



IES Matilde Casanova



PROGRAMACIÓN DEL
DEPARTAMENTO DE
EDUCACIÓN FÍSICA 2018/19

ÍNDICE

1.INTRODUCCIÓN
2. DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA 2.1. COMPONENTES DEL DEPARTAMENTO 2.2. NORMAS Y ACUERDOS DEL DEPARTAMENTO 2.3. OBJETIVOS DEL DEPARTAMENTO
3. OBJETIVOS 3.1. OBJETIVOS GENERALES DE LA ESO 3.2. OBJETIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESO 3.3. OBJETIVOS DEL DEPARTAMENTO
4.- LAS COMPETENCIAS CLAVES EN EDUCACIÓN FÍSICA
5. CRITERIOS DE EVALUACION Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
6. CONTENIDOS
7. CORRESPONDENCIA ENTRE CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES Y COMPETENCIAS DE CADA CURSO.
8.- ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS
9.EVALUACIÓN 9.1. EVALUACIÓN INICIAL 9.2. EVALUACIÓN CONTINUA 9.3. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN 9.4. MEDIDAS DE RECUPERACIÓN 9.5. ALUMNADO CON DIFICULTADES 9.6. REDONDEO DE LAS CALIFICACIONES
10. TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS
11. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD
12. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES
13. PROYECTO LINGÜÍSTICO DE CENTRO (PLC)
14. PROYECTO BILINGÜE

1.-INTRODUCCIÓN

La finalidad de la educación secundaria obligatoria consiste en lograr que los alumnos y alumnas adquieran los elementos básicos de la cultura, especialmente en sus aspectos humanístico, artístico, científico y tecnológico; desarrollar y consolidar en ellos hábitos de estudio y de trabajo; prepararles para su incorporación a estudios posteriores y para su inserción laboral y formarles para el ejercicio de sus derechos y obligaciones en la vida como ciudadanos. (MECD, 2014).

La Educación Física contribuirá al logro de estos fines educativos propios de la etapa y recogidos como principios básicos de la **Ley 2/2006, de 3 de mayo, de 2006** (LOE) modificada por la **Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa** (LOMCE):calidad educativa, equidad que garantice la igualdad y no discriminación, valores constitucionales, esfuerzo compartido, educación para la resolución de conflictos, participación de las familias, etc.

En esta etapa y tomando como ejes básicos de la acción educativa el cuerpo y el movimiento, se tratará de dotar a los alumnos/as de las mayores posibilidades de movimiento que contribuyan a la mejora de su competencia motriz y de aquellas competencias asociadas a la salud tal y como establece el **Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato** (RD 1105/2014.)

En Andalucía el currículo se concreta con **la Orden 14 de julio de 2016 y el Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.**

2. DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

2.1. COMPONENTES DEL DEPARTAMENTO

Profesor/a	Cargo/Función
Álvaro Sarmiento Ramírez	Profesor Tutor
Raúl LLanes Aydillo	Jefe del Departamento

2.2. NORMAS Y ACUERDOS DEL DEPARTAMENTO

El Departamento se reunirá semanalmente los LUNES en horario de recreo. Se compromete a colaborar en los acuerdos que se establezcan en beneficio de la tarea docente y del desarrollo de la asignatura. El uso de los espacios y de los materiales se acordará en beneficio del alumnado evitando coincidir en la necesidad de su utilización. En todos los casos, cada curso tendrá derecho a una hora de pabellón a la semana.

El libro de texto será “Proyecto Olimpia”. Editorial serbal.

2.3. OBJETIVOS DEL DEPARTAMENTO

Con respecto a los alumnos/as, en el primer trimestre, el Departamento de Educación Física dará máxima importancia a fomentar hábitos de higiene saludables, ya que cuenta con las instalaciones para hacerlo, y de respeto y buen uso de los materiales y de las instalaciones para que éstas no se deterioren antes de lo que corresponde por el uso normal de las mismas. Esta tarea seguirá realizándose durante todo el curso, ya que pensamos que es un objetivo que hay que mantener siempre vigente.

Por otro lado, se pretende fomentar durante el presente curso la participación en actividades complementarias y extraescolares, pues consideramos que éstas suponen un

complemento del currículo realmente importante para la formación integral del alumnado. Creemos que este tipo de actividades presentan una serie de ventajas con respecto a las actividades tradicionales que se realizan dentro del horario lectivo y del aula ordinaria ya que mejoran las relaciones sociales del alumnado fuera del aula, contribuyen a que los alumnos/as adquieran una mayor autonomía y responsabilidad, fomentan la adquisición o desarrollo de habilidades... en general, aumentan la autoestima del alumnado puesto que ofrecen oportunidades para desarrollar cualidades personales y posibilitan el acceso a diferentes actividades físicas y deportivas que ayudan a desarrollar una disposición favorable hacia una forma de vida y unos hábitos saludables necesarios para el bienestar personal y para la mejora de la calidad de vida.

También nos planteamos, como en años anteriores, seguir mejorando en la organización y almacenamiento de los materiales, para evitar, en lo posible, el deterioro del mismo; y en la concienciación del alumnado para su conservación y mantenimiento.

3. OBJETIVOS

3.1. OBJETIVOS GENERALES DE LA ESO

Según el [REAL DECRETO 1105/2014](#), de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las

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

- 1) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

3.2. OBJETIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESO

La enseñanza de la Educación Física en Enseñanza Secundaria Obligatoria tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos:

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.
12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

3.3. OBJETIVOS DEL DEPARTAMENTO

Con respecto a los alumnos/as, en el primer trimestre, el Departamento de Educación Física dará máxima importancia a fomentar hábitos de higiene saludables y conocer el funcionamiento de nuestro propio cuerpo, además del respeto y buen uso de los materiales y de las instalaciones para que éstas no se deterioren antes de lo que corresponde por el uso normal de las mismas. Esta tarea seguirá realizándose durante todo el curso, ya que pensamos que es un objetivo que hay que mantener siempre vigente.

Por otro lado, se pretende fomentar durante el presente curso la participación en actividades complementarias y extraescolares, pues consideramos que éstas suponen un complemento del currículo realmente importante para la formación integral del alumnado. Creemos que este tipo de actividades presentan una serie de ventajas con respecto a las actividades tradicionales que se realizan dentro del horario lectivo y del aula ordinaria ya que mejoran las relaciones sociales del alumnado fuera del aula, contribuyen a que los alumnos/as adquieran una mayor autonomía y responsabilidad, fomentan la adquisición y desarrollo de habilidades en general, aumentan la autoestima del alumnado puesto que ofrecen oportunidades para desarrollar cualidades personales y posibilitan el acceso a diferentes actividades físicas y deportivas que ayudan a desarrollar una disposición favorable hacia una forma de vida y unos hábitos saludables necesarios para el bienestar personal y para la mejora de la calidad de vida.

