnicos: pases y recepciones en diferentes lugares del campo y en diferentes situaciones.
- Desarrollar la conducción del balón y el tiro a puerta.
- Trabajar aspectos tácticos como el desmarque y las diferentes formas de juego en cuanto a táctica de equipo ofensiva y defensiva.
- Conocer y aplicar el reglamento del fútbol sala, fútbol 7 y fútbol (11).

JUEGOS, DEPORTES Y/O ACTIVIDADES RÍTMICAS O DE CONDICIÓN FÍSICA

- Planificar, en pequeños grupos, dos sesiones de actividades físicas y deportivas, delimitando objetivos y contenidos de las mismas.
- Organizar las sesiones, respetando el siguiente esquema: calentamiento, parte principal y vuelta a al calma o parte final.
- Exponer y poner en práctica dichas sesiones al resto de sus compañeros.

III. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO PARA EL PRIMER CURSO DE FORMACIÓN PROFESIONAL BÁSICA

A. ASPECTOS GENERALES DE PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD FORMATIVA "CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA I"

En el presente curso escolar y como primer año de implantación en el centro, el Departamento impartirá la unidad formativa de Ciencias de la actividad física I, perteneciente al módulo profesional de Ciencias aplicadas I, que recoge la normativa de la Formación Profesional Básica en la Comunidad de Madrid (Decreto 30/2020, de 13 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se modifica el Decreto 107/2014, de 11 de septiembre, del Consejo de Gobierno, por el que se regula la Formación Profesional Básica en la Comunidad de Madrid).

1. Orientaciones pedagógicas para la unidad formativa "Ciencias de la actividad física I"

Esta unidad formativa contribuye a alcanzar las competencias desde un planteamiento de la actividd física y deportiva de carácter integrador dirigido a la aplicación de los saberes adquiridos para que los alumnos y alumnas consigan un desarrollo personal satisfactorio, el ejercicio de la ciudadanía activa y la participación en el aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

Además, integra conocimientos y habilidades transversales como el trabajo en equipo, el juego limpio y el respeto a las normas. Asimismo, la actividad física y deportiva está vinculada a la adquisición de competencias relacionadas con la salud a través de acciones que ayuden a la adquisición y consolidación de hábitos responsables de actividad física regular y la adopción de actitudes críticas ante prácticas no saludables.

Los contenidos de esta unidad formativa están estructurados en torno a cinco tipos de situaciones diferentes: entornos estables, situaciones de oposición, de cooperación, de adaptación al entorno y de índole artística o de expresión. Las acciones motrices individuales en entornos estables están presentes en la adquisición de habilidades individuales, en la preparación física de forma individual y en deportes como el atletismo, la natación y la gimnasia, entre otros. Las acciones motrices en situaciones de oposición y que requieren la utilización de palas y raquetas están presentes en juegos de uno contra otro, los juegos de uno contra uno como el bádminton, el tenis o el tenis de mesa, entre otros. En las situaciones de cooperación, con o sin oposición, se producen relaciones de cooperación y colaboración con otros

participantes en entornos estables para conseguir un objetivo. Actividades que pertenecen a este grupo son entre otros: relevos, gimnasia en grupo y deportes adaptados, juegos en grupo, deportes colectivos como baloncesto, balonmano, béisbol, rugby, fútbol y voleibol. Las acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno incluyen desplazamientos, con o sin materiales, por el entorno natural o urbano, entre las que pueden realizarse marchas y excursiones a pie o en bicicleta, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza (de pistas, de aproximación y otros), el esquí en sus diversas modalidades o la escalada, entre otros. Las actividades de índole artística o de expresión requieren el uso del espacio, las calidades del movimiento, así como el uso de la creatividad y la imaginación. Dentro de estas actividades se incluyen los juegos y actividades con base rítmica, coreografías, expresión corporal y mimo, entre otros.

