None
None Logroño (La Rioja)
None

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE 1º ESO

ASIGNATURA:

EDUCACIÓN FÍSICA

I.E.S. Tomás Mingot 2026/2027

Fechas de comienzo y fin

Inicio aproximado: 09-09-2026

Finalización aproximada: 20-06-2027

Jefe del departamento responsable de la programación

Raquel Ruiz Sánchez

Docentes implicados en el desarrollo de la programación

- Raquel Ruiz Sánchez
- Alberto Valdecantos Delgado

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN

2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS EN EDUCACIÓN FÍSICA Y SU CONEXIÓN CON LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS

3. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL A LO LARGO DE LAS EVALUACIONES DE LOS SABERES BÁSICOS CORRESPONDIENTES A LA MATERIA EN FORMA DE UNIDADES DE PROGRAMACIÓN.

4. DESCRIPCIÓN DE LAS SITUACIONES DE APRENDIZAJE (Competencias específicas, criterios de evaluación, saberes básicos y aspectos metodológicos)

5. METODOLOGÍA DIDÁCTICA DE LA MATERIA

6. PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

7. ORGANIZACIÓN Y SEGUIMIENTO DE LOS PLANES DE RECUPERACIÓN DEL ALUMNADO CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.

8. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

9. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

1. INTRODUCCIÓN

Las programaciones didácticas son los documentos institucionales de planificación de las enseñanzas en los que los centros concretarán el currículo establecido en el *Decreto 42/2022, de 13 de julio, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y se regulan determinados aspectos sobre su organización, evaluación, promoción y titulación en la Comunidad Autónoma de La Rioja.*

Esta programación pertenece al Departamento de Educación Física del curso 2026-2027 del IES Tomás Mingot de Logroño.

La Educación Física en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria da continuidad al trabajo realizado en la etapa anterior y a los retos clave que en ella comenzaron a abordarse, que pasan, entre otros, por conseguir que el alumnado consolide un estilo de vida activo, asiente el conocimiento de la propia corporalidad, disfrute de las manifestaciones culturales de carácter motor, integre actitudes eco socialmente responsables o afiance el desarrollo de todos los procesos decisionales que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a construir a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial e indisociable del propio aprendizaje.

Las competencias establecidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica, junto a los objetivos generales de esta etapa, han concretado el marco de actuación para definir una serie de competencias específicas de esta materia. Este nuevo elemento curricular se convierte en el referente a seguir para dar forma a la nueva Educación física que se pretende desarrollar: más competencial, actual y alineada con los retos del siglo XXI.

Las competencias específicas de la materia de Educación Física recogen y sintetizan estos retos para consolidar un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado perpetuarlo a lo largo de su vida a través de la planificación autónoma y la autorregulación de su práctica física y de todos los componentes que afecten a la salud.

La motricidad se desarrollará en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas, con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. La resolución de situaciones motrices en diferentes espacios permitirá al alumnado afrontar la práctica motriz con distintas finalidades: lúdica, agonística, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa, catártica o de interacción con el medio urbano y natural.

Para abordar con posibilidades de éxito las numerosas situaciones motrices a las que se verá expuesto el alumnado a lo largo de su vida, será preciso desarrollar de manera integral capacidades de carácter cognitivo y motor, pero también afectivo motivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social. De este modo, el alumnado tendrá que aprender a gestionar sus emociones y sus habilidades sociales en contextos variados de práctica motriz.
El alumnado también deberá reconocer y valorar diferentes manifestaciones de la cultura motriz, como parte relevante del patrimonio cultural, expresivo y artístico, que pueden convertirse en objeto de disfrute y aprendizaje. Este conocimiento en profundidad deberá dirigirse a comprender, entre otros, el lugar que ocupa el deporte en la sociedad actual, así como sus implicaciones en el

ámbito económico, político, social y de la salud, como máxima representación de la cultura motriz en la actualidad.

