

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

DEPARTAMENTO:  
EDUCACIÓN FÍSICA

IES SABINA MORA (ROLDÁN)

CURSO 2014-15

INDICE PROGRAMACIÓN 1º ESO		
1.	Objetivos	
	1.1	Objetivos generales de la etapa.
	1.2	Objetivos generales del área para el primer curso.
2.	Distribución temporal de los contenidos.	
3.	Metodología didáctica.	
	3.1	Introducción.
	3.2	Enfoque metodológico general.
	3.3	Organización del trabajo.
	3.4	Principios pedagógicos generales.
	3.5	Modelo de intervención educativa.
	3.6	La organización de los espacios.
4.	Identificación de los conocimientos y aprendizajes necesarios para que el alumno alcance una evaluación positiva en cada curso.	
5.	Procedimientos de evaluación y criterios de calificación.	
	5.1	Criterios de evaluación.
	5.2	Criterios de calificación.
6.	Aplicación de las tecnologías de la información y la comunicación al trabajo en el aula.	
7.	Medidas de atención a la diversidad.	
	7.1	Actuaciones de apoyo ordinario.
	7.2	Actuaciones para el alumnado con necesidades educativas especiales.
	7.3	Actuaciones para alumnado con altas capacidades intelectuales.
	7.4	Actuaciones para el alumnado que se incorpora tardíamente al sistema educativo.
8.	Actividades de recuperación de los alumnos con materias pendientes de cursos anteriores.	
9.	Fomento de la lectura y capacidad de expresarse correctamente.	
10.	Materiales y recursos didácticos que se vayan a emplear.	
11.	Actividades complementarias y extraescolares.	
12.	Evaluación de los procesos de enseñanza y de la práctica docente.	

# PROGRAMACIÓN DOCENTE 1º ESO

## 1. OBJETIVOS.

### 1.1. OBJETIVOS GENERALES DE LA ETAPA

Según el Decreto número 291/2007, de 14 de septiembre, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia los objetivos generales de la etapa son:

1. Participar y colaborar de manera activa, con regularidad y eficiencia, 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.
2. Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contradicciones 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.
3. Aumentar las propias posibilidades de rendimiento motor mediante la mejora de las capacidades, tanto físicas como motrices, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación personal.
4. Mejorar las capacidades de adaptación motriz a las exigencias del entorno y a su variabilidad.
5. 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.
6. Conocer el cuerpo y sus necesidades, adoptando una actitud favorable 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.
7. 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.
8. Reconocer el medio natural como espacio idóneo para la actividad física, y discriminar aquellas prácticas que pueden causarle cualquier tipo de deterioro.
9. 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.
10. 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.
11. Conocer las posibilidades que el entorno ofrece (espacios, equipamientos e instalaciones) para la práctica de actividad física deportiva.
12. 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.
13. 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.

## **1.2. OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA PARA PRIMER CURSO**

1. Conocer y comprender los aspectos básicos del funcionamiento del propio cuerpo y de las consecuencias para la salud individual y colectiva de los actos y las decisiones personales, y valorar los beneficios que suponen los hábitos del ejercicio físico, de la higiene y de una alimentación equilibrada, así como el llevar una vida sana. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

2. Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contraindicaciones que la práctica regular de la actividad física tiene para la salud individual y colectiva. Así como los efectos negativos que producen determinados hábitos y estilos. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

3. Practicar de forma habitual, sistemática y segura actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y su calidad de vida asumiendo normas de higiene. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

4. Conocer y apreciar el estado de sus capacidades físicas y habilidades motrices y planificar actividades que le permitan satisfacer sus necesidades y ocupar su tiempo de ocio. En relación con las competencias básicas:

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

5. Realizar tareas dirigidas a la mejora de condición física y las condiciones de salud y calidad de vida, haciendo un tratamiento discriminado de cada capacidad. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

6. Desarrollar actitudes de autoexigencia y superación en la mejora de las capacidades

físicas y en el perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal con el fin de aumentar sus posibilidades de rendimiento motor. En relación con las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

7. Conocer y practicar las modalidades deportivas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, reconociendo que su práctica representa un fenómeno cultural de gran relevancia social. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

8. Participar, con independencia del nivel de habilidad alcanzado, en juegos y deportes, valorando los aspectos de relación que fomentan y mostrando actitudes de tolerancia y deportividad. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

9. Realizar actividades propias del medio natural que tengan bajo impacto ambiental, valorando las posibilidades que ofrece dicho medio y contribuyendo a su conservación. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

10. Aumentar la independencia y responsabilidad del alumnado involucrándolo en la preparación, organización y realización de actividades deportivas, aprovechando los recursos de su entorno. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

11. Conocer y utilizar la relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica físico-deportiva. En relación con las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

12. Valorar, diseñar y practicar actividades rítmico-expresivas como medio de comunicación y desarrollo creativo. En relación con las competencias básicas:

- . Competencia cultural y artística: el empleo de recursos propios de la expresión artística.

## **2. Distribución temporal de los contenidos.**

### **1º Trimestre.**

Conceptos.- Generalidades sobre la condición física: Conceptos de cualidades físicas, calentamiento. Reglamento de los deportes. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

Procedimientos:

- Condición física
- Bádminton: saque, drive.
- Atletismo: Marcha y relevos.
- Disco volador.

En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

## **2º Trimestre.**

Conceptos. - Generalidades del aparato locomotor. Reglamento de los deportes. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

Procedimientos.

- Condición física.
- Baloncesto: Pase, bote, tiro y defensa individual.
- Béisbol/palas.

En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

## **3º Trimestre.**

Conceptos.- Higiene y salud: actividad física y vida saludable. Reglamento de los deportes. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

Procedimientos.

- Condición física.
- Fútbol Sala. Conducción, pases, tiro y técnica de portero.
- Escalada.

En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

### **3. METODOLOGÍA DIDÁCTICA.**

#### **3.1 INTRODUCCIÓN**

Como señala el currículo oficial de Educación Física, la sociedad actual es consciente de la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación aquellos conocimientos, destrezas y capacidades que, relacionados con el cuerpo y su actividad motriz, contribuyen al desarrollo personal y a una mejor calidad de vida. Por este motivo, el objetivo fundamental de esta enseñanza es lograr que los alumnos conozcan los distintos tipos y formas de realización de actividades y ejercicios físicos y los incorporen dentro de sus hábitos normales en su vida adulta. Para alcanzar este objetivo, se establecen una serie de líneas maestras:

#### **3.2 ENFOQUE METODOLÓGICO GENERAL**

Sin olvidar los conceptos y las actitudes, como se explica más adelante, prima el papel de los procedimientos. Esta decisión se asienta en la lógica de que es a través de éstos como se adquieren conceptos, se establecen relaciones entre ellos y se adoptan actitudes positivas hacia la actividad física y la propia salud.

Por otra parte, se define una programación de carácter cíclico: todos los bloques de contenidos del área se contemplan en cada uno de los cursos, con lo que se trabajan siempre todos los procedimientos (habilidades, estrategias, etc.) por medio de diferentes actividades.

#### **3.3. ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO**

El trabajo con los alumnos y alumnas se estructura en dos fases sucesivas:

##### **1) Información**

Se parte siempre de una información teórica (aclaraciones conceptuales, clasificaciones, análisis de técnicas) clara y concisa, que permite una preparación sólida de la práctica.

También se pone de relieve la relación que en cada caso pueda existir entre el contenido de la materia y los contenidos de otras áreas: Ciencias de la Naturaleza en aquellos contenidos que son comunes (funciones orgánicas, hábitos y salud, etc.), y Ciencias Sociales en el análisis de las transformaciones de la sociedad actual que han conllevado un incremento del tiempo de ocio y una importancia social del juego y el deporte.

##### **2) Práctica**

La práctica contempla distintos niveles de realización, en función de la competencia de los alumnos y alumnas. Para ello, se parte de un amplio repertorio de propuestas y ejemplos que desempeña un doble papel:

A) Permitir una selección de ejercicios adecuada a las circunstancias individuales de



cada alumno y alumna, es decir, personalizar su plan de trabajo.

B) Facilitar a los propios alumnos unos patrones a partir de los cuales investigar y desarrollar otra serie de ejercicios suplementarios.

En cualquier caso, y sin perjuicio de la necesaria atención a las diferencias individuales que hemos expuesto, se propone siempre una serie de ejercicios considerados básicos cuidadosamente seleccionados para que estén al alcance del alumno o alumna medio y que deben ser dominados.

### 3.4 PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS GENERALES

La Reforma concibe la educación como un proceso constructivo en el que la actitud que mantienen profesor y alumno permite el aprendizaje significativo.

Como consecuencia de esta concepción constructivista de la enseñanza, el alumno se convierte en motor de su propio proceso de aprendizaje al modificar él mismo sus esquemas de conocimiento. Junto a él, el profesor ejerce el papel de guía al poner en contacto los conocimientos y las experiencias previas del alumno con los nuevos contenidos.

La concepción constructivista de la enseñanza permite además garantizar la funcionalidad del aprendizaje, es decir, asegurar que el alumno podrá utilizar lo aprendido en circunstancias reales, bien llevándolo a la práctica, bien utilizándolo como instrumento para lograr nuevos aprendizajes.

Para conseguir una asimilación real de los conocimientos por parte de cada alumno y alumna, los aprendizajes deben ser significativos, es decir, cercanos a sus experiencias y referentes, potencialmente motivadores y realmente funcionales. Deben, asimismo, implicar una memorización comprensiva: los aprendizajes deben integrarse en un amplio conjunto de relaciones conceptuales y lógicas del propio individuo, modificando sus esquemas de conocimiento.

En resumen, el proceso de aprendizaje, entendido dentro de este modelo constructivista que nosotros queremos plasmar en nuestra programación, cumple los siguientes requisitos:

- Parte del nivel de desarrollo del alumnado y de sus aprendizajes previos.
- Asegura la construcción de aprendizajes significativos a través de la movilización de sus conocimientos previos y de la memorización comprensiva.
- Posibilita que los alumnos y las alumnas realicen aprendizajes significativos por sí solos.
- Proporciona situaciones en las que los alumnos y alumnas deben actualizar sus conocimientos.
- Proporciona situaciones de aprendizaje que tienen sentido para los alumnos y alumnas,

con el fin de que resulten motivadoras.

### 3.5 MODELO DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA

En coherencia con lo expuesto, varios principios orientan nuestra práctica educativa. Son los siguientes:

- Metodología activa. Supone atender a aspectos íntimamente relacionados, referidos al clima de participación e integración del alumnado en el proceso de aprendizaje:
- Integración activa de los alumnos y alumnas en la dinámica general del aula y en la adquisición y configuración de los aprendizajes.
- **Participación** en el diseño y desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje.
- **Motivación.** Consideramos fundamental partir de los intereses, demandas, necesidades y expectativas de los alumnos y alumnas. También será importante arbitrar dinámicas que fomenten el trabajo en grupo.
- **Atención a la diversidad** del alumnado. Nuestra intervención educativa con los alumnos y alumnas asume como uno de sus principios básicos tener en cuenta sus diferentes ritmos de aprendizaje, así como sus distintos intereses y motivaciones.
- **Evaluación del proceso educativo.** La evaluación se concibe de una forma holística, es decir, analiza todos los aspectos del proceso educativo y permite la retroalimentación, la aportación de informaciones precisas que permiten reestructurar la actividad en su conjunto.

### 3.6 LA ORGANIZACIÓN DE LOS ESPACIOS

La distribución de espacios se formula a partir de los siguientes criterios:

- Incrementar las posibilidades de interacción grupal.
- Potenciar en la actividad escolar un grado de autonomía suficiente.
- Permitir el aprovechamiento de espacios ajenos al propio centro, (desarrollo de Actividades en la Naturaleza o juegos de campo etc.)

En la organización de los espacios tendremos que tener especialmente en cuenta tanto la distribución y espacio utilizado por el material de aprendizaje, como la distribución de los alumnos en ese espacio, ya que suele ser muy frecuente que nos encontremos debido a la heterogeneidad del alumnado con tres zonas bien diferenciadas:

La primera hace referencia a la zona de acción cercana al profesor.

La segunda hace referencia a la zona media que es en la que la mayoría de la gente se ubica.

Por eso hemos de ser conscientes de la distribución de zonas que existe, y manejarlas como recurso didáctico con el objetivo de mejorar nuestra actuación educativa y de optimizar los recursos metodológicos de los que disponemos.

#### **4. IDENTIFICACIÓN DE LOS CONOCIMIENTOS Y APRENDIZAJES NECESARIOS PARA QUE EL ALUMNO ALCANCE UNA EVALUACIÓN POSITIVA EN CADA CURSO.**

. Contenidos conceptuales: obtención, como mínimo, de 4 puntos en cada una de las pruebas teóricas que se realicen. Presentación de los trabajos teóricos que se indiquen en tiempo y forma establecidos.

. Contenidos procedimentales: alcanzar un nivel mínimo de condición física (según baremo del Dpto de Educación Física) y de destrezas en las diversas habilidades deportivas.

. Contenidos actitudinales: participación activa en las clases prácticas o compensar con una ficha de clase realizada correctamente cuando algún problema físico (debidamente justificado) se lo impida, traer una bolsa con útiles de aseo para ser utilizada al finalizar la clase, puntualidad, comportamiento respetuoso hacia los compañeros, profesores y normas de la clase.

#### **5. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.**

##### **5.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

1. Realizar calentamientos generales y específicos adecuados a las actividades físicas que practica. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

2. Utilizar de forma adecuada métodos y actividades que le permitan desarrollar las capacidades físicas respecto a sí mismo y al contexto de referencia. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

3. Diseñar de manera autónoma un plan de trabajo encaminado a la mejora de la resistencia aeróbica y flexibilidad. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

4. Analizar los efectos duraderos que son beneficiosos para la salud del trabajo de fuerza y resistencia muscular. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

5. Aplicar normas básicas de higiene y salud en la práctica de actividades físico-deportivas conociendo además las primeras actuaciones ante lesiones o accidentes que puedan ocurrir durante su realización. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

6. Comportarse respetuosamente con el medio natural y utilizar las técnicas adecuadas en el desarrollo de actividades físicas en la naturaleza. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

7. Coordinar las acciones propias con las del equipo, interpretando la táctica para lograr la cohesión y eficacia cooperativa. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

8. Reconocer y practicar deportes colectivos y de ocio y recreación, aplicando las reglas y la técnica, y elaborando estrategias de ataque y defensa. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

9. Participar de forma activa en la realización de actividades físico-deportivas. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

10. Aceptar las diferencias de habilidad, sin que ello sea objeto de discriminación por razones de sexo, raza, capacidad física y otros. En relación a las competencias básicas:

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

11. Utilizar técnicas de relajación para recobrar el equilibrio psicofísico y como preparación para el desarrollo de otras actividades. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

12. Realizar composiciones coreográficas sencillas, cooperando con los compañeros y dándoles un matiz expresivo. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia cultural y artística: el empleo de recursos propios de la expresión artística.