Todas las actividades y situaciones planteadas contribuyen a afianzar y aplicar hábitos saludables en todos los aspectos de su vida cotidiana, así como incorporar la actividad física y deportiva dentro de las actividades de ocio y tiempo libre.

La estrategia de aprendizaje para la enseñanza de esta unidad formativa se enfocará en el desarrollo de actividades eminentemente prácticas junto con la transmisión de los valores de la deportividad, el respeto a las reglas de diferentes deportes y su relación con los hábitos saludables.

Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza y aprendizaje que permiten alcanzar las competencias del aprendizaje permanente versarán sobre:

- El conocimiento de sus propias capacidades físicas para ajustar a las mismas el esfuerzo, autoexigencia y superación.
- El descubrimiento de nuevas actividades físicas y deportivas como elementos saludables para su práctica dentro del ámbito del ocio y del tiempo libre.
- El trabajo en equipo y la cooperación para alcanzar los objetivos propuestos.
- La capacidad para explorar el entorno natural próximo en la búsqueda de espacios adecuados para la actividad física y deportiva.
- La mejora en la coordinación y el movimiento para facilitar una motricidad expresiva.
- La preparación para el desarrollo de la actividad física y la aplicación de las medidas preventivas y equipamientos que reduzcan los riesgos de sufrir lesiones.

B. PROGRAMACIÓN DE LAS MATERIAS DE FORMACIÓN PROFESIONAL BÁSICA DEL DEPARTAMENTO

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD FORMATIVA "CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA I" PARA EL PRIMER CURSO DE F.P.B.

1. Contenidos, criterios de evaluación y resultados de aprendizaje

Recogido de lo que establece el currículo para la enseñanza de la Formación Profesional Básica (Decreto 30/2020, de 13 de mayo).

CONTENIDOS DE APRENDIZAJE

Se organizan en 6 bloques principales:

1. **Actividades físico-deportivas individuales en medio estable**:
   - Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.
   - Capacidades físicas y motrices implicadas.
   - Aspectos reglamentarios y técnicos de las modalidades y habilidades practicadas.
   - Aspectos preventivos: calentamiento específico en las actividades físicas y deportivas practicadas para cada modalidad, indumentaria, materiales, práctica de actividades por niveles de destreza, actividades de recuperación y estiramientos.

2. **Actividades de adversario, deportes de palas y raquetas**:
   - Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades físicas y motrices implicadas.
   - Estrategias de juego. Ejecución de los golpeos en función de la propia situación, de la interpretación del juego y de la situación del adversario.
   - Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.
   - Los deportes de raqueta como actividad recreativa para el tiempo de ocio.

3. **Actividades de colaboración-oposición**:
   - Habilidades específicas del deporte practicado. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.
   - Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades físicas implicadas.
   - Estímulos relevantes en el deporte practicado que condicionan la conducta motriz.

- La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos.
- Respeto y aceptación de las reglas en los juegos y deportes practicados.

4. **Actividades en medio no estable**:
   - Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de actividades físicas y deportivas.
   - Equipamiento básico para la realización de actividades en función de la duración, características y condiciones de las mismas.
   - La meteorología como factor a tener en cuenta para preparar o realizar actividades en el medio natural.
   - Posibilidades del centro, del entorno urbano y el entorno natural próximo para la realización de actividades físicas y deportivas. Conductas destinadas al cuidado y conservación del entorno que se utiliza.

5. **Actividades artísticas y expresivas**:
   - Realización de actividades expresivas orientadas a favorecer una dinámica positiva del grupo.
   - Práctica de actividades en las que se combinan distintos tipos de ritmos y el manejo de objetos.
   - Elementos musicales y su relación con el montaje coreográfico. Ritmo, frase y bloques.
   - Diseño y realización de coreografías. Agrupamientos y elementos coreográficos.