Finalmente, se continuará insistiendo en la necesidad de convivir de manera respetuosa con el medio ambiente y con los seres vivos que habitan en él, desarrollando para ello actividades físico-deportivas en contextos variados y participando en su organización desde planteamientos basados en la conservación y la sostenibilidad.

El grado de desarrollo y consecución de las diferentes competencias específicas de la materia será evaluado a través de los criterios que constituyen el referente para llevar a cabo el proceso.

La relación existente entre los criterios de evaluación y los saberes básicos permitirá integrar y contextualizar la evaluación en el seno de las situaciones de aprendizaje a lo largo de la etapa.

Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en cinco bloques. Estos saberes deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Como consecuencia de ello, se deberá evitar centrar las situaciones de aprendizaje exclusivamente en un único bloque, tratando de integrar saberes de distintas procedencias.

- El bloque titulado Vida activa y saludable aborda los tres componentes de la salud: física, mental y social, a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos de práctica físico-deportiva, rechazando comportamientos antisociales, discriminatorios o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos, además de la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.

- El segundo bloque Planificación y resolución de problemas en situaciones motrices tiene un carácter transdisciplinar y aborda cinco aspectos clave: la planificación y autorregulación de proyectos motores, la elección de la práctica física y la preparación de la práctica motriz. La toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales,
cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.

- El tercer bloque Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices se centra, por un lado, en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, mientras que, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones inclusivas y constructivas entre los participantes en este tipo de
contextos motrices, la asunción de responsabilidades en el trabajo en grupo, la búsqueda de un resultado óptimo, participando activamente y respetando las normas y reglas establecidas.

- El cuarto bloque Manifestaciones de la cultura motriz abarca tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.

• Y, por último, el bloque Interacción eficiente y sostenible con el entorno incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

Por la vital influencia del movimiento en el aprendizaje, se recomienda el desarrollo de distintas situaciones de aprendizaje que incorporen el movimiento como recurso, así como enfoques y proyectos interdisciplinares en la medida que sea posible. Estas situaciones integrarán procesos orientados a la adquisición de las competencias y deberán enfocarse desde diferentes bloques de saberes, evitando centrarse en uno de manera exclusiva y simultáneamente, desde la articulación con elementos plurales como son las diferentes opciones metodológicas de carácter participativo, modelos pedagógicos, el tipo y la intención de las actividades planteadas, la organización de los grupos, la consolidación de una autoestima positiva o la creación de una conciencia de grupo-clase. Será igualmente importante tener en cuenta la regulación de los procesos comunicativos, el desarrollo de las relaciones interpersonales, la conversión de espacios y materiales en oportunidades de aprendizaje o la transferencia del conocimiento adquirido a otros contextos sociales próximos que permitan comprobar el valor de lo aprendido; aspecto este último clave para una sociedad más justa y equitativa. Todos estos procesos deben establecerse en función de la interrelación de los saberes, el docente, el alumnado y el contexto en el que se aplican; pero, sobre todo, teniendo claro por qué y para qué se utilizan.

2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS EN EDUCACIÓN FÍSICA Y SU CONEXIÓN CON LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS

Las competencias específicas de la asignatura y su conexión con la descriptores de salida son:

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida:CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3.

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o

contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3.

4. Participar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la
motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4.

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM5, CC4, CE1 y CE3.

3. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL A LO LARGO DE LAS EVALUACIONES DE LOS SABERES BÁSICOS CORRESPONDIENTES A LA MATERIA EN FORMA DE UNIDADES DE PROGRAMACIÓN.

Las unidades de programación organizan la acción didáctica orientada hacia la adquisición de competencias. En este proceso se desarrollan los saberes básicos (conocimientos, destrezas y actitudes), cuyo aprendizaje resulta necesario para la adquisición de competencias.

Los saberes básicos desarrollados en cada unidad de programación son impartidos en clase a través de las denominadas situaciones de aprendizaje. Éstas, a su vez, se evalúan a través de procedimientos de evaluación.