Con respecto a lo anterior, este curso se va a intentar incrementar la oferta deportiva en el patio. Además de los ya instaurados partidos de futbito, se va intentar organizar una competición de voleibol.

También nos planteamos, como en años anteriores, seguir mejorando en la organización y almacenamiento de los materiales, para evitar, en lo posible, el deterioro del mismo; y en la concienciación del alumnado para su conservación y mantenimiento.

4.- LAS COMPETENCIAS CLAVES EN EDUCACIÓN FÍSICA

Según la [ORDEN de 14 de julio de 2016](#), por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía; la materia de Educación Física contribuye al desarrollo de todas las competencias clave. Además seguiremos las recomendaciones que nos aportan las la [ORDEN ECD/65/2015](#).

Las competencias del currículo recogidas en el artículo 2 del RD 1105/2014 son las siguientes:

- a) Comunicación lingüística (CL)
- b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT)
- c) Competencia digital (CD)
- d) Aprender a aprender (CAA)
- e) Competencias sociales y cívicas (CSC)
- f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE)
- g) Conciencia y expresiones culturales (CYEC)

A continuación, se muestra la contribución del área de Educación Física a las competencias claves.

COMPETENCIAS CLAVES		
RD 1105/2015 (Artículo 2); Orden ECD/65/2015 (Anexo I); Decreto 111/2016 (Artículo 5); (Orden 14 de julio de 2016 Anexo II)		
COMPETENCIA CLAVE	DEFINICIÓN (ORDEN ECD/65/2015, Anexo I)	CONTRIBUCIÓN DE LA EF (Orden 14 de julio de 2016 Anexo II)
1/a. Competencia en comunicación lingüística (CCL)	Vinculada con prácticas sociales determinadas, en las cuales el individuo actúa como agente comunicativo con otros interlocutores mediante diferentes lenguas y a través de textos en múltiples modalidades, formatos y soportes.	Mediante una amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad físico deportiva.
2/b. Competencia matemática y	a) La competencia matemática requiere de conocimientos sobre los números, las medidas y las	a) Razonamiento matemático en resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte

<p>competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT)</p>	<p>estructuras, así como de las operaciones y las representaciones matemáticas, y la comprensión de los términos y conceptos matemáticos.</p> <p>b) Las competencias básicas en ciencia y tecnología son aquellas que proporcionan una vida física y mental saludable en un entorno natural y social, mejorando la calidad de vida.</p>	<p>orientación, relación entre ingesta y gasto calórico, la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deportes...</p> <p>b) Conservación de la naturaleza, funcionamiento del cuerpo humano, alimentación, uso de instrumentos utilizados en el deporte, etc.</p>
<p>3/c. Competencia digital (CD)</p>	<p>Uso creativo, crítico y seguro de las tecnologías de la información y la comunicación. Requiere de conocimientos de aplicaciones informáticas y del lenguaje específico básico: textual, numérico, icónico, visual, gráfico y sonoro.</p>	<p>Abordando aspectos como el acceso y la gestión de la información que se puede encontrar en Internet en el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos.</p>
<p>4/d. Competencia aprender a aprender (CAA)</p>	<p>Habilidad para iniciar, organizar y persistir en el aprendizaje. Exige la capacidad para motivarse por aprender y para abordar futuras tareas de aprendizaje, y conocer y controlar los propios procesos de aprendizaje para ajustarlos a los tiempos y las demandas de las tareas y actividades que conducen al aprendizaje.</p>	<p>A través de la regulación, planificación, organización y ejecución de la propia actividad física, la cual lo motivará y generará confianza. Esto permitirá al alumnado diseñar su plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma.</p>
<p>5/e. Competencias sociales y cívicas (CSC)</p>	<p>Habilidad y capacidad para utilizar los conocimientos y actitudes sobre la sociedad, para elaborar respuestas, tomar decisiones y resolver conflictos, así como para interactuar con otras personas y grupos conforme a normas basadas en el respeto mutuo y en convicciones democráticas.</p>	<p>Fomentando el respeto, la igualdad, la cooperación y el trabajo en equipo. Las reglas que se establecen en los juegos y los deportes, las normas de seguridad vial, la prevención de lesiones, los primeros auxilios, etc.</p>
<p>6/f. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP)</p>	<p>Capacidad de transformar las ideas en actos. Ello significa adquirir conciencia de la situación a intervenir o resolver, y saber elegir, planificar y gestionar los conocimientos, destrezas o habilidades y actitudes necesarios con criterio propio, con el fin de alcanzar el objetivo previsto.</p>	<p>Otorgando funciones y responsabilidades en la planificación y desarrollo de actividades, el desarrollo del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal.</p>
<p>7/g. Conciencia y expresiones culturales</p>	<p>Implica conocer, comprender, apreciar y valorar con espíritu crítico, con una actitud abierta y respetuosa, las diferentes</p>	<p>A través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad</p>

(CYEC)	manifestaciones culturales y artísticas, utilizarlas como fuente de enriquecimiento y disfrute personal y considerarlas como parte de la riqueza y patrimonio de los pueblos. Incorpora también la capacidad expresiva, estética y creadora, para poder utilizarlas como medio de comunicación y expresión personal.	humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.
--------	--	---

5. CRITERIOS DE EVALUACION Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

Para poder conseguir las competencias claves, el alumnado debe alcanzar los criterios de evaluación concretados a su vez en los estándares de aprendizaje evaluables (EAE). En el criterio se representa el proceso cognitivo, los contenidos necesarios y los contextos donde se producen las competencias claves. De ahí la importancia de los mismos para poder alcanzar las competencias claves. La importancia de estos últimos aspectos radica en que le otorgan el carácter competencial al desempeño (las demostraciones de los conocimientos, habilidades, destrezas y valores desarrollados, como resultado del proceso educativo y su aplicación en la vida cotidiana) que se persigue en el alumnado a través del criterio y su concreción en los estándares evaluables de aprendizaje.