6. **Salud**:
   - Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físicas y deportivas seleccionadas.
   - Medidas preventivas en las actividades físicas y 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.
   - Mejora de la salud y posibles riesgos en las actividades físicas y deportivas practicadas.
   - Higiene postural en la actividad física y deportiva, así como en las actividades cotidianas.
   - Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.
   - Hábitos de alimentación saludable.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Resultados de aprendizaje	**Criterios de evaluación**
Resuelve situaciones motrices individuales aplicando fundamentos técnicos y habilidades específicas en las actividades físicas y deportivas propuestas en condiciones adaptadas y reales.	• Se han aplicado los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. • Se han identificado los diferentes aspectos reglamentarios y técnicos propios de las actividades físicas y deportivas practicadas. • Se han mostrado actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación en la ejecución de las acciones técnicas teniendo en cuenta su nivel de partida.
Resuelve situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	• Se han adaptado los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de actividades físicas y deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. • Se han descrito y puesto en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades de oposición o de colaboración-oposición propuestas. • Se ha reflexionado sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
Reconoce las posibilidades que ofrecen las actividades físicas y deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	• Se han señalado las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físicas y deportivas. • Se han mostrado actitudes de respeto hacia el entorno y lo valora como lugar común para la realización de actividades físicas y deportivas. • Se ha mostrado una actitud crítica ante 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.

Reconoce las posibilidades de las actividades físicas y deportivas, así como de las actividades artísticas y expresivas como forma de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	• Se han mostrado actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. • Se ha colaborado en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos propuestos. • Se ha mostrado respeto a los demás dentro de la labor de equipo con independencia del nivel de destreza.
Interpreta y produce acciones motrices con finalidades artísticas y expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	• Se han utilizado técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. • Se ha elaborado y practicado una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. • Se ha colaborado en el diseño y realización de una coreografía, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
Desarrolla las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.	• Se ha participado activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable. • Se han alcanzado niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y sus posibilidades. • Se ha analizado 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.

2. Organización y temporalización de los contenidos de enseñanza-aprendizaje

CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA I

PRIMER TRIMESTRE:

- Actividades físico-deportivas en medio estable: carreras, relevos, saltos, lanzamientos.
- Actividades de adversario: Bádminton.
- Actividades de colaboración-oposición: Juegos y situaciones deportivas adaptadas. Baloncesto, fútbol.

SEGUNDO TRIMESTRE:

- Actividades de adversario: Palas.
- Actividades de colaboración-oposición: Juegos y situaciones deportivas adaptadas. Voleibol, balonmano.
- Actividades artísticas y expresivas: Coreografía básica.

TERCER TRIMESTRE:

- Actividades de colaboración-oposición. Juegos y situaciones deportivas adaptadas. Deportes alternativos: ultimate frisbee y floorball.
- Actividades en medio no estable: Actividad de senderismo.

DURANTE TODO EL CURSO:

- Salud:
  Calentamientos generales, específicos y actividades de vuelta a la calma.
  Medidas preventivas en las actividades físicas y deportivas.
  Higiene postural en todas las actividades.
  Progresividad de los esfuerzos (activación y recuperación adecuadas).

Respecto a este punto, señalar que teniendo en cuenta la situación actual generada por el COVID-19, las actividades se adaptarán tomando las medidas sanitarias impuestas, por lo que, dependiendo de su viabilidad, el contenido se verá reducido o incluso será susceptible de cambio.

3. Criterios de calificación

EN CADA EVALUACIÓN TRIMESTRAL			FINAL ORDINARIA (Mayo)	FINAL EXTRAORDINARIA (Junio)
PARTE PRÁCTICA (Ejercicios, actividades y deportes propuestos)	ACTIVIDADES ONLINE (Google Classroom)	ACTITUD, PUNTUALIDAD, ASISTENCIA		
60%	15%	25%	Los alumnos que hayan suspendido alguna evaluación, y que no la hayan recuperado mediante la evaluación continua, deberán realizar un examen final de todo el módulo. Se podrán plantear además pruebas prácticas o entregas de trabajos complementarias de este examen final, en cuyo caso tendrán un valor relativo del 40% de la nota final (frente al 60% del examen final). En caso de no plantear pruebas o trabajos complementarios, la nota final se corresponderá con el 100% de la nota del examen.	Los alumnos que hayan suspendido en la evaluación final ordinaria algún módulo podrán realizar un examen final extraordinario de todos los contenidos del módulo. Se podrán plantear además pruebas prácticas o entregas de trabajos complementarias de este examen final, en cuyo caso tendrán un valor relativo del 40% de la nota final (frente al 60% del examen final). En caso de no plantear pruebas o trabajos complementarios, la nota final se corresponderá con el 100% de la nota del examen.