En este apartado, se muestran secuenciadas las diferentes unidades de programación asociadas con la materia (Educación Física de 1º de ESO). También se indican las fechas aproximadas de comienzo de cada una de las unidades así com el número de periodos lectivos que se estima serán necesarios para impartir la docencia correspondiente.

Comienzo aprox.	Nombre de la unidad de programación (UP)	Periodos
09-09-2026	1.- Presentación de los compañeros/as y el centro	8

05-10-2026	2.- Aprendiendo a cooperar con las cualidades físicas básicas	10
09-11-2026	3.- Deportes y juegos de golpeos con la mano	12
11-01-2027	4.- La capoeira, las habilidades luctatorias y las gimnásticas	10
15-02-2027	5.- Nutrición, resistencia cardiovascular y primeros auxilios	12
05-04-2027	6.- Orientación en el medio natural	2
12-04-2027	7.- Juegos de Frisbee y/o Ringo polaco auto construido.	6
03-05-2027	8.- Expresión corporal/ mimo	8
01-06-2027	9.- Juegos y deportes adaptados	4

4. DESCRIPCIÓN DE LAS SITUACIONES DE APRENDIZAJE (Competencias específicas, criterios de evaluación, saberes básicos y aspectos metodológicos)

UNIDAD 1.- PRESENTACIÓN DE LOS COMPAÑEROS/AS Y EL CENTRO

Situación de Aprendizaje 1: "¿Quiénes somos y dónde estamos?"

Descripción de la situación de aprendizaje:

Situación de aprendizaje con el objetivo de colaborar en la transición del alumnado de primaria a secundaria; mejorando el conocimiento entre compañeros/as del mismo grupo o nivel, así como de los espacios del centro. Iniciar hábitos preventivos, higiénicos y de comportamiento en la asignatura, tales como el calentamiento, el cambio de camiseta, el uso de vestimenta y calzado adecuado, puntualidad y el respeto a los compañeros y al trabajo en equipo.

Se realiza metodológicamente mediante juegos, donde priman los de conocimiento con el grupo completo y pequeñas tareas y dinámicas en pequeños grupos.

La actividad de convivencia de La Grajera se realiza antes de las fiestas de San Mateo, es una actividad planificada por el centro y diseñada por el Departamento de educación física y el Departamento de Orientación y convivencia, llevada a cabo con la ayuda de los tutores de 1º ESO, entre otros. Esta actividad tiene la intención de mejorar los lazos y el conocimiento entre los alumnos de los 3 centros adscritos recién llegados distribuidos en los diferentes grupos. A nivel curricular, se valorará en la competencia 5 de la asignatura siendo obligatoria y complementaria.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

3.- Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando u n a actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

5.- Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según e l entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

Criterios de evaluación valorados en esta situación de aprendizaje:

1.2.- Progresar en el conocimiento de su propio cuerpo desarrollando progresivamente capacidades físicas que le permitan disfrutar de las posibilidades de movimiento y mejorar su capacidad de relación con los demás, incorporando gradualmente de manera autónoma procesos de activación corporal e incluyendo algunos indicadores de intensidad en la práctica de actividad física con el fin de lograr una práctica saludable de las mismas.

1.4.- Conocer medidas de actuación generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad físico deportiva. y las pautas generales de actuación en accidentes y lesiones deportivas, reconociendo las situaciones de riesgo, procediendo de acuerdo con los protocolos de intervención y aplicando de manera responsable y con progresiva autonomía medidas básicas de primeros auxilios

1.6.- Implicarse con esfuerzo e interés en el desarrollo de su formación y madurez participando y comprometiéndose con los objetivos de su aprendizaje, demostrando responsabilidad en sus actos, acrecentando su capacidad de trabajo, manifestando autoexigencia en la ejecución de las acciones, y respetándose así mismo, a los demás, al material y las instalaciones.

3.3.- . Relacionarse, comunicarse y entenderse con el resto de participantes en la realización de las prácticas motrices, utilizando con progresiva autonomía habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia.