13. Analizar y valorar críticamente los factores sociales y culturales que condicionan la ejecución y aprecio de las actividades físico-deportivas. En relación a las competencias básicas:

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

## **5.2. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.**

Para calificar a los alumnos se tendrán en cuenta los aprendizajes que éstos hayan realizado sobre los tres tipos de contenidos que se desarrollarán a lo largo del curso.

- Conceptos: La calificación de los alumnos se realizará en función de los trabajos entregados a lo largo del curso, redactados con su propio lenguaje y forma de expresión sin limitarse a copiar o resumir textos, y de una prueba teórica en cada evaluación, obligatoria para todos los alumnos. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.

- Procedimientos: Estos contenidos se calificarán atendiendo a los test de condición física que realizarán los alumnos en diferentes momentos del curso, cuyo baremo será establecido por el Departamento. Para los diferentes deportes y para la expresión corporal se establecerán una serie de pruebas específicas.

En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

- Actitudes: Se utilizará el registro sistemático de los alumnos a través de la observación de su conducta durante las clases: participación activa, actitudes de cooperación y compañerismo, indumentaria adecuada para el desarrollo de la clase práctica, actitudes de higiene y juego limpio, participación en el Programa de Deporte Escolar.

En relación a las competencias básicas:

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

La valoración de estos ámbitos atenderá a los siguientes criterios:

- Conceptos: 30%. Se deberá obtener una calificación mínima de 4 puntos en la prueba escrita para optar a superar la evaluación; es decir, si el alumno obtiene una calificación menor de 4 puntos en este apartado, suspenderá la evaluación. Para aquellos alumnos que no superen la prueba teórica en alguna evaluación, se realizará una prueba de recuperación por trimestre. Además, si el alumno sigue sin recuperar, podrá presentarse a otra/s recuperación/es en las fechas de evaluación y recuperación de la 2ª y 3ª evaluación. En dichas recuperaciones deberán alcanzar un mínimo de 4 puntos en cada una de las evaluaciones de las que se presente a recuperación.  
El Departamento de Educación Física asume la penalización por errores ortográficos y/o de expresión de 0,2 puntos que ha acordado el centro, hasta un descuento máximo de 2 puntos sobre 10 puntos en la nota de la prueba conceptual.
- Procedimientos: 50%. El apartado de condición física tendrá un porcentaje del 40% en este apartado.  
Las pruebas específicas de habilidades y destrezas deportivas tendrán un porcentaje del 60% en este apartado.
- Actitudes: 20%. Se deberá obtener una calificación mínima de 4 puntos en la prueba actitudinal para optar a superar la evaluación; es decir, si el alumno obtiene una calificación menor de 4 puntos en este apartado, suspenderá la evaluación.

#### Exentos del ámbito procedimental.

Deberán realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 40% de la nota, el 30% será la nota de la parte conceptual y el 30% restante será la nota de los trabajos teóricos sobre cada una de las habilidades o destrezas que se impartan.

En aquellos casos de alumnos exentos de una sola unidad didáctica, la parte procedimental se sustituye con la realización de un trabajo escrito sobre dichos contenidos procedimentales y la realización de las fichas de clase.

#### Exentos del ámbito procedimental en días aislados.

Deberán realizar una ficha de clase donde se reflejen los diferentes objetivos y ejercicios que se desarrollan en clase. Esta ficha habrá que entregarla al finalizar la clase y a criterio del profesor compensará la falta de participación activa en dicha clase.

#### Alumnos extranjeros que no dominan la lengua castellana.

La parte procedimental tendrá una valoración del 70%. Y la actitudinal el 30%. Quedan exentos de la parte conceptual. En este apartado se incluyen a los alumnos que están en el Aula de Acogida en cualquiera de los niveles.

#### Alumnos con necesidades educativas especiales.

Debido al carácter integrador de esta área, los alumnos con necesidades educativas especiales con un déficit cognitivo, participarán en las clases con el resto de

alumnos, siendo la parte procedimental evaluada con el 70% y la actitudinal el 30%.

Si el alumno presenta un déficit motor que le impide participar en la parte práctica de las clases, deberá realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 40% de la nota, el 30% será la nota de la parte conceptual y el 30% restante será la nota de los trabajos teóricos sobre cada una de las habilidades o destrezas que se impartan.

#### Alumnos que participan en competiciones federadas.

Podrán quedar exentos del ámbito procedimental en días muy puntuales, si deben participar en competiciones de especial relevancia, y siempre a criterio del profesorado del Departamento que considerará la incompatibilidad de las actividades a desarrollar en clase con las propiamente competitivas.

Los profesores del departamento determinarán las actividades compensatorias que deberán realizar los alumnos que se encuentre en este supuesto.

#### Alumnos que han perdido el derecho a la evaluación continua.

##### A) Por causas justificada.

El alumno deberá realizar la parte conceptual igual que el resto de sus compañeros (con una valoración del 50%), y la parte procedimental con trabajos sobre la materia (con una valoración del 50%).

##### B) Por causas injustificadas.

El alumno deberá realizar la parte conceptual igual que el resto de sus compañeros (con una valoración del 50%), y la parte procedimental con trabajos sobre la materia y los exámenes prácticos (con una valoración del 50%).

### RECUPERACIÓN DE SEPTIEMBRE

Los alumnos que no hayan alcanzado los objetos mínimos propuestos para su curso irán a una prueba que se realizará en el mes de Septiembre y cuyos criterios de calificación serán:

- Conceptos: 50%.
- Procedimientos: 50%.

Los alumnos deberán alcanzar un mínimo de 4 puntos en cada uno de los apartados anteriores.



## **6. APLICACIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN AL TRABAJO EN EL AULA.**

Para impartir algunos contenidos procedimentales y conceptuales se utilizará un proyector, ordenador portátil, pantalla, televisión y vídeo.

## **7. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.**

### **7.1 Actuaciones de apoyo ordinario.**

A los alumnos que no alcancen los objetivos mínimos en alguno de los tipos de contenidos, se les proporcionará material conceptual y/o procedimental con el que pueda alcanzar esos objetivos mínimos.

### **7.2. Actuaciones para el alumnado con necesidades educativas especiales.**

Debido al carácter integrador de esta área no consideramos que los alumnos en estas circunstancias deban seguir un plan específico, por lo que aquellos que presenten necesidades educativas especiales por un déficit cognitivo, participarán en las clases con el resto de alumnos, siendo la parte procedimental evaluada con el 70% y la actitudinal el 30%.

Si el alumno presenta un déficit motor, deberá realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 50% de la nota. Y el 50% restante será la nota de la parte conceptual.

Si el alumno presenta un déficit cognitivo y motor, la parte actitudinal supondrá el 100% de su nota.

### **7.3. Actuaciones para el alumnado con altas capacidades intelectuales.**

Este tipo de alumnos participarán en las clases con el resto de sus compañeros, con los mismos criterios de evaluación y calificación que el resto de alumnos.

### **7.4. Actuaciones para el alumnado que se integra tardíamente al sistema educativo.**

A este tipo de alumnos, se le facilitará el acceso a la información conceptual (si tiene dominio de la lengua castellana) y procedimental para que pueda incorporarse a las clases con el resto de sus compañeros.

## **8. ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE LOS ALUMNOS CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.**

Al tener continuidad los diferentes contenidos conceptuales (actividad física y salud), procedimentales (condición física y habilidades y destrezas deportivas) y actitudinales (actitudes de higiene y salud, cooperación, respeto, etc.), los alumnos que tengan la asignatura pendiente del curso anterior podrán recuperarla al aprobar la asignatura en su curso actual. No obstante, el alumno podrá presentarse a una prueba de

recuperación del curso anterior que se celebraría en el mes de Junio.

## **9. FOMENTO DE LA LECTURA Y CAPACIDAD DE EXPRESARSE CORRECTAMENTE.**

El hábito de lectura se reforzará con lecturas de bibliografía que complemente las clases conceptuales.

La capacidad de expresarse correctamente se fomentará cuidando que la expresión en clase o en las pruebas conceptuales sea correcta.

## **10. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS QUE SE VAYAN A UTILIZAR.**

Las instalaciones con las que contamos son una pista exterior de fútbol sala y balonmano, baloncesto y voleibol; además de un gimnasio de 22 x 15 metros aproximadamente, con sus respectivos vestuarios y almacén de material y un foso para practicar salto de longitud y realizar alguna de los test de condición física.

También podemos disponer de un pabellón cubierto en las instalaciones del Colegio Hernández Ardieta, próximo al nuestro Centro. Para la utilización de esta instalación debemos organizar el horario de uso conjuntamente con los profesores de Educación Física del citado Colegio.

El Departamento de Educación Física no utilizará libro de texto, pero sí un material que elabora el propio Departamento y pone a disposición de los alumnos.

## **11. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.**

<b>ACTIVIDADES PROGRAMADAS</b>
Salidas al entorno: todos los cursos. Todo el año.
Actividades en el medio natural (senderismo): 1º ESO. Tercer trimestre.
Actividades deportivas durante el primer recreo: todos los cursos. Todo el año.

## **12. EVALUACIÓN DE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE.**

En las diferentes reuniones de Departamento se analizan la práctica docente, los resultados que se obtienen y estrategias para mejorarlos.

	INDICE PROGRAMACIÓN 2º ESO	
1.	Objetivos	
	1.1	Objetivos generales de la etapa.
	1.2	Objetivos generales del área para el segundo curso.
2.	Distribución temporal de los contenidos.	
3.	Metodología didáctica.	
	3.1	Introducción.
	3.2	Enfoque metodológico general.
	3.3	Organización del trabajo.
	3.4	Principios pedagógicos generales.
	3.5	Modelo de intervención educativa.
	3.6	La organización de los espacios.
4.	Identificación de los conocimientos y aprendizajes necesarios para que el alumno alcance una evaluación positiva en cada curso.	
5.	Procedimientos de evaluación y criterios de calificación.	
	5.1	Criterios de evaluación.
	5.2	Criterios de calificación.
6.	Aplicación de las tecnologías de la información y la comunicación al trabajo en el aula.	
7.	Medidas de atención a la diversidad.	
	7.1	Actuaciones de apoyo ordinario.
	7.2	Actuaciones para el alumnado con necesidades educativas especiales.
	7.3	Actuaciones para alumnado con altas capacidades intelectuales.
	7.4	Actuaciones para el alumnado que se incorpora tardíamente al sistema educativo.
8.	Actividades de recuperación de los alumnos con materias pendientes de cursos anteriores.	
9.	Fomento de la lectura y capacidad de expresarse correctamente.	
10.	Materiales y recursos didácticos que se vayan a emplear.	
11.	Actividades complementarias y extraescolares.	
12.	Evaluación de los procesos de enseñanza y de la práctica docente.	

# PROGRAMACIÓN DOCENTE 2º ESO

## 1. OBJETIVOS.

### OBJETIVOS GENERALES DE LA ETAPA

Según el Decreto número 291/2007, de 14 de septiembre, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia los objetivos generales de la etapa son:

1. Participar y colaborar de manera activa, con regularidad y eficiencia, 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.
2. Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contradicciones 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.
3. Aumentar las propias posibilidades de rendimiento motor mediante la mejora de las capacidades, tanto físicas como motrices, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación personal.
4. Mejorar las capacidades de adaptación motriz a las exigencias del entorno y a su variabilidad.
5. 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.
6. Conocer el cuerpo y sus necesidades, adoptando una actitud favorable 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.
7. 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.
8. Reconocer el medio natural como espacio idóneo para la actividad física, y discriminar aquellas prácticas que pueden causarle cualquier tipo de deterioro.
9. 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.
10. 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.
11. Conocer las posibilidades que el entorno ofrece (espacios, equipamientos e instalaciones) para la práctica de actividad física deportiva.
12. 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.
13. 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.

## **OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA PARA SEGUNDO CURSO**

1. Conocer y comprender los aspectos básicos del funcionamiento del propio cuerpo y de las consecuencias para la salud individual y colectiva de los actos y las decisiones personales, y valorar los beneficios que suponen los hábitos del ejercicio físico, de la higiene y de una alimentación equilibrada, así como el llevar una vida sana. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

2. Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contraindicaciones que la práctica regular de la actividad física tiene para la salud individual y colectiva. Así como los efectos negativos que producen determinados hábitos y estilos. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

3. Practicar de forma habitual, sistemática y segura actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y su calidad de vida asumiendo normas de higiene. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

4. Conocer y apreciar el estado de sus capacidades físicas y habilidades motrices y planificar actividades que le permitan satisfacer sus necesidades y ocupar su tiempo de ocio. En relación con las competencias básicas:

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

10. Realizar tareas dirigidas a la mejora de condición física y las condiciones de salud y calidad de vida, haciendo un tratamiento discriminado de cada capacidad. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

11. Desarrollar actitudes de autoexigencia y superación en la mejora de las capacidades físicas y en el perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal con el fin de aumentar sus posibilidades de rendimiento motor. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de

la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

12. Conocer y practicar las modalidades deportivas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, reconociendo que su práctica representa un fenómeno cultural de gran relevancia social. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

13. Participar, con independencia del nivel de habilidad alcanzado, en juegos y deportes, valorando los aspectos de relación que fomentan y mostrando actitudes de tolerancia y deportividad. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

14. Realizar actividades propias del medio natural que tengan bajo impacto ambiental, valorando las posibilidades que ofrece dicho medio y contribuyendo a su conservación. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

10. Aumentar la independencia y responsabilidad del alumnado involucrándolo en la preparación, organización y realización de actividades deportivas, aprovechando los recursos de su entorno. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones

o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

2. Conocer y utilizar la relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica físico-deportiva. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

12. Valorar, diseñar y practicar actividades rítmico-expresivas como medio de comunicación y desarrollo creativo. En relación con las competencias básicas:

. Competencia cultural y artística: el empleo de recursos propios de la expresión artística.

## **2. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE LOS CONTENIDOS.**

### **1º Trimestre.**

- Conceptos. Condición Física: Cualidades físicas. Calentamiento general y específico. Iniciación a los principios y factores del entrenamiento. Reglamento de los deportes. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- Procedimientos.

- Condición física.
- Lacrosse.
- Gimnasia deportiva (voltereta adelante, atrás y lanzada).
- Rugby/palas.

En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

## **2º Trimestre.**

- Conceptos. Interrelación de aparato locomotor, respiratorio, digestivo, nervioso y circulatorio.  
Reglamentos de los deportes. En relación a las competencias básicas:
  - . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
  - . Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.
  - . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
  
- Procedimientos.
  - Condición física.
  - Voleibol: Saque, recepción y colocación.
  - Expresión corporal: Relajación-tensión, mimo y dramatización de historias.

En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

## **3º Trimestre.**

- Conceptos. Higiene y salud: generalidades de nutrición. Reglamento de los deportes. En relación a las competencias básicas:
  - . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
  - . Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.
  - . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
  
- Procedimientos.
  - Condición física.
  - Minitenis.
  - Escalada.

En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.



- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia cultural y artística: el empleo de recursos propios de la expresión artística.