Para poder alcanzar los criterios, se han formulado los estándares evaluables de aprendizaje recogidos en el RD 1105/2014 expresados al final de cada ciclo educativo y para cada curso escolar propuestos por el Departamento de Educación Física. Estos últimos serán los que se integren como auténticos objetivos a desarrollar en las Unidades Didácticas

RELACIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN y EAE	
1º ciclo ESO (RD 1105/2014, Anexo II)	
Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
1. Resolver situaciones	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades

<p>motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p>	<p>específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</p> <p>1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p>
<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.</p>	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>
<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p>	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>
<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p>	<p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las</p>

	<p>actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p>
<p>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.</p>	<p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p>	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>
<p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	<p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>
<p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p>	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.</p>
<p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-</p>	<p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p> <p>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.</p>

expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.
10. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

2º CICLO ESO (RD 1105/2014, Anexo II)

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.	1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características. 1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. 1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.
2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.	2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. 2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los	3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario. 3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes. 3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias

objetivos.	<p>específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.</p> <p>3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.</p> <p>3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.</p> <p>3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.</p>
4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.	<p>4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.</p> <p>4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.</p> <p>4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.</p> <p>4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.</p>
5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.	<p>5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</p> <p>5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.</p> <p>5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.</p> <p>5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.</p>
6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.	<p>6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.</p> <p>6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.</p> <p>6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.</p>
7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los	<p>7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.</p> <p>7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.</p>

<p>medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.</p>	<p>7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.</p>
<p>8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.</p>	<p>8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. 8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás. 8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.</p>
<p>9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.</p>	<p>9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos. 9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida. 9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.</p>
<p>10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.</p>	<p>10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. 10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. 10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.</p>
<p>11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.</p>	<p>11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos. 11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.</p>
<p>12. Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y</p>	<p>12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. 12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus</p>

valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.	conclusiones. 12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.
--	--

6. CONTENIDOS

En Educación Física los contenidos se organizan alrededor de cinco grandes bloques: Salud y calidad de vida, Condición física y motriz, Juegos y deportes, expresión corporal y Actividades físicas en el medio natural.

CONTENIDOS BÁSICOS 1º ESO	
Bloque 1. Salud y calidad de vida.	Características de las actividades físicas saludables. La alimentación y la salud. Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas. Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural. Técnicas básicas de respiración y relajación. La estructura de una sesión de actividad física. el calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física. Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana. Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana. Las normas en las sesiones de educación Física. Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)
Bloque 2. Condición física y motriz.	Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices. Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud. Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices. Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria. Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.
Bloque 3. Juegos y deportes.	Juegos predeportivos. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico- deportivas individuales y colectivas. desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas. equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc. Principios tácticos comunes de las actividades físico- deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración. Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o

	<p>de colaboración-oposición. Objetivos del juego de ataque y defensa. Juegos alternativos, como por ejemplo: hockey escolar, ultimate, rugby escolar, etc. Juegos cooperativos. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas. Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora. desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. La actividad física y la corporalidad en el contexto social. Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.</p>
Bloque 4. expresión corporal	<p>Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. el cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión. Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento. disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.</p>
Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.	<p>realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc. Técnicas de progresión en entornos no estables. Senderismo, y descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo. Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc. respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.</p>

CONTENIDOS BÁSICOS 2º ESO	
Bloque 1. Salud y calidad de vida.	<p>Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana. Características de las actividades físicas saludables. Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud. el descanso y la salud. Técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana. Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc. Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones. el calentamiento general y específico. Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas. Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva. La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la</p>

	<p>elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p>
<p>Bloque 2. Condición física y motriz.</p>	<p>Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas. Indicadores de la intensidad de esfuerzo. Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz. Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable. Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud. Control de la intensidad de esfuerzo. Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.</p>
<p>Bloque 3. Juegos y deportes.</p>	<p>Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas. Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos. Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición. Las fases del juego en los deportes colectivos. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. Situaciones reducidas de juego. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos y predeportivos. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo. desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.</p>
<p>Bloque 4. expresión corporal</p>	<p>Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. el cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. el mimo y el juego dramático. Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas. Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva. Bailes tradicionales de Andalucía. Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.</p>

<p>Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.</p>	<p>Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. Técnicas de progresión en entornos no estables. Técnicas básicas de orientación. Interpretación de la simbología, identificación mapa-terreno/terreno-mapa, orientación del mapa, recorridos guiados, etc. Juegos de pistas y orientación. respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo. Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc. el fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana. Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.</p>
---	--

<p style="text-align: center;">CONTENIDOS BÁSICOS 3º DE ESO</p>	
<p>Bloque 1. Salud y calidad de vida.</p>	<p>Valoración y fomento de la práctica habitual de la actividad física para la mejora de la propia condición física y motriz, y de la calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables. reconocimiento de los efectos positivos de la actividad física sobre los aparatos y sistemas del cuerpo humano y los riesgos y contraindicaciones de la práctica física. La alimentación, la actividad física y la salud. Los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física. La recuperación tras el esfuerzo. Técnicas de recuperación. ejecución de métodos y técnicas de relajación como medio para liberar tensiones. Actitud crítica con las prácticas que tienen efectos negativos para la salud. Fomento y práctica de la higiene personal y los hábitos de vida saludables. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc. Prácticas de los fundamentos de higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones. elaboración y puesta en práctica de calentamientos aplicados a una actividad física específica. La responsabilidad y el respeto a las normas y a las demás personas como elementos determinantes en la consecución de objetivos grupales y la convivencia pacífica. Actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física en el contexto social actual. el fomento de los desplazamientos activos. Protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. norma P.A.S., soporte vital básico. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p>

<p>Bloque 2. Condición física y motriz.</p>	<p>Las capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas. Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. Procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física y motriz. Pruebas para medir las capacidades físicas y las capacidades motrices. Práctica autónoma de métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices enfocados hacia la salud y la vida activa. La condición física y motriz y su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor.</p>
<p>Bloque 3. Juegos y deportes.</p>	<p>Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas. deportes de raqueta como por ejemplo: bádminton, pádel, tenis de mesa, palas, etc. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos y predeportivos. Los golpes. el interés y la motivación como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. Puestos específicos. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. Situaciones reales de juego. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. Análisis de situaciones del mundo deportivo real. desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. Procedimientos básicos de evaluación de la propia ejecución con respecto a un modelo técnico- táctico. La actividad física y la corporalidad en el contexto social. Orígenes del deporte e historia de los Juegos Olímpicos. el deporte en Andalucía.</p>
<p>Bloque 4. expresión corporal</p>	<p>Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. el cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. Creación y puesta en práctica de secuencias de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. Improvisación individual y colectiva como medio de comunicación espontánea. Participación creativa en montajes artístico-expresivos y ajustada a la intencionalidad de estos. el baile y la danza como manifestación artístico-expresiva. ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectivos, como por ejemplo bailes de salón, danzas del mundo, bailes latinos, etc. Creación en colaboración y ejecución de composiciones coreográficas individuales y colectivas con apoyo de una estructura musical. disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.</p>

<p>Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.</p>	<p>realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. Técnicas de progresión en entornos no estables. Técnicas básicas de orientación. elección de ruta, lectura continua, relocalización. estudio de la oferta de actividades y aprovechamiento de las posibilidades que ofrece el entorno cercano para la realización de actividades físicas. Actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, con cuerdas, cabuyería, etc. Fomento de medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.</p>
---	---

<p style="text-align: center;">CONTENIDOS BÁSICOS 4º ESO</p>	
<p>Bloque 1. Salud y calidad de vida.</p>	<p>Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva. La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc. La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas. La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza. Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma. realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz. Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas. el valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas. Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana. desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc. Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso. Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.</p>

<p>Bloque 2. Condición física y motriz.</p>	<p>S Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud. La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz. Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas. Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</p>
<p>Bloque 3. Juegos y deportes.</p>	<p>Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos. La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico- deportivas. Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración- oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambiando de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc. La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones. Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices. Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores. Las características de cada participante. Los factores presentes en el entorno. Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa. Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como de de espectador o espectadora.</p>
<p>Bloque 4. expresión corporal</p>	<p>Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal. Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas. diseño y realización de los montajes artístico- expresivos como por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc.</p>
<p>Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.</p>	<p>realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo: escalada, vela, kayaks, etc. Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía. La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes. Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura. Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura. Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural. Fomento de los desplazamientos activos. Sensibilización de los efectos de las diferentes actividades físicas realizadas en el medio natural y su relación con la forma de vida, la salud y la calidad de vida. Fomento de hábitos y actitudes de</p>

	conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano.
--	---

7. CORRESPONDENCIA ENTRE CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES Y COMPETENCIAS DE CADA CURSO.

Con el fin de determinar los EAE se han seleccionado los siguientes para el presente curso escolar y para su desarrollo a lo largo de las diferentes unidades.