- Aquellos alumnos que acumulen más de un tercio de faltas de asistencia sobre el total de sesiones de cada evaluación, o que lleguen tarde a clase de forma reiterada, en el apartado de actitud, puntualidad y asistencia de las evaluaciones trimestrales tendrán una nota de cero (*Se anexa RÚBRICA sobre la actitud del alumnado).*
- Con carácter general se aplicará la normativa existente en el centro respecto a la pérdida de derecho a la evaluación continua por faltas de asistencia y que está recogida en la programación general anual (P.G.A.).

Rúbrica para evaluación de la **actitud** del alumnado, siendo 1 la valoración máxima y 4 la mínima.

	1	2	3	4
Comportamiento y Respeto	Se comporta correctamente	Se comporta bien, pero a veces es disruptivo	No se comporta correctamente, pero acoge bien las llamadas de atención	Comportamiento incorrecto
Colaboración y Participación	Participa en clase con interés y colabora con espontaneidad	Participa y colabora, pero se deja llevar por otros	No participa ni colabora, pero si le insiste alguno de sus iguales reacciona	No participa ni colabora
Aporta materiales e información	Trae materiales e información a su debido tiempo	Trae materiales e información, pero no de manera regular	No trae materiales, pero busca a última hora pidiéndoles o haciendo fotocopias	No trae materiales ni información
Realiza las actividades y participa de forma activa	Siempre realiza las actividades y tareas propuestas	Realiza las actividades y tareas, pero de manera irregular, según le guste el tema	No realiza las actividades y tareas, pero muestra actitud de cambio y en cuanto se anima, participa en las mismas	No realiza ni las actividades ni las tareas
Interés	Siempre muestra interés con preguntas relacionadas con el tema	Siempre, pero sus preguntas no siempre son relacionadas con el tema	Su interés es muy irregular	No muestra interés, se distrae constantemente

C. PLAN DE MEJORA DE RESULTADOS ACADÉMICOS DE MATERIAS Y ASIGNATURAS DEL DEPARTAMENTO

Los resultados finales del Departamento durante el curso anterior fueron muy buenos, aprobando más del 96% del alumnado las materias de Educación Física y las correspondientes materias optativas. Aun así, siempre se deben buscar objetivos de superación que cubran las necesidades de la totalidad de nuestros alumnos.

Durante las primeras evaluaciones, las principales causas de suspenso fueron el absentismo escolar y la falta de trabajo/motivación en clase, por lo que, se proponen una serie de medidas que puedan abordar ambos aspectos (algunas de ellas ya se están llevando a cabo).

Respecto al ABSENTISMO:

- Comunicación diaria de las faltas de asistencia a los padres. En este sentido, se aprecia el inconveniente de la nueva aplicación "Robles", en la que los padres no reciben una notificación inmediata, sino que tienen que entrar a propósito en la aplicación para consultar. Por otro lado, no todos los padres disponen de las credenciales para descargarse dicha aplicación. Por tanto, ante la problemática del absentismo seguimos el punto siguiente.
- Comunicación con el tutor y la familia para tomar medidas conjuntas que reduzcan o eliminen el absentismo.
- Establecer compromisos pedagógicos con los alumnos y las familias mediante firma de contratos y posterior seguimiento por parte del profesor.