### **3. METODOLOGÍA DIDÁCTICA.**

#### **3.1 INTRODUCCIÓN**

Como señala el currículo oficial de Educación Física, la sociedad actual es consciente de la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación aquellos conocimientos, destrezas y capacidades que, relacionados con el cuerpo y su actividad motriz, contribuyen al desarrollo personal y a una mejor calidad de vida. Por este motivo, el objetivo fundamental de esta enseñanza es lograr que los alumnos conozcan los distintos tipos y formas de realización de actividades y ejercicios físicos y los incorporen dentro de sus hábitos normales en su vida adulta. Para alcanzar este objetivo, se establecen una serie de líneas maestras:

#### **3.2 ENFOQUE METODOLÓGICO GENERAL**

Sin olvidar los conceptos y las actitudes, como se explica más adelante, prima el papel de los procedimientos. Esta decisión se asienta en la lógica de que es a través de éstos como se adquieren conceptos, se establecen relaciones entre ellos y se adoptan actitudes positivas hacia la actividad física y la propia salud.

Por otra parte, se define una programación de carácter cíclico: todos los bloques de contenidos del área se contemplan en cada uno de los cursos, con lo que se trabajan siempre todos los procedimientos (habilidades, estrategias, etc.) por medio de diferentes actividades.

#### **3.3. ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO**

El trabajo con los alumnos y alumnas se estructura en dos fases sucesivas:

##### **1) Información**

Se parte siempre de una información teórica (aclaraciones conceptuales, clasificaciones, análisis de técnicas) clara y concisa, que permite una preparación sólida de la práctica.

También se pone de relieve la relación que en cada caso pueda existir entre el contenido de la materia y los contenidos de otras áreas: Ciencias de la Naturaleza en aquellos contenidos que son comunes (funciones orgánicas, hábitos y salud, etc.), y Ciencias Sociales en el análisis de las transformaciones de la sociedad actual que han conllevado un incremento del tiempo de ocio y una importancia social del juego y el deporte.

##### **2) Práctica**

La práctica contempla distintos niveles de realización, en función de la competencia de

los alumnos y alumnas. Para ello, se parte de un amplio repertorio de propuestas y ejemplos que desempeña un doble papel:

A) Permitir una selección de ejercicios adecuada a las circunstancias individuales de cada alumno y alumna, es decir, personalizar su plan de trabajo.

B) Facilitar a los propios alumnos unos patrones a partir de los cuales investigar y desarrollar otra serie de ejercicios suplementarios.

En cualquier caso, y sin perjuicio de la necesaria atención a las diferencias individuales que hemos expuesto, se propone siempre una serie de ejercicios considerados básicos cuidadosamente seleccionados para que estén al alcance del alumno o alumna medio y que deben ser dominados.

### 3.4 PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS GENERALES

La Reforma concibe la educación como un proceso constructivo en el que la actitud que mantienen profesor y alumno permite el aprendizaje significativo.

Como consecuencia de esta concepción constructivista de la enseñanza, el alumno se convierte en motor de su propio proceso de aprendizaje al modificar él mismo sus esquemas de conocimiento. Junto a él, el profesor ejerce el papel de guía al poner en contacto los conocimientos y las experiencias previas del alumno con los nuevos contenidos.

La concepción constructivista de la enseñanza permite además garantizar la funcionalidad del aprendizaje, es decir, asegurar que el alumno podrá utilizar lo aprendido en circunstancias reales, bien llevándolo a la práctica, bien utilizándolo como instrumento para lograr nuevos aprendizajes.

Para conseguir una asimilación real de los conocimientos por parte de cada alumno y alumna, los aprendizajes deben ser significativos, es decir, cercanos a sus experiencias y referentes, potencialmente motivadores y realmente funcionales. Deben, asimismo, implicar una memorización comprensiva: los aprendizajes deben integrarse en un amplio conjunto de relaciones conceptuales y lógicas del propio individuo, modificando sus esquemas de conocimiento.

En resumen, el proceso de aprendizaje, entendido dentro de este modelo constructivista que nosotros queremos plasmar en nuestra programación, cumple los siguientes requisitos:

- Parte del nivel de desarrollo del alumnado y de sus aprendizajes previos.
- Asegura la construcción de aprendizajes significativos a través de la movilización de sus conocimientos previos y de la memorización comprensiva.
- Posibilita que los alumnos y las alumnas realicen aprendizajes significativos por sí solos.

- Proporciona situaciones en las que los alumnos y alumnas deben actualizar sus conocimientos.
- Proporciona situaciones de aprendizaje que tienen sentido para los alumnos y alumnas, con el fin de que resulten motivadoras.

### 3.5 MODELO DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA

En coherencia con lo expuesto, varios principios orientan nuestra práctica educativa. Son los siguientes:

- Metodología activa. Supone atender a aspectos íntimamente relacionados, referidos al clima de participación e integración del alumnado en el proceso de aprendizaje:

- Integración activa de los alumnos y alumnas en la dinámica general del aula y en la adquisición y configuración de los aprendizajes.

- **Participación** en el diseño y desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje.

- **Motivación.** Consideramos fundamental partir de los intereses, demandas, necesidades y expectativas de los alumnos y alumnas. También será importante arbitrar dinámicas que fomenten el trabajo en grupo.

- **Atención a la diversidad** del alumnado. Nuestra intervención educativa con los alumnos y alumnas asume como uno de sus principios básicos tener en cuenta sus diferentes ritmos de aprendizaje, así como sus distintos intereses y motivaciones.

- **Evaluación del proceso educativo.** La evaluación se concibe de una forma holística, es decir, analiza todos los aspectos del proceso educativo y permite la retroalimentación, la aportación de informaciones precisas que permiten reestructurar la actividad en su conjunto.

### 3.6 LA ORGANIZACIÓN DE LOS ESPACIOS

La distribución de espacios se formula a partir de los siguientes criterios:

- Incrementar las posibilidades de interacción grupal.
- Potenciar en la actividad escolar un grado de autonomía suficiente.
- Permitir el aprovechamiento de espacios ajenos al propio centro, (desarrollo de Actividades en la Naturaleza o juegos de campo etc.)

En la organización de los espacios tendremos que tener especialmente en cuenta tanto la distribución y espacio utilizado por el material de aprendizaje, como la distribución de los alumnos en ese espacio, ya que suele ser muy frecuente que nos encontremos debido a la heterogeneidad del alumnado con tres zonas bien diferenciadas:

La primera hace referencia a la zona de acción cercana al profesor.

La segunda hace referencia a la zona media que es en la que la mayoría de la gente se ubica.

Por eso hemos de ser conscientes de la distribución de zonas que existe, y manejarlas como recurso didáctico con el objetivo de mejorar nuestra actuación educativa y de optimizar los recursos metodológicos de los que disponemos.

#### **4. IDENTIFICACIÓN DE LOS CONOCIMIENTOS Y APRENDIZAJES NECESARIOS PARA QUE EL ALUMNO ALCANCE UNA EVALUACIÓN POSITIVA EN CADA CURSO.**

. Contenidos conceptuales: obtención, como mínimo, de 4 puntos en cada una de las pruebas teóricas que se realicen. Presentación de los trabajos teóricos que se indiquen en tiempo y forma establecidos.

. Contenidos procedimentales: alcanzar un nivel mínimo de condición física (según baremo del Dpto de Educación Física) y de destrezas en las diversas habilidades deportivas.

. Contenidos actitudinales: participación activa en las clases prácticas o compensar con una ficha de clase realizada correctamente cuando algún problema físico (debidamente justificado) se lo impida, traer una bolsa con útiles de aseo para ser utilizada al finalizar la clase, puntualidad, comportamiento respetuoso hacia los compañeros, profesores y normas de la clase.

#### **5. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.**

##### **5.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

1. Realizar calentamientos generales y específicos adecuados a las actividades físicas que practica. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

2. Utilizar de forma adecuada métodos y actividades que le permitan desarrollar las capacidades físicas respecto a sí mismo y al contexto de referencia. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

3. Diseñar de manera autónoma un plan de trabajo encaminado a la mejora de la resistencia aeróbica y flexibilidad. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

4. Analizar los efectos duraderos que son beneficiosos para la salud del trabajo de fuerza y resistencia muscular. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

5. Aplicar normas básicas de higiene y salud en la práctica de actividades físico-deportivas conociendo además las primeras actuaciones ante lesiones o accidentes que puedan ocurrir durante su realización. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

6. Comportarse respetuosamente con el medio natural y utilizar las técnicas adecuadas en el desarrollo de actividades físicas en la naturaleza. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

7. Coordinar las acciones propias con las del equipo, interpretando la táctica para lograr la cohesión y eficacia cooperativa. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

8. Reconocer y practicar deportes colectivos y de ocio y recreación, aplicando las reglas y la técnica, y elaborando estrategias de ataque y defensa. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

9. Participar de forma activa en la realización de actividades físico-deportivas. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

10. Aceptar las diferencias de habilidad, sin que ello sea objeto de discriminación por razones de sexo, raza, capacidad física y otros. En relación a las competencias básicas:

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

11. Utilizar técnicas de relajación para recobrar el equilibrio psicofísico y como preparación para el desarrollo de otras actividades. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

12. Realizar composiciones coreográficas sencillas, cooperando con los compañeros y dándoles un matiz expresivo. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia cultural y artística: el empleo de recursos propios de la expresión artística.

13. Analizar y valorar críticamente los factores sociales y culturales que condicionan la ejecución y aprecio de las actividades físico-deportivas. En relación a las competencias básicas:

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

## 5.2. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Para calificar a los alumnos se tendrán en cuenta los aprendizajes que éstos hayan realizado sobre los tres tipos de contenidos que se desarrollarán a lo largo del curso.

- Conceptos: La calificación de los alumnos se realizará en función de los trabajos entregados a lo largo del curso, redactados con su propio lenguaje y forma de expresión sin limitarse a copiar o resumir textos, y de una prueba teórica en cada evaluación, obligatoria para todos los alumnos. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.

- Procedimientos: Estos contenidos se calificarán atendiendo a los test de condición física que realizarán los alumnos en diferentes momentos del curso, cuyo baremo será establecido por el Departamento. Para los diferentes deportes y para la expresión corporal se establecerán una serie de pruebas específicas.

En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

- Actitudes: Se utilizará el registro sistemático de los alumnos a través de la observación de su conducta durante las clases: participación activa, actitudes de cooperación y compañerismo, indumentaria adecuada para el desarrollo de la clase práctica, actitudes de higiene y juego limpio, participación en el Programa de Deporte Escolar.

En relación a las competencias básicas:

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

La valoración de estos ámbitos atenderá a los siguientes criterios:

- Conceptos: 30%. Se deberá obtener una calificación mínima de 4 puntos en la

prueba escrita para optar a superar la evaluación; es decir, si el alumno obtiene una calificación menor de 4 puntos en este apartado, suspenderá la evaluación. Para aquellos alumnos que no superen la prueba teórica en alguna evaluación, se realizará una prueba de recuperación por trimestre. Además, si el alumno sigue sin recuperar, podrá presentarse a otra/s recuperación/es en las fechas de evaluación y recuperación de la 2ª y 3ª evaluación. En dichas recuperaciones deberán alcanzar un mínimo de 4 puntos en cada una de las evaluaciones de las que se presente a recuperación.

El Departamento de Educación Física asume la penalización por errores ortográficos y/o de expresión de 0,2 puntos que ha acordado el centro, hasta un descuento máximo de 2 puntos sobre 10 puntos en la nota de la prueba conceptual.

- Procedimientos: 50%. El apartado de condición física tendrá un porcentaje del 40% en este apartado. Las pruebas específicas de habilidades y destrezas deportivas tendrán un porcentaje del 60% en este apartado.
- Actitudes: 20%. Se deberá obtener una calificación mínima de 4 puntos en la prueba actitudinal para optar a superar la evaluación; es decir, si el alumno obtiene una calificación menor de 4 puntos en este apartado, suspenderá la evaluación.

#### Exentos del ámbito procedimental.

Deberán realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 40% de la nota, el 30% será la nota de la parte conceptual y el 30% restante será la nota de los trabajos teóricos sobre cada una de las habilidades o destrezas que se impartan.

En aquellos casos de alumnos exentos de una sola unidad didáctica, la parte procedimental se sustituye con la realización de un trabajo escrito sobre dichos contenidos procedimentales y la realización de las fichas de clase.

#### Exentos del ámbito procedimental en días aislados.

Deberán realizar una ficha de clase donde se reflejen los diferentes objetivos y ejercicios que se desarrollan en clase. Esta ficha habrá que entregarla al finalizar la clase y a criterio del profesor compensará la falta de participación activa en dicha clase.

#### Alumnos extranjeros que no dominan la lengua castellana.

La parte procedimental tendrá una valoración del 70%. Y la actitudinal el 30%. Quedan exentos de la parte conceptual. En este apartado se incluyen a los alumnos que están en el Aula de Acogida en cualquiera de los niveles.

#### Alumnos con necesidades educativas especiales.

Debido al carácter integrador de esta área, los alumnos con necesidades educativas especiales con un déficit cognitivo, participarán en las clases con el resto de alumnos, siendo la parte procedimental evaluada con el 70% y la actitudinal el 30%.

Si el alumno presenta un déficit motor que le impide participar en la parte



práctica de las clases, deberá realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 40% de la nota, el 30% será la nota de la parte conceptual y el 30% restante será la nota de los trabajos teóricos sobre cada una de las habilidades o destrezas que se impartan.

#### Alumnos que participan en competiciones federadas.

Podrán quedar exentos del ámbito procedimental en días muy puntuales, si deben participar en competiciones de especial relevancia, y siempre a criterio del profesorado del Departamento que considerará la incompatibilidad de las actividades a desarrollar en clase con las propiamente competitivas.

Los profesores del departamento determinarán las actividades compensatorias que deberán realizar los alumnos que se encuentre en este supuesto.

#### Alumnos que han perdido el derecho a la evaluación continua.

A) Por causas justificada.

El alumno deberá realizar la parte conceptual igual que el resto de sus compañeros (con una valoración del 50%), y la parte procedimental con trabajos sobre la materia (con una valoración del 50%).

B) Por causas injustificadas.

El alumno deberá realizar la parte conceptual igual que el resto de sus compañeros (con una valoración del 50%), y la parte procedimental con trabajos sobre la materia y los exámenes prácticos (con una valoración del 50%).

### RECUPERACIÓN DE SEPTIEMBRE

Los alumnos que no hayan alcanzado los objetos mínimos propuestos para su curso irán a una prueba que se realizará en el mes de Septiembre y cuyos criterios de calificación serán:

- Conceptos: 50%.
- Procedimientos: 50%.

Los alumnos deberán alcanzar un mínimo de 4 puntos en cada uno de los apartados anteriores.

## **14. APLICACIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN AL TRABAJO EN EL AULA.**

Para impartir algunos contenidos procedimentales y conceptuales se utilizará un proyector, ordenador portátil, pantalla, televisión y vídeo.

## **15. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.**

### **7.1 Actuaciones de apoyo ordinario.**

A los alumnos que no alcancen los objetivos mínimos en alguno de los tipos de contenidos, se les proporcionará material conceptual y/o procedimental con el que pueda alcanzar esos objetivos mínimos.