1º ESO (Orden 14 de julio de 2016 Anexo II)	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE PARA 1º ESO Se han subrayado los que se van a desarrollar en el curso.
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIeP.	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</p> <p>1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p>
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad. CCL, CAA, CSC, SIeP, CeC.	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA,	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en</p>

CSC, SIEP.	<p>la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>
<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p>	<p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p>
<p>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora. Cmct, caa.</p>	<p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. Cmct, caa, csc.</p>	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>

<p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. Caa, csc, siep.</p>	<p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>
<p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. Cmct, caa, csc.</p>	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.</p>
<p>9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. Ccl, csc.</p>	<p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p> <p>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.</p> <p>9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>
<p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. Ccl, cd, caa.</p>	<p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p> <p>10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>

<p>11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIeP.</p>	<p>11.1. Participar en actividades físicas de orientación y rastreo en el entorno natural</p>
<p>12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. CCL, Cd, CAA, CSC, CeC.</p>	<p>12.1. Realizar un dossier de juegos populares y tradicionales de Andalucía.</p>
<p>13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva. CCL, Cd, CAA.</p>	<p>13.1 Lleva a cabo una biografía propia sobre actividad física y salud en forma de diario. 13.2. Realizar una valoración personal sobre su estilo de vida y su salud.</p>

<p>2º ESO (Orden 14 de julio de 2016 Anexo II)</p>	<p>ESTANDARES DE APRENDIZAJE PARA 2º ESO Se han subrayado los que se van a desarrollar en el curso.</p>
<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIeP.</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. 1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p>
<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad. CCL, CAA, CSC, SIeP, CeC.</p>	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>

<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>
<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p>	<p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p>
<p>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora. Cmct, caa.</p>	<p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las</p>	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias</p>

<p>mismas. Cmct, caa, csc.</p>	<p>dificultades.</p>
<p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. Caa, csc, siep.</p>	<p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>
<p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. Cmct, caa, csc.</p>	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. 8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas. 8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.</p>
<p>9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. Ccl, csc.</p>	<p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>

<p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. Ccl, cd, caa.</p>	<p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p> <p>10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>
<p>11..Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios. CCL, Cd, CAA,CSC, CeC.</p>	<p>11.1.Elabora un trabajo a ordenador sobre alguna figura deportista de Andalucía donde muestre sus hitos y hazañas más importantes en el mundo del deporte.</p> <p>11.2. Reflexionar sobre los prejuicios y estereotipos asociados a la mujer en el mundo del deporte.</p>
<p>12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIeP.</p>	<p>12.1. Participar en actividades físicas de orientación y rastreo en el entorno natural</p>

<p>3º ESO (Orden 14 de julio de 2016Anexo II)</p>	<p>ESTANDARES DE APRENDIZAJE PARA 3º ESO Se han subrayado los que se van a desarrollar en el curso.</p>
<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIeP.</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</p> <p>1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p>
<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando</p>	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p>

<p>técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad. CCL, CAA, CSC, SIeP, CeC.</p>	<p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>
<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>
<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p>	<p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p>
<p>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora. Cmct, caa.</p>	<p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>

<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. Cmct, caa, csc.</p>	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>
<p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. Caa, csc, siep.</p>	<p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>
<p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. Cmct, caa, csc.</p>	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.</p>
<p>9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. Ccl, csc.</p>	<p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p> <p>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.</p> <p>9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>

<p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. Ccl, cd, caa.</p>	<p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p> <p>10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>
<p>11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIeP.</p>	<p>11.1. Participar en actividades físicas de orientación y rastreo en el entorno natural</p>

<p align="center">2º ciclo ESO (RD 1105/2014, Anexo II)</p>	
<p>4º ESO (Orden 14 de julio de 2016 Anexo II)</p>	<p align="center">ESTANDARES DE APRENDIZAJE PARA 4º ESO Se han subrayado los que se van a desarrollar en el curso.</p>
<p>1. resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIeP.</p>	<p>1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.</p> <p>1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.</p> <p>1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.</p>
<p>2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CCL, CAA, CSC, SIeP, CeC.</p>	<p>2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.</p> <p>2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.</p>

<p>3. resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos. CMCT, CAA, CSC, SIeP.</p>	<p>3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.</p> <p>3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.</p> <p>3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.</p> <p>3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.</p> <p>3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.</p> <p>3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.</p>
<p>4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA.</p>	<p>4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.</p> <p>4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.</p> <p>4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.</p> <p>4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.</p>
<p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud. CMCT, CAA.</p>	<p>5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</p> <p>5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.</p> <p>5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.</p> <p>5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.</p>
<p>6. diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. CMCT,</p>	<p>6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.</p> <p>6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.</p>

CAA, CSC.	6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.
7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas. CAA, CSC, SIeP.	7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales. 7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas. 7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.
8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. CAA, CSC, CeC.	8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. 8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás. 8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.
9. reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno. CMCT, CAA, CSC.	9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos. 9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida. 9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes. CCL, CSC	10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. 10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. 10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.
11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las	11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos. 11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de

<p>discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas. CCL, CAA, CSC, SIeP.</p>	<p>los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.</p>
<p>12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. CCL, Cd, CAA.</p>	<p>12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. 12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones. 12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.</p>
<p>13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIeP.</p>	<p>13.1. Participar en actividades físicas de orientación y rastreo en el entorno natural</p>

8.- ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

Según la ORDEN de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía; los estilos de enseñanza y aprendizaje y la estrategias metodológicas utilizadas generarán climas de aprendizaje que contribuyan óptimamente al desarrollo integral del alumnado y a la mejora de su calidad de vida. Es esencial que el profesorado de Educación Física desarrolle y aplique una gama suficiente de estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje, que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave adaptándose al grupo, a cada alumno y alumna y a los contenidos a trabajar. Se utilizarán tanto técnicas reproductivas como de indagación siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, autonomía, confianza, creatividad y participación del alumnado. Se buscará desarrollar distintas habilidades y estilos cognitivos.

La Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado. Asimismo, se fomentará la actividad física inclusiva, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado.

La Educación Física propiciará ambientes positivos de aprendizaje, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc. Un alto grado de compromiso motor repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz. En relación a la realización de las tareas se buscará implicar responsablemente al alumnado en su proceso de aprendizaje, promoviendo el establecimiento de sus propias metas, y orientándolo hacia la autonomía en la organización y realización del trabajo.

Se diseñarán actividades variadas, de interés para el alumnado y que requiera de su implicación, ofreciéndole posibilidades de elección desarrollando así, en mayor grado, la capacidad de responsabilidad y de elección. El alumnado podrá participar en la toma de decisiones sobre las normas de clase, la elección de actividades, y la evaluación, entre otros aspectos, además de asumir diferentes roles en la realización de las tareas.

En relación a la evaluación, se fomentará la evaluación compartida, promoviendo también la autoevaluación del alumnado. La Educación Física proporcionará al alumnado técnicas de concentración, relajación, toma de conciencia, gestión y autoregulación emocional, aplicables a la vida cotidiana. Se reconocerá y apoyará el progreso del alumnado, partiendo y respetando sus características individuales. Se debe tener en cuenta la importancia del conocimiento de resultados para la motivación del alumnado en su progreso y evolución, por lo que se utilizarán diferentes tipos de feedback adaptados a cada persona y a cada situación. La equidad del profesorado va a favorecer una visión positiva del alumnado hacia la práctica física y su aprendizaje, eliminando estereotipos sobre la misma.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se deben minimizar los posibles riesgos y se deberá implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad se deberá tener en

cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la salvaguarda de la privacidad del alumnado. Para ello se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo de esta etapa educativa.

Como ya se dijo anteriormente, para el desarrollo de los contenidos de esta materia cobra especial importancia la realización de actividades complementarias o extraescolares, pudiéndose establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno así como la colaboración con las familias del alumnado. La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los espacios naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida.

Finalmente, destacar que para el logro de una Educación Física de calidad y, por ende, la mejora de la Educación en general, es necesaria la evaluación de todos los elementos y factores implicados en el proceso de enseñanza y aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

A grandes rasgos, las características que podremos utilizar para la adquisición de los criterios de evaluación serán:

CRITERIOS EVALUACIÓN	CARACTERÍSTICAS
1. Aplicar los fundamentos técnico-tácticos o habilidades motrices específicas, de las actividades físicas deportivas propuestas, para resolver con éxito situaciones motrices individuales adaptadas.	<ul style="list-style-type: none"> - Partir del nivel de competencia motriz. - Diferentes niveles en función del alumnado - Actividades variadas y lúdicas - Diversificación de situaciones para favorecer el éxito.
2. Interpretar y reproducir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.	<ul style="list-style-type: none"> - Progresar de actividades grupales a individuales - No coartar las producciones creativas - Dar tiempo para que se produzcan las respuestas. - Utilizar la música como recurso - Favorecer la reflexión sobre la práctica.
3. Aplicar con éxito los principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración oposición en situaciones reducidas, en función de los	<ul style="list-style-type: none"> - Progresar de situaciones individuales a colectivas - Partir de nivel del alumnado - Individualizar las tareas

objetivos del juego en ataque y en defensa.	- Implicar cognitivamente al alumnado buscando “el porqué de los hechos”
4. Conocer el concepto y clasificación de las capacidades físicas motrices, reconocer la frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria como indicadores de la intensidad de la actividad físico-deportiva, y relacionar la salud con la alimentación, la higiene personal,...	- Partir de la toma de pulsaciones - Propuestas de actividades coevaluación. - Dotar importancia a la hidratación y descanso. - Adaptar al nivel competencial del alumnado. - Realizar actividades compartidas y vivenciales para consolidar aprendizajes.
5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices, relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.	- Utilizar juego como recurso. - Modificación de parámetros estructurales. - Favorecer trabajo cooperativo. - Análisis de situaciones contraindicadas.
6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.	- Cede autonomía al alumnado - Realizar evaluaciones conjuntas con el alumnado - Proponer sesiones dirigidas por el alumnado.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como forma de inclusión social, participando en la resolución de retos cooperativos, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	- Realizar salidas al entorno - Propiciar la práctica en otros momentos escolares. - Incidir respeto normas y adversarios. n - Proponer soluciones democráticas e incitar los procesos de reflexión
8. Conocer y utilizar espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo, en los que practicar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.	- Fomentar actividades física extraescolar. - Coordinación con agentes sociales del entorno. - Practica actividades lugares cercanos colegio
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de la clase de Educación Física	- Análisis de peligros de situaciones deportivas utilizando el calentamiento y la vuelta a la calma para ellos - Favorecer propuestas educativas de primeros auxilios y prevención. - Uso de indumentaria adecuada.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar y seleccionar información, elaborando y compartiendo documentos y/o archivos propios..	- Diversificar el uso de las TIC/TAC - Fomentar el uso del móvil en el aula - Trabajo colaborativo mediante tecnología - Favorecer la mejora de la competencia lingüística.

9.- EVALUACIÓN

9.1.- EVALUACIÓN INICIAL

Para la determinación del nivel de competencia curricular del alumnado, realizaremos una prueba escrita y dedicaremos algunas actividades a la evaluación inicial dentro de la Unidad nº 1 y 2 con el fin de realizar una correcta evaluación inicial y adaptar la programación a los alumnos. Este proceso nos ayudará a determinar en qué casos es necesario realizar una adecuada adaptación curricular y coordinarla desde la acción tutorial. Para la recogida de esa información hemos acudido a familiares, profesores/as de años anteriores y otros medios que seguiremos utilizando como son:

- 1. Cuestionarios:** en ellos recabaremos información sobre sus datos antropométricos, intereses, preferencias deportivas, hábitos de salud y hobbies.
- 2. Cuestionario-Ficha médica:** la rellenarán y firmarán los padres/madres, nos proporcionará datos acerca de posibles lesiones, enfermedades o dificultades para la práctica.
- 3. Tests motores y pruebas prácticas:** para valorar la consolidación en el desarrollo de habilidades y destrezas. Se realizará a través de:

- ✗ Circuito de Habilidades y destrezas.
- ✗ Tareas no definidas.
- ✗ Juego de Representación.
- ✗ Juegos con balón
- ✗ Yincana con mapa.

9.2. EVALUACIÓN CONTINUA:

La evaluación tendrá en consideración tanto el grado de adquisición de las competencias clave como el logro de los objetivos de la etapa.

Los criterios de evaluación y sus correspondientes estándares de aprendizaje serán el referente fundamental para valorar el grado de adquisición de las competencias clave, a través de las diversas actividades y tareas que se desarrollen en el aula.