En cuanto a la FALTA DE TRABAJO/MOTIVACIÓN:

- Proponer actividades adaptadas al nivel de capacidad del alumno.
- Establecer compromisos pedagógicos con los alumnos y las familias mediante firma de contratos y posterior seguimiento por parte del profesor.
- Establecer con el alumno pautas de comportamiento esperado y actitudes con refuerzo positivo por parte del profesor y que quedarán reflejados en el contrato.
- Proponer alternativas de trabajo similar personalizado que pueda incluso ser realizado de forma individual.
- El Departamento plantea incluir más juegos y deportes alternativos en cada curso. Plantear actividades que no sean tan fácilmente asequibles como los deportes convencionales, por ejemplo, fútbol y baloncesto. Que la mayoría de los alumnos partan de un nivel inicial o similar, en cuanto al conocimiento y práctica de la actividad.

Por otra parte, se observa la opción de que el alumnado suba su media, especialmente, en los cursos de Bachillerato, dada la importancia de la calificación en esta etapa. Para optar a ello, el alumno deberá de haber obtenido entre 9-10 en el apartado de actitud y podrá subir máximo 1 punto la nota de la evaluación. La nota final será la media obtenida entre las tres evaluaciones. Los trabajos o actividades a realizar para subir nota serán los que el profesorado considere, promoviendo la innovación en el caso de los trabajos teóricos o teórico-prácticos.

Por otro lado, el Departamento se plantea una valoración del cumplimiento de las funciones del profesor de la materia y para ello se realizará una encuesta de calidad al alumnado donde se recojan aspectos del docente relacionados con la impartición de los contenidos, metodologías usadas, proceso de evaluación y calificación de los alumnos, grado de interés de las actividades extraescolares y complementarias, relación con el alumnado y propuestas de mejora por parte de los alumnos. Esta encuesta se realizaría al final del curso escolar y se incluirían los resultados en la valoración de la memoria final, incluyendo las conclusiones relevantes en las propuestas de mejora de dicho documento.

D. ACTIVIDADES PREVISTAS POR EL DEPARTAMENTO PARE EL PERÍODO EXTRAORDINARIO DE JUNIO. ALUMNOS CON MATERIAS SUSPENSAS Y ALUMNOS SIN MATERIAS SUSPENSAS

1. Alumnos con materias suspensas

Los alumnos con materias suspensas recibirán orientaciones y actividades de refuerzo por parte del profesor que les dio clase durante el curso.

Pondrán en práctica las actividades suspensas y, en su caso, adelantarán los trabajos teóricos necesarios.

2. Alumnos sin materias suspensas

A los alumnos con las materias aprobadas se les atenderá con actividades de ampliación, enfocando el carácter lúdico y recreativo.

Se organizarán torneos o competiciones entre diferentes grupos de los deportes vistos durante el curso u otras alternativas viables y compatibles con la situación del COVID-19.

Por otro lado, si la situación y la organización del centro lo permiten, se plantearán salidas de senderismo en el entorno cercano al centro.

Por otro lado, para promover la participación del alumnado en el curso siguiente en los deportes propuestos en el programa IPAFD, se realizarán torneos de tenis de mesa, bádminton y un día de práctica de patinaje (previo sondeo de alumnos con patines y accesorios).

ANEXOS:

INVENTARIO DE MATERIAL

DEPORTE	MATERIAL	*Jun20*	*observaciones*
accesorios	bomba inflar manual	1	
accesorios	bomba inflar compresor	1	estropeado
atletismo	minivallas	5	
atletismo	valla	4	
atletismo	testigo de madera	12	
atletísmo	saltímetro	4	
bádminton	volantes	20	
bádminton	raqueta	22	comprar 11
bádminton	cestaportavolantes	1	IPAFD
bádminton	poste	4	
baloncesto	balón	10	comprar 13
balonmano	balón	5	comprar 12
beisbol	bola foam	1	
beisbol	bate madera	0	
beisbol	bate foam	5	
deporte	petos	26	11 azules,5 naranjas,10 amarillos
deporte	cono chino	90	
deporte	brazalete	31	10 azules, 17 rojos y 4 amarillos.
fitness	stick foam	34	