### **7.2. Actuaciones para el alumnado con necesidades educativas especiales.**

Debido al carácter integrador de esta área no consideramos que los alumnos en estas circunstancias deban seguir un plan específico, por lo que aquellos que presenten necesidades educativas especiales por un déficit cognitivo, participarán en las clases con el resto de alumnos, siendo la parte procedimental evaluada con el 70% y la actitudinal el 30%.

Si el alumno presenta un déficit motor, deberá realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 50% de la nota. Y el 50% restante será la nota de la parte conceptual.

Si el alumno presenta un déficit cognitivo y motor, la parte actitudinal supondrá el 100% de su nota.

### **7.3. Actuaciones para el alumnado con altas capacidades intelectuales.**

Este tipo de alumnos participarán en las clases con el resto de sus compañeros, con los mismos criterios de evaluación y calificación que el resto de alumnos.

### **7.4. Actuaciones para el alumnado que se integra tardíamente al sistema educativo.**

A este tipo de alumnos, se le facilitará el acceso a la información conceptual (si tiene dominio de la lengua castellana) y procedimental para que pueda incorporarse a las clases con el resto de sus compañeros.

## **8. ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE LOS ALUMNOS CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.**

Al tener continuidad los diferentes contenidos conceptuales (actividad física y salud), procedimentales (condición física y habilidades y destrezas deportivas) y actitudinales (actitudes de higiene y salud, cooperación, respeto, etc.), los alumnos que tengan la asignatura pendiente del curso anterior podrán recuperarla al aprobar la asignatura en su curso actual. No obstante, el alumno podrá presentarse a una prueba de recuperación del curso anterior que se celebraría en el mes de Junio.

## **9. FOMENTO DE LA LECTURA Y CAPACIDAD DE EXPRESARSE CORRECTAMENTE.**

El hábito de lectura se reforzará con lecturas de bibliografía que complemente las clases conceptuales.

La capacidad de expresarse correctamente se fomentará cuidando que la expresión en clase o en las pruebas conceptuales sea correcta.

#### **10. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS QUE SE VAYAN A UTILIZAR.**

Las instalaciones con las que contamos son una pista exterior de fútbol sala y balonmano, baloncesto y voleibol; además de un gimnasio de 22 x 15 metros aproximadamente, con sus respectivos vestuarios y almacén de material y un foso para practicar salto de longitud y realizar alguna de los test de condición física.

También podemos disponer de un pabellón cubierto en las instalaciones del Colegio Hernández Ardieta, próximo al nuestro Centro. Para la utilización de esta instalación debemos organizar el horario de uso conjuntamente con los profesores de Educación Física del citado Colegio.

El Departamento de Educación Física no utilizará libro de texto, pero sí un material que elabora el propio Departamento y pone a disposición de los alumnos.

#### **11. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.**

<b>ACTIVIDADES PROGRAMADAS</b>
Salidas al entorno: todos los cursos. Todo el año.
Actividades en el medio natural (senderismo): 2º ESO. Tercer trimestre.
Actividades deportivas durante el primer recreo: todos los cursos. Todo el año.

#### **12. EVALUACIÓN DE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE.**

En las diferentes reuniones de Departamento se analizan la práctica docente, los resultados que se obtienen y estrategias para mejorarlos.

	INDICE PROGRAMACIÓN 3º ESO	
1.	Objetivos	
	1.1	Objetivos generales de la etapa.
	1.2	Objetivos generales del área para el tercer curso.
2.	Distribución temporal de los contenidos.	
3.	Metodología didáctica.	
	3.1	Introducción.
	3.2	Enfoque metodológico general.
	3.3	Organización del trabajo.
	3.4	Principios pedagógicos generales.
	3.5	Modelo de intervención educativa.
	3.6	La organización de los espacios.
4.	Identificación de los conocimientos y aprendizajes necesarios para que el alumno alcance una evaluación positiva en cada curso.	
5.	Procedimientos de evaluación y criterios de calificación.	
	5.1	Criterios de evaluación.
	5.2	Criterios de calificación.
6.	Aplicación de las tecnologías de la información y la comunicación al trabajo en el aula.	
7.	Medidas de atención a la diversidad.	
	7.1	Actuaciones de apoyo ordinario.
	7.2	Actuaciones para el alumnado con necesidades educativas especiales.
	7.3	Actuaciones para alumnado con altas capacidades intelectuales.
	7.4	Actuaciones para el alumnado que se incorpora tardíamente al sistema educativo.
8.	Actividades de recuperación de los alumnos con materias pendientes de cursos anteriores.	
9.	Fomento de la lectura y capacidad de expresarse correctamente.	
10.	Materiales y recursos didácticos que se vayan a emplear.	
11.	Actividades complementarias y extraescolares.	
12.	Evaluación de los procesos de enseñanza y de la práctica docente.	

# PROGRAMACIÓN DOCENTE 3º ESO

## 1. OBJETIVOS.

### 1.1 OBJETIVOS GENERALES DE LA ETAPA

Según el Decreto número 291/2007, de 14 de septiembre, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia los objetivos generales de la etapa son:

1. Participar y colaborar de manera activa, con regularidad y eficiencia, 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.
2. Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contradicciones 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.
3. Aumentar las propias posibilidades de rendimiento motor mediante la mejora de las capacidades, tanto físicas como motrices, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación personal.
4. Mejorar las capacidades de adaptación motriz a las exigencias del entorno y a su variabilidad.
5. 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.
6. Conocer el cuerpo y sus necesidades, adoptando una actitud favorable 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.
7. 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.
8. Reconocer el medio natural como espacio idóneo para la actividad física, y discriminar aquellas prácticas que pueden causarle cualquier tipo de deterioro.
9. 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.
10. 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.
11. Conocer las posibilidades que el entorno ofrece (espacios, equipamientos e instalaciones) para la práctica de actividad física deportiva.
12. 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.

13. 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.

## **1.2 OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA PARA TERCER CURSO**

1. Conocer y comprender los aspectos básicos del funcionamiento del propio cuerpo y de las consecuencias para la salud individual y colectiva de los actos y las decisiones personales, y valorar los beneficios que suponen los hábitos del ejercicio físico, de la higiene y de una alimentación equilibrada, así como el llevar una vida sana. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

2. Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contraindicaciones que la práctica regular de la actividad física tiene para la salud individual y colectiva. Así como los efectos negativos que producen determinados hábitos y estilos. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

3. Practicar de forma habitual, sistemática y segura actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y su calidad de vida asumiendo normas de higiene. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

4. Conocer y apreciar el estado de sus capacidades físicas y habilidades motrices y planificar actividades que le permitan satisfacer sus necesidades y ocupar su tiempo de ocio. En relación con las competencias básicas:

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

5. Realizar tareas dirigidas a la mejora de condición física y las condiciones de salud y calidad de vida, haciendo un tratamiento discriminado de cada capacidad. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

6. Desarrollar actitudes de autoexigencia y superación en la mejora de las capacidades

físicas y en el perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal con el fin de aumentar sus posibilidades de rendimiento motor. En relación con las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

7. Conocer y practicar las modalidades deportivas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, reconociendo que su práctica representa un fenómeno cultural de gran relevancia social. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

8. Participar, con independencia del nivel de habilidad alcanzado, en juegos y deportes, valorando los aspectos de relación que fomentan y mostrando actitudes de tolerancia y deportividad. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

9. Realizar actividades propias del medio natural que tengan bajo impacto ambiental, valorando las posibilidades que ofrece dicho medio y contribuyendo a su conservación. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

10. Aumentar la independencia y responsabilidad del alumnado involucrándolo en la preparación, organización y realización de actividades deportivas, aprovechando los recursos de su entorno. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

11. Conocer y utilizar la relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica físico-deportiva. En relación con las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

12. Valorar, diseñar y practicar actividades rítmico-expresivas como medio de comunicación y desarrollo creativo. En relación con las competencias básicas:

- . Competencia cultural y artística: el empleo de recursos propios de la expresión artística.

## **2. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE LOS CONTENIDOS.**

### **1º Trimestre.**

- Conceptos. Condición física: Resistencia y flexibilidad. Tipos, aspectos fisiológicos y sistema de trabajo de dichas cualidades físicas. Reglamento de los deportes. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- Procedimientos.

- Condición física.

- Fútbol sala: Conducción, pases, tiro, técnica de portero y aspectos tácticos básicos.

- Gimnasia deportiva: Volteos, equilibrio invertido, equilibrio invertido + voltereta adelante.

En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza,



responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

## **2º Trimestre.**

- Conceptos. Aparato locomotor: Sistema esquelético. Componentes, mecánica y funcionamiento. Reglamento de los deportes. En relación a las competencias básicas:
  - . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
  - . Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.
  - . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- Procedimientos.
  - Condición física.
  - Atletismo (salto de longitud).
  - Bádminton: saque, drive, revés, golpe alto, lob, dejada, remate.
  - Béisbol/palas.

En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

## **3º Trimestre.**

- Conceptos. Actividad física y salud: factores que predisponen a la aparición de lesiones, realización de actividad física en ambientes especiales (calor, frío, ...). Reglamento de los deportes. En relación a las competencias básicas:
  - . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
  - . Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.
  - . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- Procedimientos.
  - Condición física.
  - Baloncesto: Pase, bote, tiro, defensa individual y aspectos tácticos básicos.
  - Escalada.

En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

### **3. METODOLOGÍA DIDÁCTICA.**

#### **3.1 INTRODUCCIÓN**

Como señala el currículo oficial de Educación Física, la sociedad actual es consciente de la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación aquellos conocimientos, destrezas y capacidades que, relacionados con el cuerpo y su actividad motriz, contribuyen al desarrollo personal y a una mejor calidad de vida. Por este motivo, el objetivo fundamental de esta enseñanza es lograr que los alumnos conozcan los distintos tipos y formas de realización de actividades y ejercicios físicos y los incorporen dentro de sus hábitos normales en su vida adulta. Para alcanzar este objetivo, se establecen una serie de líneas maestras:

#### **3.2 ENFOQUE METODOLÓGICO GENERAL**

Sin olvidar los conceptos y las actitudes, como se explica más adelante, prima el papel de los procedimientos. Esta decisión se asienta en la lógica de que es a través de éstos como se adquieren conceptos, se establecen relaciones entre ellos y se adoptan actitudes positivas hacia la actividad física y la propia salud.

Por otra parte, se define una programación de carácter cíclico: todos los bloques de contenidos del área se contemplan en cada uno de los cursos, con lo que se trabajan siempre todos los procedimientos (habilidades, estrategias, etc.) por medio de diferentes actividades.

#### **3.3. ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO**

El trabajo con los alumnos y alumnas se estructura en dos fases sucesivas:

##### **1) Información**

Se parte siempre de una información teórica (aclaraciones conceptuales, clasificaciones, análisis de técnicas) clara y concisa, que permite una preparación sólida de la práctica.

También se pone de relieve la relación que en cada caso pueda existir entre el contenido de la materia y los contenidos de otras áreas: Ciencias de la Naturaleza en aquellos contenidos que son comunes (funciones orgánicas, hábitos y salud, etc.), y Ciencias Sociales en el análisis de las transformaciones de la sociedad actual que han conllevado un incremento del tiempo de ocio y una importancia social del juego y el deporte.

##### **2) Práctica**

La práctica contempla distintos niveles de realización, en función de la competencia de los alumnos y alumnas. Para ello, se parte de un amplio repertorio de propuestas y

ejemplos que desempeña un doble papel:

A) Permitir una selección de ejercicios adecuada a las circunstancias individuales de cada alumno y alumna, es decir, personalizar su plan de trabajo.

B) Facilitar a los propios alumnos unos patrones a partir de los cuales investigar y desarrollar otra serie de ejercicios suplementarios.

En cualquier caso, y sin perjuicio de la necesaria atención a las diferencias individuales que hemos expuesto, se propone siempre una serie de ejercicios considerados básicos cuidadosamente seleccionados para que estén al alcance del alumno o alumna medio y que deben ser dominados.

### 3.4 PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS GENERALES

La Reforma concibe la educación como un proceso constructivo en el que la actitud que mantienen profesor y alumno permite el aprendizaje significativo.

Como consecuencia de esta concepción constructivista de la enseñanza, el alumno se convierte en motor de su propio proceso de aprendizaje al modificar él mismo sus esquemas de conocimiento. Junto a él, el profesor ejerce el papel de guía al poner en contacto los conocimientos y las experiencias previas del alumno con los nuevos contenidos.

La concepción constructivista de la enseñanza permite además garantizar la funcionalidad del aprendizaje, es decir, asegurar que el alumno podrá utilizar lo aprendido en circunstancias reales, bien llevándolo a la práctica, bien utilizándolo como instrumento para lograr nuevos aprendizajes.

Para conseguir una asimilación real de los conocimientos por parte de cada alumno y alumna, los aprendizajes deben ser significativos, es decir, cercanos a sus experiencias y referentes, potencialmente motivadores y realmente funcionales. Deben, asimismo, implicar una memorización comprensiva: los aprendizajes deben integrarse en un amplio conjunto de relaciones conceptuales y lógicas del propio individuo, modificando sus esquemas de conocimiento.

En resumen, el proceso de aprendizaje, entendido dentro de este modelo constructivista que nosotros queremos plasmar en nuestra programación, cumple los siguientes requisitos:

- Parte del nivel de desarrollo del alumnado y de sus aprendizajes previos.
- Asegura la construcción de aprendizajes significativos a través de la movilización de sus conocimientos previos y de la memorización comprensiva.
- Posibilita que los alumnos y las alumnas realicen aprendizajes significativos por sí solos.
- Proporciona situaciones en las que los alumnos y alumnas deben actualizar sus

conocimientos.

- Proporciona situaciones de aprendizaje que tienen sentido para los alumnos y alumnas, con el fin de que resulten motivadoras.

### 3.5 MODELO DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA

En coherencia con lo expuesto, varios principios orientan nuestra práctica educativa. Son los siguientes:

- Metodología activa. Supone atender a aspectos íntimamente relacionados, referidos al clima de participación e integración del alumnado en el proceso de aprendizaje:
- Integración activa de los alumnos y alumnas en la dinámica general del aula y en la adquisición y configuración de los aprendizajes.
- **Participación** en el diseño y desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje.
- **Motivación.** Consideramos fundamental partir de los intereses, demandas, necesidades y expectativas de los alumnos y alumnas. También será importante arbitrar dinámicas que fomenten el trabajo en grupo.
- **Atención a la diversidad** del alumnado. Nuestra intervención educativa con los alumnos y alumnas asume como uno de sus principios básicos tener en cuenta sus diferentes ritmos de aprendizaje, así como sus distintos intereses y motivaciones.
- **Evaluación del proceso educativo.** La evaluación se concibe de una forma holística, es decir, analiza todos los aspectos del proceso educativo y permite la retroalimentación, la aportación de informaciones precisas que permiten reestructurar la actividad en su conjunto.