Para llevar a cabo una evaluación continua real, las tareas, actividades, trabajos finales, pruebas, etc. que realice el alumnado y obtenga una calificación de no apto o de insuficiente podrán ser repetidos en fechas posteriormente. Estos trabajos, pruebas,

actividades etc. podrán ser modificados por el profesorado para atender a la casuística de cada alumno o alumna atendiendo a sus dificultades.

9.3.- INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Los instrumentos de evaluación utilizados por el departamento de Educación Física serán variados e incluyen:

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none">-Pruebas de conocimientos teóricos orales, escritos o prácticos.-Actividades teóricas grupales o individuales.-Fichas de trabajo.- Lecturas obligadas. (libros, artículos, ...).-Visualización de documentales y películas relacionados con la materia.- Trabajos individuales o en grupo.- Webquest-Planillas de observación- Observación directa- Hojas de recogida de datos- Rúbricas- Autoevaluaciones- Evaluación de compañeros- Pruebas prácticas.- Test de capacidades físicas.- Planilla de observación.-Planillas de evaluación por observación directa.

9.4.- MEDIDAS DE RECUPERACIÓN

Alumnado repetidor.

Para aquellos alumnos repetidores que iban bien en Educación Física otorgándoles labores especiales de ayudantes, líderes de equipo, organizadores, etc., aprovechando su experiencia previa e intentando una mayor motivación y participación en las tareas.

Para aquel alumnado que ha repetido curso y que había suspendido nuestra materia, se les hará un seguimiento y se podrá variar tareas o trabajos con el fin de conseguir una mayor participación e involucración en la materia.

Alumnado con trimestre/es (evaluación) anterior/es suspenso/os:

Un alumno con un trimestre suspendido podrá aprobarlo repitiendo los trabajos, ejercicios, etc. realizados anteriormente y suspensos.

Alumnado con Educación Física pendiente.

Para aquel alumnado que quiera recuperar la asignatura de Educación Física de cursos anteriores deberá realizar:

1º.- Responder correctamente un cuaderno de actividades teóricas relacionadas con el temario del curso no aprobado. Este cuadernillo se le dará a principio de curso y deberá ser entregado en forma y tiempo según el calendario de las asignaturas pendientes.

2.- Una vez entregado el cuadernillo y obteniendo una calificación de 5 mayor, el alumnado tiene dos opciones, la primera es aprobar la asignatura del presente curso (unido a la entrega correctamente del cuadernillo se recupera la asignatura) y la segunda es realizar un examen final sobre los contenidos realizados en el cuadernillo.

9.5. ALUMNADO CON DIFICULTADES:

Para los alumnos que no iban bien en Educación Física se fomentará la participación en todas las actividades y tratar de integrarlos en su nuevo grupo así como establecerles un plan personalizado para superar sus dificultades (académicas o físico-deportivas). Dicho plan o programa de refuerzo será llevado a cabo por el profesor que le imparta la asignatura durante el presente curso académico en base a las directrices establecidas en la Orden de 25 de julio de 2008 sobre Atención a la Diversidad.

En el contexto del proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo educativo. Estas medidas se adoptarán en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades y estarán dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias imprescindibles para continuar el proceso educativo.

En el caso que haya alumnos que tengan dificultades, podremos diversificar los instrumentos o bien modificar los porcentajes, por ejemplo, en el caso de alumnos que tengan dificultades para la práctica física. En todo caso, la colaboración con el tutor y la familia será el punto de partida, para adaptar la UDI a sus dificultades.

Para alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo la calificación se orientará hacia el componente del criterio de evaluación más social y afectivo favoreciendo en todo momento su integración escolar.

9.6. REDONDEO DE LAS CALIFICACIONES

Debido a que las calificaciones son número naturales, el redondeo será hacia abajo de de 0 a 0,4 y se redondeará de 0,5 a 0,9 hacia arriba.

10.- TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS

Toda programación es flexible y permiten cambios temporales para adaptarse a las circunstancias del momento. De efectuarse algún cambio durante el curso se recogerá en el libro de actas del departamento E.F.

1º ESO	
TRIMESTRE	UNIDAD DIDACTICA
PRIMER TRIMESTRE	U.D.1.- EL CALENTAMIENTO
	U.D.2.- LA CONDICIÓN FISICA A TRAVÉS DEL JUEGO
	U.D.3.- TEST FÍSICOS
	U.D.4.- DEPORTES ALTERNATIVOS: EL COLPBOL
SEGUNDO TRIMESTRE	U.D.5.- DEPORTE COLECTIVO: VOLEIBOL
	U.D.6.- DEPORTE ADVERSARIO: PALAS
	U.D.7.- LA EXPRESIÓN CORPORAL. COREOGRAFIAS
	U.D.8.- COMBAS
TERCER TRIMESTRE	U.D.9.- JUEGOS TRADICIONALES
	U.D.10.- RETOS CON MATERIAL NO CONVENCIONAL
	U.D.11.- MALABARES I
	U.D.12.- ACT. EN EL MEDIO NATURAL. SENDERISMO Y JUEGOS DE ORIENTACIÓN

2º ESO	
TRIMESTRE	UNIDAD DIDACTICA
PRIMER TRIMESTRE	U.D.1.- CALENTAMIENTO GENERAL
	U.D.2.- JUEGOS PREDEPORTIVOS: EL COLPBOL
	U.D.3.- CONDICIÓN FISICA
	U.D.4.- EL ATLETISMO
	U.D.5.- DEPORTES COLECTIVOS:

SEGUNDO TRIMESTRE	FÚTBOL-SALA
	U.D.6.- DEPORTES COLECTIVOS: BALONCESTO
	U.D.7.- ACTIVIDADES FISICAS EN EL MEDIO NATURAL: SENDERISMO Y MTB
TERCER TRIMESTRE	U.D.8.- EXPRESIÓN CORPORAL: AEROBIC Y DANZAS DEL MUNDO
	U.D.9.- RESPIRACIÓN Y RELAJACIÓN
	U.D.10.- DEPORTES DE RAQUETA
	U.D.11.- ACTIVIDAD FISICA Y SALUD

3º ESO	
TRIMESTRE	UNIDAD DIDACTICA
PRIMER TRIMESTRE	U.D. 1.- EL CUERPO HUMANO Y EL EJERCICIO FÍSICO
	U.D.2.- LA RESISTENCIA
	U.D.3.- LA FLEXIBILIDAD
	U.D.4.- LA FUERZA
	U.D.5.- LA VELOCIDAD
SEGUNDO TRIMESTRE	U.D.6.- EL ATLETISMO. LOS JUEGOS OLIMPICOS
	U.D.7.- LA GIMNASIA ARTÍSTICA II
	U.D.8.- LA MUSICA Y LA EXPRESIÓN
TERCER TRIMESTRE	U.D.9.- EL BALONMANO II
	U.D.10.- EL VOLEIBOL II
	U.D.11.- DEPORTES DE RAQUETA
	U.D.12.-ACTIVIDADES EN EL MEDIO