fitness	plinto	2	necesitanreparacióntapiceria
fitness	pica plástico	18	
fitness	pica madera	21	
fitness	gomas elásticas	22	
fitness	esterillas	25	
fitness	cuerda trepa	6	
fitness	cuerda saltar	20	
fitness	colchoneta gruesa	2	necesitanreparacióncremallera
fitness	colchonetafina	15	3 necesitanfundanueva
fitness	bancossuecas	15	
fitness	balon medicinal 3 kg.	10	
fitness	balon medicinal 2 kg.	5	
fitness	balón de goma	17	
floorball	sticks	20	comprar 15
floorball	bolas	24	
frisbee	disco volador	8	comprar 5
fútbol	redes porteria	4	
fútbol sala	balones	7	comprar 10
gimnasia	trampolín madera	1	
gimnasia	pelota goma	17	
gimnasia	maza plástico	5	
dodgeball	balón de gomaespuma	0	comprar 5
gimnasia	aros	15	
gimnasia	aros pequeños	8	

golf	pelotas foam	set	FEDERACIÓN GOLF
golf	palos: putter corto	10	FEDERACIÓN GOLF arreglar
golf	palos: putter largo	10	FEDERACIÓN GOLF arreglar
golf	palos: hierrocorto	5	FEDERACIÓN GOLF
golf	palos: hierro largo	(1leftie)	FEDERACIÓN GOLF arreglar
golf	diana de velcro	1	FEDERACIÓN GOLF
golf	cono chino	8	FEDERACIÓN GOLF
golf	cono alto	8	FEDERACIÓN GOLF
golf	cajas de bolas	13	8 reparadas
golf	bolsas portapalos	3	FEDERACIÓN GOLF
golf	green + bunker de tela	1	FEDERACIÓN GOLF
golf	green artificial	14	FEDERACIÓN GOLF
golf	pelotas con velcro	set	FEDERACIÓN GOLF
orientación	brújulas	21	
palas	pala negra madera	12	
palas	pala amarilla plástico	32	
rugby	base balón	2	
rugby	balón	6	
tenis	pelota foam	6	
tenis	pelota	21	
tenis mesa	pelotas	157	IPAFD
tenis mesa	set recreos 2 palas y bolsa	2	IPAFD
tenis mesa	palas	19	IPAFD
tenis mesa	mesa oficial	2	IPAFD

tenis mesa	mesa antivandálica	1	IPAFD
tenis mesa	red ajustable	1	IPAFD
tenis mesa	redes oficiales	2	IPAFD
TIC	torre música sony		
TIC	radiocassete cd portátil	1	
TIC	ordenador portátil HC	1	
TIC	impresora	1	imprime?
TIC	altavoz portátil	1	
voley	red	1	
voley	postes	6	
voley	balón	10	