### 3.6 LA ORGANIZACIÓN DE LOS ESPACIOS

La distribución de espacios se formula a partir de los siguientes criterios:

- Incrementar las posibilidades de interacción grupal.
- Potenciar en la actividad escolar un grado de autonomía suficiente.
- Permitir el aprovechamiento de espacios ajenos al propio centro, (desarrollo de Actividades en la Naturaleza o juegos de campo etc.)

En la organización de los espacios tendremos que tener especialmente en cuenta tanto la distribución y espacio utilizado por el material de aprendizaje, como la distribución de los alumnos en ese espacio, ya que suele ser muy frecuente que nos encontremos debido a la heterogeneidad del alumnado con tres zonas bien diferenciadas:

La primera hace referencia a la zona de acción cercana al profesor.

La segunda hace referencia a la zona media que es en la que la mayoría de la gente se ubica.

Por eso hemos de ser conscientes de la distribución de zonas que existe, y manejarlas como recurso didáctico con el objetivo de mejorar nuestra actuación educativa y de optimizar los recursos metodológicos de los que disponemos.

#### **4. IDENTIFICACIÓN DE LOS CONOCIMIENTOS Y APRENDIZAJES NECESARIOS PARA QUE EL ALUMNO ALCANCE UNA EVALUACIÓN POSITIVA EN CADA CURSO.**

- . Contenidos conceptuales: obtención, como mínimo, de 4 puntos en cada una de las pruebas teóricas que se realicen. Presentación de los trabajos teóricos que se indiquen en tiempo y forma establecidos.
- . Contenidos procedimentales: alcanzar un nivel mínimo de condición física (según baremo del Dpto de Educación Física) y de destrezas en las diversas habilidades deportivas.
- . Contenidos actitudinales: participación activa en las clases prácticas o compensar con una ficha de clase realizada correctamente cuando algún problema físico (debidamente justificado) se lo impida, traer una bolsa con útiles de aseo para ser utilizada al finalizar la clase, puntualidad, comportamiento respetuoso hacia los compañeros, profesores y normas de la clase.

#### **5. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.**

##### **5.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

1. Realizar calentamientos generales y específicos adecuados a las actividades físicas que practica. En relación a las competencias básicas:
  - . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
  - . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
2. Utilizar de forma adecuada métodos y actividades que le permitan desarrollar las capacidades físicas respecto a sí mismo y al contexto de referencia. En relación a las competencias básicas:
  - . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
  - . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
  - . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
3. Diseñar de manera autónoma un plan de trabajo encaminado a la mejor de la resistencia aeróbica y flexibilidad. En relación a las competencias básicas:
  - . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

4. Analizar los efectos duraderos que son beneficiosos para la salud del trabajo de fuerza y resistencia muscular. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

5. Aplicar normas básicas de higiene y salud en la práctica de actividades físico-deportivas conociendo además las primeras actuaciones ante lesiones o accidentes que puedan ocurrir durante su realización. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

6. Comportarse respetuosamente con el medio natural y utilizar las técnicas adecuadas en el desarrollo de actividades físicas en la naturaleza. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

7. Coordinar las acciones propias con las del equipo, interpretando la táctica para lograr la cohesión y eficacia cooperativa. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

8. Reconocer y practicar deportes colectivos y de ocio y recreación, aplicando las reglas y la técnica, y elaborando estrategias de ataque y defensa. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

9. Participar de forma activa en la realización de actividades físico-deportivas. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

10. Aceptar las diferencias de habilidad, sin que ello sea objeto de discriminación por razones de sexo, raza, capacidad física y otros. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

11. Utilizar técnicas de relajación para recobrar el equilibrio psicofísico y como preparación para el desarrollo de otras actividades. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

12. Realizar composiciones coreográficas sencillas, cooperando con los compañeros y dándoles un matiz expresivo. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia cultural y artística: el empleo de recursos propios de la expresión artística.

13. Analizar y valorar críticamente los factores sociales y culturales que condicionan la ejecución y aprecio de las actividades físico-deportivas. En relación a las competencias básicas:

- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

## 5.2. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Para calificar a los alumnos se tendrán en cuenta los aprendizajes que éstos hayan realizado sobre los tres tipos de contenidos que se desarrollarán a lo largo del curso.

- Conceptos: La calificación de los alumnos se realizará en función de los trabajos entregados a lo largo del curso, redactados con su propio lenguaje y forma de expresión sin limitarse a copiar o resumir textos, y de una prueba teórica en cada evaluación, obligatoria para todos los alumnos. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.

- Procedimientos: Estos contenidos se calificarán atendiendo a los test de condición física que realizarán los alumnos en diferentes momentos del curso, cuyo baremo será establecido por el Departamento. Para los diferentes deportes y para la expresión corporal se establecerán una serie de pruebas específicas.

En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

- Actitudes: Se utilizará el registro sistemático de los alumnos a través de la observación de su conducta durante las clases: participación activa, actitudes de cooperación y compañerismo, indumentaria adecuada para el desarrollo de la clase práctica, actitudes de higiene y juego limpio, participación en el Programa de Deporte Escolar.

En relación a las competencias básicas:

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

La valoración de estos ámbitos atenderá a los siguientes criterios:

- Conceptos: 30%. Se deberá obtener una calificación mínima de 4 puntos en la prueba escrita para optar a superar la evaluación; es decir, si el alumno obtiene una calificación menor de 4 puntos en este apartado, suspenderá la evaluación.



Para aquellos alumnos que no superen la prueba teórica en alguna evaluación, se realizará una prueba de recuperación por trimestre. Además, si el alumno sigue sin recuperar, podrá presentarse a otra/s recuperación/es en las fechas de evaluación y recuperación de la 2ª y 3ª evaluación. En dichas recuperaciones deberán alcanzar un mínimo de 4 puntos en cada una de las evaluaciones de las que se presente a recuperación.

El Departamento de Educación Física asume la penalización por errores ortográficos y/o de expresión de 0,2 puntos que ha acordado el centro, hasta un descuento máximo de 2 puntos sobre 10 puntos en la nota de la prueba conceptual.

- Procedimientos: 50%. El apartado de condición física tendrá un porcentaje del 40% en este apartado.  
Las pruebas específicas de habilidades y destrezas deportivas tendrán un porcentaje del 60% en este apartado.
- Actitudes: 20%. Se deberá obtener una calificación mínima de 4 puntos en la prueba actitudinal para optar a superar la evaluación; es decir, si el alumno obtiene una calificación menor de 4 puntos en este apartado, suspenderá la evaluación.

#### Exentos del ámbito procedimental.

Deberán realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 40% de la nota, el 30% será la nota de la parte conceptual y el 30% restante será la nota de los trabajos teóricos sobre cada una de las habilidades o destrezas que se impartan.

En aquellos casos de alumnos exentos de una sola unidad didáctica, la parte procedimental se sustituye con la realización de un trabajo escrito sobre dichos contenidos procedimentales y la realización de las fichas de clase.

#### Exentos del ámbito procedimental en días aislados.

Deberán realizar una ficha de clase donde se reflejen los diferentes objetivos y ejercicios que se desarrollan en clase. Esta ficha habrá que entregarla al finalizar la clase y a criterio del profesor compensará la falta de participación activa en dicha clase.

#### Alumnos extranjeros que no dominan la lengua castellana.

La parte procedimental tendrá una valoración del 70%. Y la actitudinal el 30%. Quedan exentos de la parte conceptual. En este apartado se incluyen a los alumnos que están en el Aula de Acogida en cualquiera de los niveles.

#### Alumnos con necesidades educativas especiales.

Debido al carácter integrador de esta área, los alumnos con necesidades educativas especiales con un déficit cognitivo, participarán en las clases con el resto de alumnos, siendo la parte procedimental evaluada con el 70% y la actitudinal el 30%.

Si el alumno presenta un déficit motor que le impide participar en la parte práctica de las clases, deberá realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 40% de la nota, el 30% será la nota de la parte conceptual

y el 30% restante será la nota de los trabajos teóricos sobre cada una de las habilidades o destrezas que se impartan.

#### Alumnos que participan en competencias federadas.

Podrán quedar exentos del ámbito procedimental en días muy puntuales, si deben participar en competencias de especial relevancia, y siempre a criterio del profesorado del Departamento que considerará la incompatibilidad de las actividades a desarrollar en clase con las propiamente competitivas.

Los profesores del departamento determinarán las actividades compensatorias que deberán realizar los alumnos que se encuentre en este supuesto.

#### Alumnos que han perdido el derecho a la evaluación continua.

A) Por causas justificada.

El alumno deberá realizar la parte conceptual igual que el resto de sus compañeros (con una valoración del 50%), y la parte procedimental con trabajos sobre la materia (con una valoración del 50%).

B) Por causas injustificadas.

El alumno deberá realizar la parte conceptual igual que el resto de sus compañeros (con una valoración del 50%), y la parte procedimental con trabajos sobre la materia y los exámenes prácticos (con una valoración del 50%).

### RECUPERACIÓN DE SEPTIEMBRE

Los alumnos que no hayan alcanzado los objetos mínimos propuestos para su curso irán a una prueba que se realizará en el mes de Septiembre y cuyos criterios de calificación serán:

- Conceptos: 50%.
- Procedimientos: 50%.

Los alumnos deberán alcanzar un mínimo de 4 puntos en cada uno de los apartados anteriores.

## **14. APLICACIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN AL TRABAJO EN EL AULA.**

Para impartir algunos contenidos procedimentales y conceptuales se utilizará un proyector, ordenador portátil, pantalla, televisión y vídeo.

## **15. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.**

### **7.1 Actuaciones de apoyo ordinario.**

A los alumnos que no alcancen los objetivos mínimos en alguno de los tipos de contenidos, se les proporcionará material conceptual y/o procedimental con el que pueda alcanzar esos objetivos mínimos.

### **7.2. Actuaciones para el alumnado con necesidades educativas especiales.**

Debido al carácter integrador de esta área no consideramos que los alumnos en estas circunstancias deban seguir un plan específico, por lo que aquellos que presenten necesidades educativas especiales por un déficit cognitivo, participarán en las clases con el resto de alumnos, siendo la parte procedimental evaluada con el 70% y la actitudinal el 30%.

Si el alumno presenta un déficit motor, deberá realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 50% de la nota. Y el 50% restante será la nota de la parte conceptual.

Si el alumno presenta un déficit cognitivo y motor, la parte actitudinal supondrá el 100% de su nota.

### **7.3. Actuaciones para el alumnado con altas capacidades intelectuales.**

Este tipo de alumnos participarán en las clases con el resto de sus compañeros, con los mismos criterios de evaluación y calificación que el resto de alumnos.

### **7.4. Actuaciones para el alumnado que se integra tardíamente al sistema educativo.**

A este tipo de alumnos, se le facilitará el acceso a la información conceptual (si tiene dominio de la lengua castellana) y procedimental para que pueda incorporarse a las clases con el resto de sus compañeros.

## **8. ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE LOS ALUMNOS CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.**

Al tener continuidad los diferentes contenidos conceptuales (actividad física y salud), procedimentales (condición física y habilidades y destrezas deportivas) y actitudinales (actitudes de higiene y salud, cooperación, respeto, etc.), los alumnos que tengan la asignatura pendiente del curso anterior podrán recuperarla al aprobar la asignatura en su curso actual. No obstante, el alumno podrá presentarse a una prueba de recuperación del curso anterior que se celebraría en el mes de Junio.

## **9. FOMENTO DE LA LECTURA Y CAPACIDAD DE EXPRESARSE CORRECTAMENTE.**

El hábito de lectura se reforzará con lecturas de bibliografía que complemente las clases conceptuales.

La capacidad de expresarse correctamente se fomentará cuidando que la expresión en clase o en las pruebas conceptuales sea correcta.

## **10. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS QUE SE VAYAN A UTILIZAR.**

Las instalaciones con las que contamos son una pista exterior de fútbol sala y balonmano, baloncesto y voleibol; además de un gimnasio de 22 x 15 metros aproximadamente, con sus respectivos vestuarios y almacén de material y un foso para practicar salto de longitud y realizar alguna de los test de condición física.

También podemos disponer de un pabellón cubierto en las instalaciones del Colegio Hernández Ardieta, próximo al nuestro Centro. Para la utilización de esta instalación debemos organizar el horario de uso conjuntamente con los profesores de Educación Física del citado Colegio.

El Departamento de Educación Física no utilizará libro de texto, pero sí un material que elabora el propio Departamento y pone a disposición de los alumnos.

## **11. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.**

<b>ACTIVIDADES PROGRAMADAS</b>
Salidas al entorno: todos los cursos. Todo el año.
Actividades en el medio natural (senderismo): 3º ESO. Tercer trimestre.
Actividades deportivas durante el primer recreo: todos los cursos. Todo el año.

## **12. EVALUACIÓN DE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE.**

En las diferentes reuniones de Departamento se analizan la práctica docente, los resultados que se obtienen y estrategias para mejorarlos.

	INDICE PROGRAMACIÓN 4º ESO	
1.	Objetivos	
	1.1	Objetivos generales de la etapa.
	1.2	Objetivos generales del área para el cuarto curso.
2.	Distribución temporal de los contenidos.	
3.	Metodología didáctica.	
	3.1	Introducción.
	3.2	Enfoque metodológico general.
	3.3	Organización del trabajo.
	3.4	Principios pedagógicos generales.
	3.5	Modelo de intervención educativa.
	3.6	La organización de los espacios.
4.	Identificación de los conocimientos y aprendizajes necesarios para que el alumno alcance una evaluación positiva en cada curso.	
5.	Procedimientos de evaluación y criterios de calificación.	
	5.1	Criterios de evaluación.
	5.2	Criterios de calificación.
6.	Aplicación de las tecnologías de la información y la comunicación al trabajo en el aula.	
7.	Medidas de atención a la diversidad.	
	7.1	Actuaciones de apoyo ordinario.
	7.2	Actuaciones para el alumnado con necesidades educativas especiales.
	7.3	Actuaciones para alumnado con altas capacidades intelectuales.
	7.4	Actuaciones para el alumnado que se incorpora tardíamente al sistema educativo.
8.	Actividades de recuperación de los alumnos con materias pendientes de cursos anteriores.	
9.	Fomento de la lectura y capacidad de expresarse correctamente.	
10.	Materiales y recursos didácticos que se vayan a emplear.	
11.	Actividades complementarias y extraescolares.	
12.	Evaluación de los procesos de enseñanza y de la práctica docente.	

# PROGRAMACIÓN DOCENTE 4º ESO

## 1. OBJETIVOS.

### OBJETIVOS GENERALES DE LA ETAPA

Según el Decreto número 291/2007, de 14 de septiembre, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia los objetivos generales de la etapa son:

1. Participar y colaborar de manera activa, con regularidad y eficiencia, 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.
2. Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contradicciones 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.
3. Aumentar las propias posibilidades de rendimiento motor mediante la mejora de las capacidades, tanto físicas como motrices, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación personal.
4. Mejorar las capacidades de adaptación motriz a las exigencias del entorno y a su variabilidad.
5. 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.
6. Conocer el cuerpo y sus necesidades, adoptando una actitud favorable 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.
7. 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.
8. Reconocer el medio natural como espacio idóneo para la actividad física, y discriminar aquellas prácticas que pueden causarle cualquier tipo de deterioro.
9. 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.
10. 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.
11. Conocer las posibilidades que el entorno ofrece (espacios, equipamientos e instalaciones) para la práctica de actividad física deportiva.
12. 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.