	NATURAL. ACTIVIDADES ACUATICAS Y EN LA NIEVE.
--	---

4º ESO	
TRIMESTRE	UNIDAD DIDACTICA
PRIMER TRIMESTRE	U.D.1.- CALENTAMIENTO GENERAL Y ESPECÍFICO
	U.D.2.- CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD: TEST FÍSICOS
	U.D.3.- CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD: MÉTODOS DE ENTRENAMIENTO
SEGUNDO TRIMESTRE	U.D.4.- EXPRESIÓN CORPORAL: BAILES
	U.D.5.- ACROSPORT
	U.D.6.- DEPORTES ALTERNATIVOS
TERCER TRIMESTRE	U.D.7.- DEPORTES COLECTIVOS
	U.D.8.- MALABARES II
	U.D.9.- ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL: SENDERISMO, PIRAGÜISMO Y DESCENSO DE BARRANCOS

11.- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

En la LOMCE y en el RD 1105/2014 se establece que serán los centros docentes quienes deberán organizar la respuesta educativa para alumnos que puedan tener dificultades a lo largo del proceso educativo estableciendo las medidas curriculares y organizativas oportunas que aseguren su adecuado progreso. Por tanto, el principio de inclusión considera

que todas las personas pueden llegar a tener necesidades educativas y que todos somos diferentes.

Tal y como establece Orden 14 de julio de 2016 que regula el currículo, evaluación y diversidad en la etapa de la ESO en Andalucía las medidas para atender a la diversidad del alumnado se organizarán, con carácter general, desde criterios de flexibilidad organizativa y atención inclusiva, con el objeto de favorecer las expectativas positivas del alumnado sobre sí mismo. En todo momento, seguiremos las actuaciones recogidos en el Proyecto Educativo en el apartado “Atención a la Diversidad” y los acuerdos alcanzados en el Departamento de Educación Física.

Tomaremos como referencia para la aplicación de medidas de atención a la diversidad tanto la Orden de 25 de julio de 2008 como en las Instrucciones de 8 de marzo de 2017 que actualiza el protocolo de detección de alumnos con necesidades educativas específicas de apoyo educativo.

Entre todas las medidas de atención a la diversidad tanto organizativas como curriculares que el centro ofrece a los alumnos (agrupamientos flexibles, desdobles, refuerzo en las instrumentales, agrupación de áreas en ámbitos, etc.) destacaremos las siguientes:

MEDIDAS	DESARROLLO
Planes Específicos alumnos repetidores	Alumnos que hayan repetido y tengan el área suspensa, se le hará un seguimiento de sus logros y dificultades para favorecer el tránsito al siguiente curso. Se les intentará motivar, para ello se les utilizará de referentes al haber cursado los contenidos. Grupos flexibles adecuando a sus necesidades según cada UDI. Seguimiento más cercano, ya que la mayoría de ellos suspenden la asignatura por falta de asistencia o participación.
Actividades de Refuerzo de aprendizajes no adquiridos en trimestres anteriores.	Aquellos alumnos que tengan una valoración negativa o dificultades de aprendizaje de trimestres anteriores, se les propondrá a lo largo de las unidades sucesivas, la recuperación de aprendizajes
Planes personalizados para alumnos que promocionan con la materia suspensa	Se les elabora un cuaderno teórico. Con el libro de texto se debe responder a las tareas. Si los alumnos presentan desfases curriculares se les podrá realizar una adaptación no significativa.
Programas de enriquecimiento curricular.	Aquellos alumnos que superen los objetivos y competencias con facilidad se le propondrán actividades de enriquecimiento como actividades de ampliación, ayuda alumnos, preparación

	de sesiones, etc.
Adaptaciones Curriculares No Significativas.	Se llevarán a cabo con aquellos alumnos con ACNEAE que presenten al menos un año de desfase curricular en el área. Implicará modificaciones en la metodología tales como trabajo en grupos, mayor tiempo de respuesta, simplificación de trabajos, exámenes, organización, temporalización y presentación de los contenidos.
Adaptaciones Curriculares Significativas.	Se llevarán a cabo con aquellos alumnos con necesidades educativas especiales que presenten al menos dos años de desfase curricular en el área. Los criterios de evaluación establecidos en dichas adaptaciones curriculares serán el referente fundamental. Requerirá que conlleven un desfase de al menos dos cursos educativos.
Adaptaciones alumnos con sobredotación intelectual	Se le propondrán medidas de atención a la diversidad (ACAI) según su informe.

De forma general para el diseño de estas actividades, seguiremos de cerca las aportaciones de Ríos Hernández (2007) y Méndez (1999):

ADAPTACIONES PEDAGÓGICAS.	ADECUACIÓN APRENDIZAJE.
Apoyo verbal, manual o visual. División del movimiento en secuencias. Tiempo adecuado entre explicación y ejecución. Aumentar repeticiones.	Utilización de materiales que permita la creatividad. Eliminar las fuentes de distracción. Variación de condiciones del material empleado. Alumnos tutores y mediadores de conflictos.
SIMPLIFICACIÓN PERCEPCIONES	SIMPLIFICACIÓN DEL GESTO
Emplear balones de colores vivos, de diferentes dimensiones y materiales. Modificar la trayectoria, velocidad y tamaño de los móviles. Variar alturas y distancia de los pases y lanzamientos.	Andar en lugar de correr. Modificar la posición de juego para favorecer el equilibrio. Reducir la distancia de los desplazamientos y lanzamientos. Inspirar confianza y seguridad.
MODIFICACIÓN PARÁMETROS ESTRUCTURALES JUEGOS	
Adaptación de las reglas de juego para favorecer la participación, reducir la fatiga... Situación al alumno en un puesto concreto dentro del juego en función de sus aptitudes y posibilidades. Ubicar varias metas o porterías para facilitar la ejecución. Modificar el tamaño o características (balones sonoros) de los móviles. Ampliar tiempos de respuestas. Dar privilegios en los juegos (casas y zonas de descanso). Disminuir las obligaciones en los juegos (pasar con la mano en lugar del pie). Reducir o ampliar las dimensiones del terreno de juego para reducir las exigencias físicas y de coordinación dinámica general.	

Desde un punto de vista metodológico seguiremos las aportaciones del Proyecto Educativo, pero realizando adaptaciones al área de Educación Física:

- Se propondrán actividades con diferentes niveles de solución y de adaptación.
- Se diversificará aquellas actividades que presenten dificultades al alumnado según sus capacidades y limitaciones.
- Se priorizarán los aspectos sociales y afectivos cuando las dificultades lo requieran.
- Potenciar grupos de enseñanza donde unos alumnos ayudan a otros.
- Emplear estrategias que favorezcan la motivación y amplíen los intereses de los alumnos.
- Utilización de ejemplos concretos en aprendizajes más abstractos, secuenciación de las tareas en diferentes pasos.
- Se diversificarán las organizaciones y estilos para facilitar la consecución de los objetivos.
- Se propondrán actividades individualizadas dejando tiempo suficiente para mejorar la competencia del alumno/a.