ESQUEMA DE CONTENIDOS POR EVALUACIONES PARA ESO Y BACHILLERATO

EDUCACIÓN FÍSICA				
UNIDADES DIDÁCTICAS – 80% DE LA NOTA ACTITUD – 20% DE LA NOTA				
1º ESO	**2º ESO**	**3º ESO**	**4º ESO**	**1º BACH.**
1- ANATOMÍA BÁSICA 1- CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA 1,2,3- CONDICIÓN FÍSICA 1- ATLETISMO: carreras, relevos y lanzamiento de peso	1- CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA 1,2,3- CONDICIÓN FÍSICA 1- FÚTBOL 1- ESCALADA Y NUDOS	1- CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA 1,2,3- CONDICIÓN FÍSICA 1- ATLETISMO: carreras y vallas	1- CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA 1,2,3- CONDICIÓN FÍSICA: Frecuencia cardíaca, pulsómetro 1- ESCALADA (2)	1,2,3- CONDICIÓN FÍSICA 1- SISTEMA MUSCULAR 1- DEPORTE DE RAQUETA: Bádminton
2- DEPORTE ALTERNATIVO: Ultimate Frisbee 2- EXPRESIÓN CORPORAL: coreografías básicas (individual y en grupo)	2- HIGIENE POSTURAL 2- DEPORTES ALTERNATIVOS (I) 2- LUCHA 2- RESPIRACIÓN Y RELAJACIÓN	2- BÁDMINTON 2- DEPORTE ALTERNATIVO 2- BALANCE INGESTA-GASTO CALÓRICO	2- DEPORTE DE RAQUETA 2- EXPRESIÓN CORPORAL: coreografías	2- DEPORTE COLECTIVO: Voleibol 2- EXPRESIÓN CORPORAL: flash mob
3- DEPORTE DE RAQUETA 3- BALONMANO 3- GOLF 3- SENDERISMO	3- EXPRESIÓN CORPORAL 3- GIMNÁSTICA Y ACROBACIA (Acrosport) 3- DEPORTES ALTERNATIVOS (II)	3- EXPRESIÓN CORPORAL: line dance 3- BALONCESTO 3- ORIENTACIÓN	3- LESIONES COMUNES EN E.F. 3- DEPORTE ALTERNATIVO 3- PATINAJE	3- DEPORTE ALTERNATIVO 1,2,3- RELAJACIÓN Y RESPIRACIÓN 3- ACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL
ACTIVIDADES	**EXTRAESCOLARES***			
-SENDERISMO -ESQUÍ 5 DÍAS -CROSS ESCOLAR -GOLF -MCO MCO=Madrid Comunidad Olímpica en todos los cursos según asignen las actividades	-ESCALADA -ESQUÍ 5 DÍAS -GOLF (DEPORTE) -CROSS -ACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL -MCO	-CROSS ESCOLAR -ACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL -ESQUÍ ALPINO MCO -MCO	-ESCALADA -PATINAJE -ESQUÍ ALPINO MCO -ACTIVIDAD ENEL MEDIO NATURAL -MCO	-ACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL -PRIMEROS AUXILIOS -VISITA AL POLIDEPORTIVO LOCAL -MCO

* Contenidos y extraescolares a realizar en función de las posibilidades que plantea la situación actual (Covid-19)

ESQUEMA DE CONTENIDOS POR EVALUACIONES DE LAS MATERIAS OPTATIVAS

2º ESO DEPORTE	2º BACHILLERATO EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA
UNIDADES DIDÁCTICAS – 80% de la nota ACTITUD – 20% de la nota	
1. ATLETISMO 1. FLOORBALL 2. ULTIMATE FRISBEE 2. RINGBOL 3. RUGBY TOUCH 3. MINIGOLF 3. BALONCESTO 1,2,3. OTROS DEPORTES ALTERNATIVOS	1, 2, 3. CONDICIÓN FÍSICA 1, 2, 3. RELAJACIÓN 1. FÚTBOL 2. BALONCESTO 2, 3. JUEGOS, DEPORTES Y ACTIVIDADES RÍTMICAS Y/O DE CONDICIÓN FÍSICA 3. ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL
ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES*	
- ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	- ESCALADA - SENDERISMO - RCP Y PRIMEROS AUXILIOS EN EL DEPORTE

* Contenidos y actividades extraescolares a realizar en función de las posibilidades que plantea la situación actual (Covid-19)

ESQUEMA DE TRABAJOS PARA ALUMNNOS CON EDUCACIÓN FÍSICA O MATERIAS OPTATIVAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES

- **ALUMNOS CON LA MATERIA PENDIENTE DE 1º ESO**:
  1) Primer trabajo:
     - The warm up. Joints, body parts and main muscles
     - Athletics: Sprints, relays and shot put
  2) Segundo trabajo:
     - Hiking
     - Team sport: Handball