13. 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.

## **1.2. OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA PARA CUARTO CURSO**

1. Conocer y comprender los aspectos básicos del funcionamiento del propio cuerpo y de las consecuencias para la salud individual y colectiva de los actos y las decisiones personales, y valorar los beneficios que suponen los hábitos del ejercicio físico, de la higiene y de una alimentación equilibrada, así como el llevar una vida sana. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

2. Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contraindicaciones que la práctica regular de la actividad física tiene para la salud individual y colectiva. Así como los efectos negativos que producen determinados hábitos y estilos. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

3. Practicar de forma habitual, sistemática y segura actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y su calidad de vida asumiendo normas de higiene. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

4. Conocer y apreciar el estado de sus capacidades físicas y habilidades motrices y planificar actividades que le permitan satisfacer sus necesidades y ocupar su tiempo de ocio. En relación con las competencias básicas:

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

15. Realizar tareas dirigidas a la mejora de condición física y las condiciones de salud y calidad de vida, haciendo un tratamiento discriminado de cada capacidad. En relación con las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

16. Desarrollar actitudes de autoexigencia y superación en la mejora de las capacidades

físicas y en el perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal con el fin de aumentar sus posibilidades de rendimiento motor. En relación con las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

17. Conocer y practicar las modalidades deportivas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, reconociendo que su práctica representa un fenómeno cultural de gran relevancia social. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

18. Participar, con independencia del nivel de habilidad alcanzado, en juegos y deportes, valorando los aspectos de relación que fomentan y mostrando actitudes de tolerancia y deportividad. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

19. Realizar actividades propias del medio natural que tengan bajo impacto ambiental, valorando las posibilidades que ofrece dicho medio y contribuyendo a su conservación. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

20. Aumentar la independencia y responsabilidad del alumnado involucrándolo en la preparación, organización y realización de actividades deportivas, aprovechando los recursos de su entorno. En relación a las competencias básicas:



- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

21. Conocer y utilizar la relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica físico-deportiva. En relación con las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

22. Valorar, diseñar y practicar actividades rítmico-expresivas como medio de comunicación y desarrollo creativo. En relación con las competencias básicas:

- . Competencia cultural y artística: el empleo de recursos propios de la expresión artística.

## **2. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE LOS CONTENIDOS.**

### **1º Trimestre.**

- Conceptos. Condición física: Fuerza y velocidad. Tipos, aspectos fisiológicos y sistema de trabajo de dichas cualidades físicas. Reglamento de los deportes. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

- Procedimientos.

- Condición física.

- Voleibol: Saque, recepción, colocación, remate y aspectos tácticos básicos.

- Atletismo (vallas y altura)

En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

## **2º Trimestre.**

- Conceptos. Aparato locomotor: Sistema muscular. Componentes, tipos y descripción por regiones. Reglamento de los deportes. En relación a las competencias básicas:
  - . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
  - . Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.
  - . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
  
- Procedimientos.
  - Condición física.
  - Minitenis.
  - Escalada.
  - Rugby/palas.

En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

## **3º Trimestre.**

- Conceptos. Nutrición y deporte: funciones de los nutrientes, balance energético. Reglamento de los deportes. En relación a las competencias básicas:
  - . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
  - . Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.
  - . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
  
- Procedimientos.
  - Condición física.
  - Balonmano: Pase, tiro, bote y aspectos tácticos básicos.
  - Expresión corporal: Ritmo con música, coreografías musicales y repaso de lo anterior.

En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza,

responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia cultural y artística: el empleo de recursos propios de la expresión artística.

### **3. METODOLOGÍA DIDÁCTICA.**

#### **3.1 INTRODUCCIÓN**

Como señala el currículo oficial de Educación Física, la sociedad actual es consciente de la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación aquellos conocimientos, destrezas y capacidades que, relacionados con el cuerpo y su actividad motriz, contribuyen al desarrollo personal y a una mejor calidad de vida. Por este motivo, el objetivo fundamental de esta enseñanza es lograr que los alumnos conozcan los distintos tipos y formas de realización de actividades y ejercicios físicos y los incorporen dentro de sus hábitos normales en su vida adulta. Para alcanzar este objetivo, se establecen una serie de líneas maestras:

#### **3.2 ENFOQUE METODOLÓGICO GENERAL**

Sin olvidar los conceptos y las actitudes, como se explica más adelante, prima el papel de los procedimientos. Esta decisión se asienta en la lógica de que es a través de éstos como se adquieren conceptos, se establecen relaciones entre ellos y se adoptan actitudes positivas hacia la actividad física y la propia salud.

Por otra parte, se define una programación de carácter cíclico: todos los bloques de contenidos del área se contemplan en cada uno de los cursos, con lo que se trabajan siempre todos los procedimientos (habilidades, estrategias, etc.) por medio de diferentes actividades.

#### **3.3. ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO**

El trabajo con los alumnos y alumnas se estructura en dos fases sucesivas:

##### **1) Información**

Se parte siempre de una información teórica (aclaraciones conceptuales, clasificaciones, análisis de técnicas) clara y concisa, que permite una preparación sólida de la práctica.

También se pone de relieve la relación que en cada caso pueda existir entre el contenido de la materia y los contenidos de otras áreas: Ciencias de la Naturaleza en aquellos contenidos que son comunes (funciones orgánicas, hábitos y salud, etc.), y Ciencias Sociales en el análisis de las transformaciones de la sociedad actual que han conllevado un incremento del tiempo de ocio y una importancia social del juego y el deporte.

##### **2) Práctica**

La práctica contempla distintos niveles de realización, en función de la competencia de los alumnos y alumnas. Para ello, se parte de un amplio repertorio de propuestas y ejemplos que desempeña un doble papel:

A) Permitir una selección de ejercicios adecuada a las circunstancias individuales de cada alumno y alumna, es decir, personalizar su plan de trabajo.

B) Facilitar a los propios alumnos unos patrones a partir de los cuales investigar y desarrollar otra serie de ejercicios suplementarios.

En cualquier caso, y sin perjuicio de la necesaria atención a las diferencias individuales que hemos expuesto, se propone siempre una serie de ejercicios considerados básicos cuidadosamente seleccionados para que estén al alcance del alumno o alumna medio y que deben ser dominados.

### 3.4 PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS GENERALES

La Reforma concibe la educación como un proceso constructivo en el que la actitud que mantienen profesor y alumno permite el aprendizaje significativo.

Como consecuencia de esta concepción constructivista de la enseñanza, el alumno se convierte en motor de su propio proceso de aprendizaje al modificar él mismo sus esquemas de conocimiento. Junto a él, el profesor ejerce el papel de guía al poner en contacto los conocimientos y las experiencias previas del alumno con los nuevos contenidos.

La concepción constructivista de la enseñanza permite además garantizar la funcionalidad del aprendizaje, es decir, asegurar que el alumno podrá utilizar lo aprendido en circunstancias reales, bien llevándolo a la práctica, bien utilizándolo como instrumento para lograr nuevos aprendizajes.

Para conseguir una asimilación real de los conocimientos por parte de cada alumno y alumna, los aprendizajes deben ser significativos, es decir, cercanos a sus experiencias y referentes, potencialmente motivadores y realmente funcionales. Deben, asimismo, implicar una memorización comprensiva: los aprendizajes deben integrarse en un amplio conjunto de relaciones conceptuales y lógicas del propio individuo, modificando sus esquemas de conocimiento.

En resumen, el proceso de aprendizaje, entendido dentro de este modelo constructivista que nosotros queremos plasmar en nuestra programación, cumple los siguientes requisitos:

- Parte del nivel de desarrollo del alumnado y de sus aprendizajes previos.
- Asegura la construcción de aprendizajes significativos a través de la movilización de sus conocimientos previos y de la memorización comprensiva.
- Posibilita que los alumnos y las alumnas realicen aprendizajes significativos por sí solos.
- Proporciona situaciones en las que los alumnos y alumnas deben actualizar sus conocimientos.
- Proporciona situaciones de aprendizaje que tienen sentido para los alumnos y alumnas, con el fin de que resulten motivadoras.

### 3.5 MODELO DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA

En coherencia con lo expuesto, varios principios orientan nuestra práctica educativa. Son los siguientes:

- Metodología activa. Supone atender a aspectos íntimamente relacionados, referidos al clima de participación e integración del alumnado en el proceso de aprendizaje:
- Integración activa de los alumnos y alumnas en la dinámica general del aula y en la adquisición y configuración de los aprendizajes.
- **Participación** en el diseño y desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje.
- **Motivación.** Consideramos fundamental partir de los intereses, demandas, necesidades y expectativas de los alumnos y alumnas. También será importante arbitrar dinámicas que fomenten el trabajo en grupo.
- **Atención a la diversidad** del alumnado. Nuestra intervención educativa con los alumnos y alumnas asume como uno de sus principios básicos tener en cuenta sus diferentes ritmos de aprendizaje, así como sus distintos intereses y motivaciones.
- **Evaluación del proceso educativo.** La evaluación se concibe de una forma holística, es decir, analiza todos los aspectos del proceso educativo y permite la retroalimentación, la aportación de informaciones precisas que permiten reestructurar la actividad en su conjunto.

### 3.6 LA ORGANIZACIÓN DE LOS ESPACIOS

La distribución de espacios se formula a partir de los siguientes criterios:

- Incrementar las posibilidades de interacción grupal.
- Potenciar en la actividad escolar un grado de autonomía suficiente.
- Permitir el aprovechamiento de espacios ajenos al propio centro, (desarrollo de Actividades en la Naturaleza o juegos de campo etc.)

En la organización de los espacios tendremos que tener especialmente en cuenta tanto la distribución y espacio utilizado por el material de aprendizaje, como la distribución de los alumnos en ese espacio, ya que suele ser muy frecuente que nos encontremos debido a la heterogeneidad del alumnado con tres zonas bien diferenciadas:

La primera hace referencia a la zona de acción cercana al profesor.

La segunda hace referencia a la zona media que es en la que la mayoría de la gente se ubica.

Por eso hemos de ser conscientes de la distribución de zonas que existe, y manejarlas como recurso didáctico con el objetivo de mejorar nuestra actuación educativa y de optimizar los recursos metodológicos de los que disponemos.

#### **4. IDENTIFICACIÓN DE LOS CONOCIMIENTOS Y APRENDIZAJES NECESARIOS PARA QUE EL ALUMNO ALCANCE UNA EVALUACIÓN POSITIVA EN CADA CURSO.**

. Contenidos conceptuales: obtención, como mínimo, de 4 puntos en cada una de las pruebas teóricas que se realicen. Presentación de los trabajos teóricos que se indiquen en tiempo y forma establecidos.

. Contenidos procedimentales: alcanzar un nivel mínimo de condición física (según baremo del Dpto de Educación Física) y de destrezas en las diversas habilidades deportivas.

. Contenidos actitudinales: participación activa en las clases prácticas o compensar con una ficha de clase realizada correctamente cuando algún problema físico (debidamente justificado) se lo impida, traer una bolsa con útiles de aseo para ser utilizada al finalizar la clase, puntualidad, comportamiento respetuoso hacia los compañeros, profesores y normas de la clase.

#### **5. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.**

##### **5.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

1. Realizar calentamientos generales y específicos adecuados a las actividades físicas que practica. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

2. Utilizar de forma adecuada métodos y actividades que le permitan desarrollar las capacidades físicas respecto a sí mismo y al contexto de referencia. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

3. Diseñar de manera autónoma un plan de trabajo encaminado a la mejor de la resistencia aeróbica y flexibilidad. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

4. Analizar los efectos duraderos que son beneficiosos para la salud del trabajo de fuerza y resistencia muscular. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

5. Aplicar normas básicas de higiene y salud en la práctica de actividades físico-deportivas conociendo además las primeras actuaciones ante lesiones o accidentes que puedan ocurrir durante su realización. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

6. Comportarse respetuosamente con el medio natural y utilizar las técnicas adecuadas en el desarrollo de actividades físicas en la naturaleza. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

7. Coordinar las acciones propias con las del equipo, interpretando la táctica para lograr la cohesión y eficacia cooperativa. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

8. Reconocer y practicar deportes colectivos y de ocio y recreación, aplicando las reglas y la técnica, y elaborando estrategias de ataque y defensa. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.
- . Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

9. Participar de forma activa en la realización de actividades físico-deportivas. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

10. Aceptar las diferencias de habilidad, sin que ello sea objeto de discriminación por razones de sexo, raza, capacidad física y otros. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

11. Utilizar técnicas de relajación para recobrar el equilibrio psicofísico y como preparación para el desarrollo de otras actividades. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

12. Realizar composiciones coreográficas sencillas, cooperando con los compañeros y dándoles un matiz expresivo. En relación a las competencias básicas:

- . Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico: la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).
- . Competencia cultural y artística: el empleo de recursos propios de la expresión artística.

13. Analizar y valorar críticamente los factores sociales y culturales que condicionan la ejecución y aprecio de las actividades físico-deportivas. En relación a las competencias básicas:

- . Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.
- . Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.



## 5.2. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Para calificar a los alumnos se tendrán en cuenta los aprendizajes que éstos hayan realizado sobre los tres tipos de contenidos que se desarrollarán a lo largo del curso.

- Conceptos: La calificación de los alumnos se realizará en función de los trabajos entregados a lo largo del curso, redactados con su propio lenguaje y forma de expresión sin limitarse a copiar o resumir textos, y de una prueba teórica en cada evaluación, obligatoria para todos los alumnos. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.

- Procedimientos: Estos contenidos se calificarán atendiendo a los test de condición física que realizarán los alumnos en diferentes momentos del curso, cuyo baremo será establecido por el Departamento. Para los diferentes deportes y para la expresión corporal se establecerán una serie de pruebas específicas.

En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

- Actitudes: Se utilizará el registro sistemático de los alumnos a través de la observación de su conducta durante las clases: participación activa, actitudes de cooperación y compañerismo, indumentaria adecuada para el desarrollo de la clase práctica, actitudes de higiene y juego limpio, participación en el Programa de Deporte Escolar.

En relación a las competencias básicas:

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

La valoración de estos ámbitos atenderá a los siguientes criterios:

- Conceptos: 30%. Se deberá obtener una calificación mínima de 4 puntos en la prueba escrita para optar a superar la evaluación; es decir, si el alumno obtiene una calificación menor de 4 puntos en este apartado, suspenderá la evaluación.

Para aquellos alumnos que no superen la prueba teórica en alguna evaluación, se realizará una prueba de recuperación por trimestre. Además, si el alumno sigue sin recuperar, podrá presentarse a otra/s recuperación/es en las fechas de evaluación y recuperación de la 2ª y 3ª evaluación. En dichas recuperaciones deberán alcanzar un mínimo de 4 puntos en cada una de las evaluaciones de las que se presente a recuperación.