En muchas ocasiones habrá alumnos que por diversos motivos (lesión, enfermedad, olvido del chándal, etc.) no puedan hacer práctica. Tendremos en cuenta para su integración las siguientes consideraciones:

- 1) En cualquier caso, solicitaremos una justificación familiar y/o médica, para verificar tal enfermedad, lesión, malestar, etc.
- 2) Propondremos tareas como arbitraje, recogida de material, registro de sesión colaboración retirada/puesta de material, observación de clase, ayudar a sus compañeros en clases, animando, corrigiendo, etc modificando en su caso los criterios de calificación de la UDI dado que en muchas ocasiones no podrán realizar práctica.

Como docentes debemos ofrecer la posibilidad de adaptar y flexibilizar esta programación cuando tengamos casos de necesidades específicas de apoyo educativo que bien por sus condiciones personales o sociales requieren de una atención de carácter especial.

12.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

La especial importancia que adquiere los contenidos procedimentales en nuestra área hace que sean varias las actividades que son susceptibles de incorporarse a la Programación General. Advertimos, no obstante, que la dificultad organizativa o la ligazón que las une son aspectos difícilmente garantizables a priori (tiempo climático, disponibilidad de instalaciones, fechas a expensas de la organización del centro o de otras instituciones, etc.) hacen que no se puedan concretar más las actividades que se recogen en este apartado y que, en algunos casos, su realización sea imposible ya que su realización depende en ocasiones de factores exógenos (número de participantes, disponibilidad de recursos, disponibilidad de profesorado, etc..) pero que consideramos de gran interés educativo y fundamental para completar el currículum de nuestra área.

En la programación se utilizan las actividades complementarias y extraescolares como elemento de motivación y por ello se suelen organizar con asiduidad, siempre siguiendo las directrices marcadas por la Junta de Andalucía en la Orden del 14 de Julio de 1998, donde se regulan las mismas.

Evidentemente, existirá una adecuada coordinación con el Departamento de Actividades Complementarias y Extraescolares y se fomentará la práctica deportiva y recreativa tanto en horario escolar como extraescolar.

ACTIVIDAD	FECHA PREVISTA Y DURACIÓN	NIVEL	OBJETIVOS PREVISTOS	RECURSOS NECESARIOS	FINANCIACIÓN
------------------	--	--------------	----------------------------	--------------------------------	---------------------

Carrera de navidad	1º trimestre	1º ESO	Practica real de lo aprendido en relación a la resistencia	dorsales	Peña Sevillista
Carrera Solidaria	2º trimestre	TODA LA ESO	Practica real de lo aprendido en relación a la resistencia	Dorsales, vallado, etc.	Save The Children.
Algaba-Olimpiadas	2º trimestre	3º y 4º	Participar en competiciones deportivas con compañeros de otros centros.		IES Matilde Casanova
Jornadas SADUS	3º trimestre	4º ESO	Participar en actividades deportivas alternativas. Fomentar espíritu deportivo y cooperativo.	Autobús	El alumnado.
Visita al gimnasio	1º Trimestre	3 y 4 ESO	Conocer el funcionamiento de un gimnasio y ver in situ los sistemas de entrenamiento	nada	ninguna

13. PROYECTO LINGÜÍSTICO DE CENTRO (PLC):

La materia de Educación Física seguirá las líneas de trabajo del Proyecto Lingüístico de Centro, los cuales serán:

a) Puesta en práctica del Manual de estilo y desarrollo de la oralidad:

- Encabezamiento de exámenes unificado para todas las materias, OBLIGATORIO para 1º y 2º ESO y recomendado en los cursos superiores.
- Pautas para la realización de trabajos manuscritos, digitales, presentaciones en soporte digital, exposiciones orales, etc.
- Rúbrica de evaluación del cuaderno del alumno.
- Realización de, al menos, una exposición oral por materia a lo largo del curso, que deberá ser recogida en las diferentes Programaciones Didácticas.
- Actividad de repaso “Qué hicimos la última clase”.
- Rúbrica de evaluación de las exposiciones orales.
- Pautas para la elaboración de podcast y la correspondiente rúbrica de evaluación.

b) Proyecto lector y Biblioteca escolar:

Es un proyecto que se trabaja a nivel de centro y que, por lo tanto, incluye a todas las áreas. La selección de los libros de lectura es realizada por los Departamentos y por la coordinación de biblioteca, y es revisada de manera anual por cada departamento con el fin de incluirla en el PLC y en el Plan Lector.

La asignatura de EF colaborará mayoritariamente en el aprendizaje y utilización de los textos prescriptivos (instrucciones, normas, consejos, videotutorial, etc.). También colaborará con los textos Expositivos, a través de la narración y defensa de juegos, trabajos o investigaciones, etc.

14. PROYECTO BILINGÜE:

Durante el año académico 2018/2019, el curso de 1º de la ESO será bilingüe en el idioma de inglés. Una característica fundamental a destacar de estos alumnos y alumnas es que no han cursado la etapa de primaria en el idioma bilingüe de inglés.

Es por tanto que la profundización de los contenidos de Educación Física en inglés dependerá del entendimiento de éstos por parte del alumnado. Tal y como se nos marca en las instrucciones del 7 de junio de 2017 sobre la organización y funcionamiento de la enseñanza bilingüe, las áreas no lingüísticas (ANL) impartirán clases entre un 50% y un 100% en el idioma bilingüe.

Esta misma Instrucción deja claro que se priorizarán el desarrollo de los objetivos propios del área, materia o módulo sobre la producción lingüística, que no deberá influir negativamente en la valoración final del área.

Debido a que la asignatura de Educación Física es predominantemente práctica, el trabajo bilingüe se basará en la comunicación verbal o oral con el alumnado, pudiéndose fomentar el trabajo bilingüe en:

- Directrices o reglas de las actividades de clase.
- Explicaciones en el idioma bilingüe elegido.
- Feedbacks durante la clase.
- En exámenes escritos, incluir enunciados o apartados sencillos en el idioma bilingüe
- En la medida de lo posible se incentivará al alumnado a hablar en el idioma bilingüe
- En la entrega de trabajos teóricos o exámenes teóricos, añadir un apartado en el idioma bilingüe.

15. PLAN ESCUELA TIC 2.0.

La materia de E.F. colaborará con este plan mediante el uso del móvil en clases (uno de cronómetro, toma de pulsaciones, fotos de trabajos, aplicaciones relacionadas con la actividad física y deporte, etc.), uso de blogs del profesorado, realización de trabajos digitales, búsqueda de información en internet, etc.