- **ALUMNOS CON LA MATERIA PENDIENTE DE 2º ESO**:
  1) Primer trabajo:
     - The warm up. Fitness: main skills (stamina, strength, flexibility and speed) and examples.
     - Team sport: Soccer
  2) Segundo trabajo:
     - Fighting
     - Acrosport

- **ALUMNOS CON LA MATERIA PENDIENTE DE 3º ESO**:
  1) Primer trabajo:
     - Health, fitness and exercise. Energy balance
     - Hurdles
  2) Segundo trabajo:
     - Badminton
     - Basketball

- **ALUMNOS CON LA MATERIA PENDIENTE DE 1º BACHILLERATO**:
  1) Primer trabajo:
     - Health, fitness and training methods
     - Individual sport
  2) Segundo trabajo:
     - Team sport
     - Breathing and relaxation

- **ALUMNOS CON LA OPTATIVA DE DEPORTE DE 2º ESO PENDIENTE**:
  1) Primer trabajo:
     - Floorball
     - Ultimate Frisbee
  2) Segundo trabajo:
     - Rugby touch
     - Deporte alternativo

- **ALUMNOS CON LA OPTATIVA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA DE 2º BACHILLERATO PENDIENTE**:
  3) Primer trabajo:
     - Condición física. Planificación del entrenamiento
     - Baloncesto
  4) Segundo trabajo:
     - Fútbol sala
     - Relajación
     - RCP y Primeros Auxilios

ESQUEMA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES POR CURSO

ESQUEMA ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES POR CURSO

ACTIVIDAD	FECHA PREVISTA DE REALIZACIÓN	CURSOS QUE AFECTA	EN COLABORACIÓN CON
• CROSS ESCOLAR • SEMANA DE ESQUÍ • GOLF • MCO	PRIMER TRIMESTRE SEGUNDO TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE	1º ESO	
• CROSS ESCOLAR • SEMANA DE ESQUÍ • ACTIVIDAD MEDIO NATURAL • ESCALADA (AMAZONIA) • MCO	PRIMER TRIMESTRE SEGUNDO TRIMESTRE SEGUNDO TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE	2º ESO	
• CROSS ESCOLAR • ESQUÍ ALPINO (MCO) • ACTIVIDAD MEDIO NATURAL • MCO	PRIMER TRIMESTRE SEGUNDO TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE	3º ESO	
• CROSS ESCOLAR • ESQUÍ ALPINO (MCO) • ACTIVIDAD MEDIO NATURAL • ESCALADA • MCO	PRIMER TRIMESTRE PRIMER TRIMESTRE SEGUNDO TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE	4º ESO	
• RCP Y PRIMEROS AUXILIOS • ACTIVIDAD MEDIO NATURAL • VISITA AL POLIDEPORTIVO LOCAL • MCO	SEGUNDO TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE	1ºBACHILLERATO	
• RCP Y PRIMEROS AUXILIOS • SENDERISMO • ESCALADA • MCO	PRIMER TRIMESTRE SEGUNDO TRIMESTRE TERCER TRIMESTRE	2ºBACHILLERATO	

- En el caso del Cross Escolar, dicha actividad comienza en el primer trimestre. Sin embargo, puede tener continuidad en los siguientes trimestres, en función de los alumnos que se vayan clasificando para las siguientes fases.

- Madrid Comunidad Olímpica (MCO). Se han solicitado actividades relacionadas con el currículo para cada curso, quedando pendientes de que se nos concedan.

- Las fechas previstas de realización son flexibles, pudiendo cambiar a otro trimestre. Esto dependerá de la organización y en relación con otros departamentos y el funcionamiento general del centro. Por ejemplo, en caso de acumulación de actividades en un trimestre y se precisara de un cambio para favorecer la dinámica general del instituto.

- Por otra parte, la realización de las actividades extraescolares queda supeditada a la situación actual ocasionada por el COVID-19, pudiendo quedar muy limitada o incluso imposibilitada si las circunstancias no lo permiten.