El Departamento de Educación Física asume la penalización por errores ortográficos y/o de expresión de 0,2 puntos que ha acordado el centro, hasta un descuento máximo de 2 puntos sobre 10 puntos en la nota de la prueba conceptual.

- Procedimientos: 50%. El apartado de condición física tendrá un porcentaje del 40% en este apartado.  
Las pruebas específicas de habilidades y destrezas deportivas tendrán un porcentaje del 60% en este apartado.
- Actitudes: 20%. Se deberá obtener una calificación mínima de 4 puntos en la prueba actitudinal para optar a superar la evaluación; es decir, si el alumno obtiene una calificación menor de 4 puntos en este apartado, suspenderá la evaluación.

#### Exentos del ámbito procedimental.

Deberán realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 40% de la nota, el 30% será la nota de la parte conceptual y el 30% restante será la nota de los trabajos teóricos sobre cada una de las habilidades o destrezas que se impartan.

En aquellos casos de alumnos exentos de una sola unidad didáctica, la parte procedimental se sustituye con la realización de un trabajo escrito sobre dichos contenidos procedimentales y la realización de las fichas de clase.

#### Exentos del ámbito procedimental en días aislados.

Deberán realizar una ficha de clase donde se reflejen los diferentes objetivos y ejercicios que se desarrollan en clase. Esta ficha habrá que entregarla al finalizar la clase y a criterio del profesor compensará la falta de participación activa en dicha clase.

#### Alumnos extranjeros que no dominan la lengua castellana.

La parte procedimental tendrá una valoración del 70%. Y la actitudinal el 30%. Quedan exentos de la parte conceptual. En este apartado se incluyen a los alumnos que están en el Aula de Acogida en cualquiera de los niveles.

#### Alumnos con necesidades educativas especiales.

Debido al carácter integrador de esta área, los alumnos con necesidades educativas especiales con un déficit cognitivo, participarán en las clases con el resto de alumnos, siendo la parte procedimental evaluada con el 70% y la actitudinal el 30%.

Si el alumno presenta un déficit motor que le impide participar en la parte práctica de las clases, deberá realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 40% de la nota, el 30% será la nota de la parte conceptual

y el 30% restante será la nota de los trabajos teóricos sobre cada una de las habilidades o destrezas que se impartan.

#### Alumnos que participan en competencias federadas.

Podrán quedar exentos del ámbito procedimental en días muy puntuales, si deben participar en competencias de especial relevancia, y siempre a criterio del profesorado del Departamento que considerará la incompatibilidad de las actividades a desarrollar en clase con las propiamente competitivas.

Los profesores del departamento determinarán las actividades compensatorias que deberán realizar los alumnos que se encuentre en este supuesto.

#### Alumnos que han perdido el derecho a la evaluación continua.

A) Por causas justificada.

El alumno deberá realizar la parte conceptual igual que el resto de sus compañeros (con una valoración del 50%), y la parte procedimental con trabajos sobre la materia (con una valoración del 50%).

B) Por causas injustificadas.

El alumno deberá realizar la parte conceptual igual que el resto de sus compañeros (con una valoración del 50%), y la parte procedimental con trabajos sobre la materia y los exámenes prácticos (con una valoración del 50%).

### RECUPERACIÓN DE SEPTIEMBRE

Los alumnos que no hayan alcanzado los objetos mínimos propuestos para su curso irán a una prueba que se realizará en el mes de Septiembre y cuyos criterios de calificación serán:

- Conceptos: 50%.
- Procedimientos: 50%.

Los alumnos deberán alcanzar un mínimo de 4 puntos en cada uno de los apartados anteriores.

## **14. APLICACIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN AL TRABAJO EN EL AULA.**

Para impartir algunos contenidos procedimentales y conceptuales se utilizará un proyector, ordenador portátil, pantalla, televisión y vídeo.

## **15. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.**

### **7.1 Actuaciones de apoyo ordinario.**

A los alumnos que no alcancen los objetivos mínimos en alguno de los tipos de contenidos, se les proporcionará material conceptual y/o procedimental con el que pueda alcanzar esos objetivos mínimos.

### **7.2. Actuaciones para el alumnado con necesidades educativas especiales.**

Debido al carácter integrador de esta área no consideramos que los alumnos en estas circunstancias deban seguir un plan específico, por lo que aquellos que presenten necesidades educativas especiales por un déficit cognitivo, participarán en las clases con el resto de alumnos, siendo la parte procedimental evaluada con el 70% y la actitudinal el 30%.

Si el alumno presenta un déficit motor, deberá realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 50% de la nota. Y el 50% restante será la nota de la parte conceptual.

Si el alumno presenta un déficit cognitivo y motor, la parte actitudinal supondrá el 100% de su nota.

### **7.3. Actuaciones para el alumnado con altas capacidades intelectuales.**

Este tipo de alumnos participarán en las clases con el resto de sus compañeros, con los mismos criterios de evaluación y calificación que el resto de alumnos.

### **7.4. Actuaciones para el alumnado que se integra tardíamente al sistema educativo.**

A este tipo de alumnos, se le facilitará el acceso a la información conceptual (si tiene dominio de la lengua castellana) y procedimental para que pueda incorporarse a las clases con el resto de sus compañeros.

## **8. ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE LOS ALUMNOS CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.**

Al tener continuidad los diferentes contenidos conceptuales (actividad física y salud), procedimentales (condición física y habilidades y destrezas deportivas) y actitudinales (actitudes de higiene y salud, cooperación, respeto, etc.), los alumnos que tengan la asignatura pendiente del curso anterior podrán recuperarla al aprobar la asignatura en su curso actual. No obstante, el alumno podrá presentarse a una prueba de recuperación del curso anterior que se celebraría en el mes de Junio.

## **9. FOMENTO DE LA LECTURA Y CAPACIDAD DE EXPRESARSE CORRECTAMENTE.**

El hábito de lectura se reforzará con lecturas de bibliografía que complemente las clases conceptuales.

La capacidad de expresarse correctamente se fomentará cuidando que la expresión en clase o en las pruebas conceptuales sea correcta.

## **10. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS QUE SE VAYAN A UTILIZAR.**

Las instalaciones con las que contamos son una pista exterior de fútbol sala y balonmano, baloncesto y voleibol; además de un gimnasio de 22 x 15 metros aproximadamente, con sus respectivos vestuarios y almacén de material y un foso para practicar salto de longitud y realizar alguna de los test de condición física.

También podemos disponer de un pabellón cubierto en las instalaciones del Colegio Hernández Ardieta, próximo al nuestro Centro. Para la utilización de esta instalación debemos organizar el horario de uso conjuntamente con los profesores de Educación Física del citado Colegio.

El Departamento de Educación Física no utilizará libro de texto, pero sí un material que elabora el propio Departamento y pone a disposición de los alumnos.

## **11. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.**

<b>ACTIVIDADES PROGRAMADAS</b>
Salidas al entorno: todos los cursos. Todo el año.
Actividades en el medio natural (senderismo): 4º ESO. Tercer trimestre.
Actividades deportivas durante el primer recreo: todos los cursos. Todo el año.

## **12. EVALUACIÓN DE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE.**

En las diferentes reuniones de Departamento se analizan la práctica docente, los resultados que se obtienen y estrategias para mejorarlos.

INDICE PROGRAMACIÓN 1º BACHILLERATO	
1.	Objetivos
1.1	Objetivos generales de la etapa.
1.2	Objetivos generales del área para el cuarto curso.
2.	Distribución temporal de los contenidos.
3.	Metodología didáctica.
3.1	Introducción.
3.2	Enfoque metodológico general.
3.3	Organización del trabajo.
3.4	Principios pedagógicos generales.
3.5	Modelo de intervención educativa.
3.6	La organización de los espacios.
4.	Identificación de los conocimientos y aprendizajes necesarios para que el alumno alcance una evaluación positiva en cada curso.
5.	Procedimientos de evaluación y criterios de calificación.
5.1	Criterios de evaluación.
5.2	Criterios de calificación.
6.	Aplicación de las tecnologías de la información y la comunicación al trabajo en el aula.
7.	Medidas de atención a la diversidad.
7.1	Actuaciones de apoyo ordinario.
7.2	Actuaciones para el alumnado con necesidades educativas especiales.
7.3	Actuaciones para alumnado con altas capacidades intelectuales.
7.4	Actuaciones para el alumnado que se incorpora tardíamente al sistema educativo.
8.	Actividades de recuperación de los alumnos con materias pendientes de cursos anteriores.
9.	Fomento de la lectura y capacidad de expresarse correctamente.
10.	Materiales y recursos didácticos que se vayan a emplear.
11.	Actividades complementarias y extraescolares.
12.	Evaluación de los procesos de enseñanza y de la práctica docente.

# PROGRAMACIÓN DOCENTE 1º BACHILLERATO

## 1. OBJETIVOS.

### 1.- OBJETIVOS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

1. Conocer y aplicar instrumentos que le permitan planificar, organizar y practicar actividades físicas y deportivas para satisfacer sus propias necesidades y le sirvan como recurso para ocupar su tiempo, valorándolas como un elemento que favorece el desarrollo personal y facilita la mejora de la salud y calidad de vida.
2. Elaborar y poner en práctica un programa de actividad física y salud, conociendo su nivel de condición física y adoptando una actitud de autoexigencia y responsabilidad en su desarrollo.
3. Participar en actividades deportivas, con independencia del nivel de habilidad alcanzado, valorando los aspectos de relación que conlleva.
4. Planificar, organizar y realizar actividades físico deportivas y recreativas.
5. Reconocer y valorar las técnicas de relajación como recurso para reducir desequilibrios y aliviar tensiones.
6. Conocer las actitudes que caracterizan una vida saludable y adoptar una actitud crítica ante las prácticas que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva..
7. Elaborar composiciones corporales de ritmo y expresión como medio de comunicación y expresión creativa.
8. Conocer y practicar las modalidades deportivas aplicando el reglamento, técnica y táctica en situaciones de juego.
9. Entender las repercusiones sociales, culturales y económicas de las actividades físico-deportivas y conocer los recursos existentes en el entorno para su práctica.
10. Conocer los estudios y salidas profesionales relacionados con la actividad física y el deporte.
11. Planificar, organizar y realizar actividades físico deportivas y recreativas en la naturaleza.

## 2. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE LOS CONTENIDOS.

### 1º Trimestre.

- . Conceptos: Principios y leyes del entrenamiento.
- . Procedimientos:
  - . Condición física.
  - . Expresión corporal.
  - . Organización de actividades deportivas.

### 2º Trimestre.

- . Conceptos: Anatomía funcional del aparato locomotor.
- . Procedimientos:
  - . Condición física.
  - . Deportes alternativos y autóctonos.

- . Baloncesto.
- . Organización de actividades deportivas.

### **3º Trimestre.**

- . Conceptos: Higiene postural y prevención de lesiones. Análisis de ejercicios físicos.
- . Procedimientos:
  - . Condición física.
  - . Deportes de equipo. Trabajo por grupos.
  - . Análisis de artículos científicos y debate sobre los mismos.
  - . Análisis socioeconómico de las actividades físico deportivas de su entorno y propuestas de mejora.
  - . Escalada.
  - . Organización de actividades deportivas.

## **3. METODOLOGÍA DIDÁCTICA.**

### **3.1 INTRODUCCIÓN**

Como señala el currículo oficial de Educación Física, la sociedad actual es consciente de la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación aquellos conocimientos, destrezas y capacidades que, relacionados con el cuerpo y su actividad motriz, contribuyen al desarrollo personal y a una mejor calidad de vida. Por este motivo, el objetivo fundamental de esta enseñanza es lograr que los alumnos conozcan los distintos tipos y formas de realización de actividades y ejercicios físicos y los incorporen dentro de sus hábitos normales en su vida adulta. Para alcanzar este objetivo, se establecen una serie de líneas maestras:

### **3.2 ENFOQUE METODOLÓGICO GENERAL**

Sin olvidar los conceptos y las actitudes, como se explica más adelante, prima el papel de los procedimientos. Esta decisión se asienta en la lógica de que es a través de éstos como se adquieren conceptos, se establecen relaciones entre ellos y se adoptan actitudes positivas hacia la actividad física y la propia salud.

Por otra parte, se define una programación de carácter cíclico: todos los bloques de contenidos del área se contemplan en cada uno de los cursos, con lo que se trabajan siempre todos los procedimientos (habilidades, estrategias, etc.) por medio de diferentes actividades.

### **3.3. ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO**

El trabajo con los alumnos y alumnas se estructura en dos fases sucesivas:

#### **1) Información**

Se parte siempre de una información teórica (aclaraciones conceptuales, clasificaciones, análisis de técnicas) clara y concisa, que permite una preparación sólida de la práctica.

También se pone de relieve la relación que en cada caso pueda existir entre el contenido de la materia y los contenidos de otras áreas: Ciencias de la Naturaleza en aquellos contenidos que son comunes (funciones orgánicas, hábitos y salud, etc.), y Ciencias



Sociales en el análisis de las transformaciones de la sociedad actual que han conllevado un incremento del tiempo de ocio y una importancia social del juego y el deporte.

## 2) Práctica

La práctica contempla distintos niveles de realización, en función de la competencia de los alumnos y alumnas. Para ello, se parte de un amplio repertorio de propuestas y ejemplos que desempeña un doble papel:

A) Permitir una selección de ejercicios adecuada a las circunstancias individuales de cada alumno y alumna, es decir, personalizar su plan de trabajo.

B) Facilitar a los propios alumnos unos patrones a partir de los cuales investigar y desarrollar otra serie de ejercicios suplementarios.

En cualquier caso, y sin perjuicio de la necesaria atención a las diferencias individuales que hemos expuesto, se propone siempre una serie de ejercicios considerados básicos cuidadosamente seleccionados para que estén al alcance del alumno o alumna medio y que deben ser dominados.

## 3.4 PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS GENERALES

La Reforma concibe la educación como un proceso constructivo en el que la actitud que mantienen profesor y alumno permite el aprendizaje significativo.

Como consecuencia de esta concepción constructivista de la enseñanza, el alumno se convierte en motor de su propio proceso de aprendizaje al modificar él mismo sus esquemas de conocimiento. Junto a él, el profesor ejerce el papel de guía al poner en contacto los conocimientos y las experiencias previas del alumno con los nuevos contenidos.

La concepción constructivista de la enseñanza permite además garantizar la funcionalidad del aprendizaje, es decir, asegurar que el alumno podrá utilizar lo aprendido en circunstancias reales, bien llevándolo a la práctica, bien utilizándolo como instrumento para lograr nuevos aprendizajes.

Para conseguir una asimilación real de los conocimientos por parte de cada alumno y alumna, los aprendizajes deben ser significativos, es decir, cercanos a sus experiencias y referentes, potencialmente motivadores y realmente funcionales. Deben, asimismo, implicar una memorización comprensiva: los aprendizajes deben integrarse en un amplio conjunto de relaciones conceptuales y lógicas del propio individuo, modificando sus esquemas de conocimiento.

En resumen, el proceso de aprendizaje, entendido dentro de este modelo constructivista que nosotros queremos plasmar en nuestra programación, cumple los siguientes requisitos:

- Parte del nivel de desarrollo del alumnado y de sus aprendizajes previos.

- Asegura la construcción de aprendizajes significativos a través de la movilización de sus conocimientos previos y de la memorización comprensiva.
- Posibilita que los alumnos y las alumnas realicen aprendizajes significativos por sí solos.
- Proporciona situaciones en las que los alumnos y alumnas deben actualizar sus conocimientos.
- Proporciona situaciones de aprendizaje que tienen sentido para los alumnos y alumnas, con el fin de que resulten motivadoras.

### 3.5 MODELO DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA

En coherencia con lo expuesto, varios principios orientan nuestra práctica educativa. Son los siguientes:

- Metodología activa. Supone atender a aspectos íntimamente relacionados, referidos al clima de participación e integración del alumnado en el proceso de aprendizaje:
- Integración activa de los alumnos y alumnas en la dinámica general del aula y en la adquisición y configuración de los aprendizajes.
- **Participación** en el diseño y desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje.
- **Motivación.** Consideramos fundamental partir de los intereses, demandas, necesidades y expectativas de los alumnos y alumnas. También será importante arbitrar dinámicas que fomenten el trabajo en grupo.
- **Atención a la diversidad** del alumnado. Nuestra intervención educativa con los alumnos y alumnas asume como uno de sus principios básicos tener en cuenta sus diferentes ritmos de aprendizaje, así como sus distintos intereses y motivaciones.
- **Evaluación del proceso educativo.** La evaluación se concibe de una forma holística, es decir, analiza todos los aspectos del proceso educativo y permite la retroalimentación, la aportación de informaciones precisas que permiten reestructurar la actividad en su conjunto.

### 3.6 LA ORGANIZACIÓN DE LOS ESPACIOS

La distribución de espacios se formula a partir de los siguientes criterios:

- Incrementar las posibilidades de interacción grupal.
- Potenciar en la actividad escolar un grado de autonomía suficiente.
- Permitir el aprovechamiento de espacios ajenos al propio centro, (desarrollo de Actividades en la Naturaleza o juegos de campo etc.)

En la organización de los espacios tendremos que tener especialmente en cuenta tanto la

distribución y espacio utilizado por el material de aprendizaje, como la distribución de los alumnos en ese espacio, ya que suele ser muy frecuente que nos encontremos debido a la heterogeneidad del alumnado con tres zonas bien diferenciadas:

La primera hace referencia a la zona de acción cercana al profesor.

La segunda hace referencia a la zona media que es en la que la mayoría de la gente se ubica.

Por eso hemos de ser conscientes de la distribución de zonas que existe, y manejarlas como recurso didáctico con el objetivo de mejorar nuestra actuación educativa y de optimizar los recursos metodológicos de los que disponemos.

#### **4. IDENTIFICACIÓN DE LOS CONOCIMIENTOS Y APRENDIZAJES NECESARIOS PARA QUE EL ALUMNO ALCANCE UNA EVALUACIÓN POSITIVA EN CADA CURSO.**

. Contenidos conceptuales: obtención, como mínimo, de 4 puntos en cada una de las pruebas teóricas que se realicen. Presentación de los trabajos teóricos que se indiquen en tiempo y forma establecidos.

. Contenidos procedimentales: alcanzar un nivel mínimo de condición física (según baremo del Dpto de Educación Física) y de destrezas en las diversas habilidades deportivas.

. Contenidos actitudinales: participación activa en las clases prácticas o compensar con una ficha de clase realizada correctamente cuando algún problema físico (debidamente justificado) se lo impida, traer una bolsa con útiles de aseo para ser utilizada al finalizar la clase, puntualidad, comportamiento respetuoso hacia los compañeros, profesores y normas de la clase.

#### **5. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.**

##### **a. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

1. Realizar calentamientos generales y específicos adecuados a las actividades físicas que practica.
2. Utilizar de forma adecuada métodos y actividades que le permitan desarrollar las capacidades físicas respecto a sí mismo y al contexto de referencia.
3. Diseñar de manera autónoma un plan de trabajo encaminado a la mejoría de las cualidades físicas básicas.
4. Analizar los efectos duraderos que son beneficiosos para la salud del trabajo de fuerza y resistencia muscular.
5. Aplicar normas básicas de higiene y salud en la práctica de actividades físico-deportivas conociendo además las primeras actuaciones ante lesiones o accidentes que puedan ocurrir durante su realización.
6. Comportarse respetuosamente con el medio natural y utilizar las técnicas adecuadas en el desarrollo de actividades físicas en la naturaleza.

7. Coordinar las acciones propias con las del equipo, interpretando la táctica para lograr la cohesión y eficacia cooperativa.
8. Reconocer y practicar deportes colectivos y de ocio y recreación, aplicando las reglas y la técnica, y elaborando estrategias de ataque y defensa.
9. Participar de forma activa en la realización de actividades físico-deportivas.
10. Aceptar las diferencias de habilidad, sin que ello sea objeto de discriminación por razones de sexo, raza, capacidad física y otros.
11. Utilizar técnicas de relajación para recobrar el equilibrio psicofísico y como preparación para el desarrollo de otras actividades.
12. Realizar composiciones coreográficas complejas, cooperando con los compañeros y dándoles un matiz expresivo
13. Analizar y valorar críticamente los factores sociales y culturales que condicionan la ejecución y aprecio de las actividades físico-deportivas.
14. Conocer la interacción del sistema óseo y muscular en la ejecución de actividades físicas y deportivas.

## **5.2. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.**

Para calificar a los alumnos se tendrán en cuenta los aprendizajes que éstos hayan realizado sobre los tres tipos de contenidos que se desarrollarán a lo largo del curso.

- Conceptos: La calificación de los alumnos se realizará en función de los trabajos entregados a lo largo del curso, redactados con su propio lenguaje y forma de expresión sin limitarse a copiar o resumir textos, y de una prueba teórica en cada evaluación, obligatoria para todos los alumnos. En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Competencia en comunicación lingüística, como instrumento de comunicación oral y escrita.

- Procedimientos: Estos contenidos se calificarán atendiendo a los test de condición física que realizarán los alumnos en diferentes momentos del curso, cuyo baremo será establecido por el Departamento. Para los diferentes deportes y para la expresión corporal se establecerán una serie de pruebas específicas.

En relación a las competencias básicas:

. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, la protección de la salud individual y colectiva (dirigido a la mejora de la calidad de vida humana).

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

- Actitudes: Se utilizará el registro sistemático de los alumnos a través de la observación

de su conducta durante las clases: participación activa, actitudes de cooperación y compañerismo, indumentaria adecuada para el desarrollo de la clase práctica, actitudes de higiene y juego limpio, participación en el Programa de Deporte Escolar.

En relación a las competencias básicas:

. Competencia social y ciudadana: mantenimiento de actitudes constructivas, solidarias y responsables.

. Competencia para aprender a aprender: ser capaz de continuar aprendiendo con eficacia y autonomía; manejar de forma eficiente recursos y técnicas de trabajo individual; tener la capacidad de cooperar con los demás y autoevaluarse.

. Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de emprender-desarrollar-evaluar acciones o proyectos, tanto individuales como colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad, sentido crítico y cooperación.

La valoración de estos ámbitos atenderá a los siguientes criterios:

- **Conceptos: 30%.** Se deberá obtener una calificación mínima de 4 puntos en la prueba escrita para optar a superar la evaluación; es decir, si el alumno obtiene una calificación menor de 4 puntos en este apartado, suspenderá la evaluación. Para aquellos alumnos que no superen la prueba teórica en alguna evaluación, se realizará una prueba de recuperación por trimestre. Además, si el alumno sigue sin recuperar, podrá presentarse a otra/s recuperación/es en las fechas de evaluación y recuperación de la 2ª y 3ª evaluación. En dichas recuperaciones deberán alcanzar un mínimo de 4 puntos en cada una de las evaluaciones de las que se presente a recuperación. El Departamento de Educación Física asume la penalización por errores ortográficos y/o de expresión de 0,2 puntos que ha acordado el centro, hasta un descuento máximo de 2 puntos sobre 10 puntos en la nota de la prueba conceptual.
- **Procedimientos: 50%.** El apartado de condición física tendrá un porcentaje del 40% en este apartado. Las pruebas específicas de habilidades y destrezas deportivas tendrán un porcentaje del 60% en este apartado.
- **Actitudes: 20%.** Se deberá obtener una calificación mínima de 4 puntos en la prueba actitudinal para optar a superar la evaluación; es decir, si el alumno obtiene una calificación menor de 4 puntos en este apartado, suspenderá la evaluación.

#### Exentos del ámbito procedimental.

Deberán realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 40% de la nota, el 30% será la nota de la parte conceptual y el 30% restante será la nota de los trabajos teóricos sobre cada una de las habilidades o destrezas que se impartan.

En aquellos casos de alumnos exentos de una sola unidad didáctica, la parte procedimental se sustituye con la realización de un trabajo escrito sobre dichos contenidos procedimentales y la realización de las fichas de clase.

### Exentos del ámbito procedimental en días aislados.

Deberán realizar una ficha de clase donde se reflejen los diferentes objetivos y ejercicios que se desarrollan en clase. Esta ficha habrá que entregarla al finalizar la clase y a criterio del profesor compensará la falta de participación activa en dicha clase.

### Alumnos extranjeros que no dominan la lengua castellana.

La parte procedimental tendrá una valoración del 70%. Y la actitudinal el 30%. Quedan exentos de la parte conceptual. En este apartado se incluyen a los alumnos que están en el Aula de Acogida en cualquiera de los niveles.

### Alumnos con necesidades educativas especiales.

Debido al carácter integrador de esta área, los alumnos con necesidades educativas especiales con un déficit cognitivo, participarán en las clases con el resto de alumnos, siendo la parte procedimental evaluada con el 70% y la actitudinal el 30%.

Si el alumno presenta un déficit motor que le impide participar en la parte práctica de las clases, deberá realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 40% de la nota, el 30% será la nota de la parte conceptual y el 30% restante será la nota de los trabajos teóricos sobre cada una de las habilidades o destrezas que se impartan.

### Alumnos que participan en competiciones federadas.

Podrán quedar exentos del ámbito procedimental en días muy puntuales, si deben participar en competiciones de especial relevancia, y siempre a criterio del profesorado del Departamento que considerará la incompatibilidad de las actividades a desarrollar en clase con las propiamente competitivas.

Los profesores del departamento determinarán las actividades compensatorias que deberán realizar los alumnos que se encuentre en este supuesto.

### Alumnos que han perdido el derecho a la evaluación continua.

#### A) Por causas justificada.

El alumno deberá realizar la parte conceptual igual que el resto de sus compañeros (con una valoración del 50%), y la parte procedimental con trabajos sobre la materia (con una valoración del 50%).

#### B) Por causas injustificadas.

El alumno deberá realizar la parte conceptual igual que el resto de sus compañeros (con una valoración del 50%), y la parte procedimental con trabajos sobre la materia y los exámenes prácticos (con una valoración del 50%).

## RECUPERACIÓN DE SEPTIEMBRE

Los alumnos que no hayan alcanzado los objetos mínimos propuestos para su curso irán a una prueba que se realizará en el mes de Septiembre y cuyos criterios de calificación serán:

- Conceptos: 50%.
- Procedimientos: 50%.

Los alumnos deberán alcanzar un mínimo de 4 puntos en cada uno de los apartados anteriores.

### **6. APLICACIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN AL TRABAJO EN EL AULA.**

Para impartir algunos contenidos procedimentales y conceptuales se utilizará un proyector, ordenador portátil, pantalla, televisión y vídeo.

### **7. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.**

#### **7.1 Actuaciones de apoyo ordinario.**

A los alumnos que no alcancen los objetivos mínimos en alguno de los tipos de contenidos, se le proporcionará material conceptual y/o procedimental con el que pueda alcanzar esos objetivos mínimos.

#### **7.2. Actuaciones para el alumnado con necesidades educativas especiales.**

Debido al carácter integrador de esta área, los alumnos con necesidades educativas especiales con un déficit cognitivo, participarán en las clases con el resto de alumnos, siendo la parte procedimental evaluada con el 70% y la actitudinal el 30%.

Si el alumno presenta un déficit motor, deberá realizar un cuaderno donde anoten el desarrollo de las clases con una valoración del 50% de la nota. Y el 50% restante será la nota de la parte conceptual.

#### **7.3. Actuaciones para el alumnado con altas capacidades intelectuales.**

Este tipo de alumnos participarán en las clases con el resto de sus compañeros, con los mismos criterios de evaluación y calificación que el resto de alumnos.

#### **7.4. Actuaciones para el alumnado que se integra tardíamente al sistema educativo.**

A este tipo de alumnos, se le facilitará el acceso a la información conceptual (si tiene dominio de la lengua castellana) y procedimental para que pueda incorporarse a las clases con el resto de sus compañeros.

## **8. ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE LOS ALUMNOS CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.**

Los alumnos que tengan la asignatura pendiente, la recuperarán examinándose por evaluaciones; la parte procedimental se recuperará mediante trabajos escritos que el profesor concretará (uno por cada evaluación) y una prueba escrita por evaluación para recuperar los contenidos conceptuales. Ambos apartados (procedimental y conceptual) tendrán una valoración del 50% de la nota.

## **9. FOMENTO DE LA LECTURA Y CAPACIDAD DE EXPRESARSE CORRECTAMENTE.**

El hábito de lectura se reforzará con lecturas de bibliografía que complemente las clases conceptuales.

La capacidad de expresarse correctamente se fomentará cuidando que la expresión en clase o en las pruebas conceptuales sea correcta.

## **10. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS QUE SE VAYAN A UTILIZAR.**

Las instalaciones con las que contamos son una pista exterior de fútbol sala y balonmano, baloncesto y voleibol; además de un gimnasio de 22 x 15 metros aproximadamente, con sus respectivos vestuarios y almacén de material y un foso para practicar salto de longitud y realizar alguna de los test de condición física.

También podemos disponer de un pabellón cubierto en las instalaciones del Colegio Hernández Ardieta, próximo al nuestro Centro. Para la utilización de esta instalación debemos organizar el horario de uso conjuntamente con los profesores de Educación Física del citado Colegio.

El Departamento de Educación Física no utilizará libro de texto, pero sí un material que elabora el propio Departamento y pone a disposición de los alumnos.

## **11. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.**

<b>ACTIVIDADES PROGRAMADAS</b>
Salidas al entorno: todos los cursos. Todo el año.
Actividades en el medio natural (senderismo): 1º bachillerato. Tercer trimestre.
Actividades deportivas durante el primer recreo: todos los cursos. Todo el año.



## **12. EVALUACIÓN DE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE.**

En las diferentes reuniones de Departamento se analizan la práctica docente, los resultados que se obtienen y estrategias para mejorarlos.