5.1.-. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, disfrutando del entorno de manera sostenible y saludable, haciendo un uso responsable de los espacios y atendiendo a las necesidades de servicio que este pueda ofrecer (recogida de desperdicios, mantenimiento de flora y fauna...)

Descripción de saberes en esta situación de aprendizaje:

- 1.2. Calentamiento: Aplicación de rutinas generales.
- 1.4.- Conocimiento de medidas de prevención en la práctica de actividades físicas (El calentamiento y el correcto calzado atado)
- 1.6. Disposición favorable para aprender, utilización de ropa y calzado adecuado y realización del aseo básico cotidiano y autónomo al finalizar la clase. Colaboración en la recogida del material y comportamiento respetuoso ante los demás.
- 3.3. Disposición favorable a participar activamente en diversas actividades aceptando y respetando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad y mostrando conductas prosociales.
- 5.1. Realización de una actividad de senderismo y convivencia en el medio natural (La Grajera), disfrutando del entorno de una manera sostenible, respetuosa y saludable.
- 5.2. Actividad sencilla de orientación (para conocer el centro y ubicarse en un plano).

Producto solicitado, procedimientos y herramientas de evaluación en la situación de aprendizaje:

1. Calentamiento elaborado por grupos y ejecutado en clase con los compañeros/as. Criterios 1.2, 1.4, 1.6 y 3.3. *Instrumento de evaluación ficha de actividad y prueba grupal mediante rúbrica.*

2. Adaptarse a los hábitos higiénicos, asistiendo con la vestimenta y el calzado adecuado; realizando el cambio de camiseta al finalizar la sesión y adoptar una actitud respetuosa y colaborativa durante los ejercicios y juegos de la clase; así como durante la actividad de senderismo de convivencia. Criterios 1.4, 1.6 y 5.1. *Instrumento de evaluación, observación sistemática.*

UNIDAD 2.- APRENDIENDO A COOPERAR CON LAS CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS

Situación de aprendizaje 2. “Aprendiendo a mejorar mi condición física con ayuda de mis compañeros/as”

Descripción de la situación de aprendizaje

Iniciación al trabajo cooperativo mediante actividades que buscan mejorar las habilidades motrices y la condición física. Se trabajarán las diferentes CFB mediante juegos colaborativos y cooperativos, con la intención de que las identifiquen y reflexionen sobre su papel dentro del grupo y las responsabilidades que asume.

La evaluación será formativa, informando a lo largo del proceso al alumno y dando lugar a la reflexión de aquellos aspectos a mejorar. Los refuerzos positivos revertirán en el grupo.

Durante esta situación de aprendizaje realizaremos las diferentes pruebas físicas (Batería alpha fitness) establecidas por el departamento para hacer un seguimiento a lo largo de la ESO, relacionándolas con las diferentes cualidades físicas y adquiriendo un compromiso de mejora.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

2.- Adaptar, con progresiva autonomía e n s u ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

3.- Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando u n a actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Criterios de evaluación valorados en esta situación de aprendizaje:

1.1. Reflexionar y sensibilizarse de la importancia que una vida activa tiene para la salud incorporando y realizando actividades físicas en su tiempo libre, orientadas al concepto integral de salud de forma sencilla y progresiva partiendo de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal

1.2.- Progresar en el conocimiento de su propio cuerpo desarrollando progresivamente capacidades físicas que le permitan disfrutar de las posibilidades de movimiento y mejorar su capacidad de relación con los demás, incorporando gradualmente de manera autónoma procesos de activación corporal e incluyendo algunos indicadores de intensidad en la práctica de actividad física con el fin de lograr una práctica saludable de las mismas.

1.6. Implicarse con esfuerzo e interés en el desarrollo de su formación y madurez participando y comprometiéndose con los objetivos de su aprendizaje, demostrando responsabilidad en sus actos, acrecentando su capacidad de trabajo, manifestando autoexigencia en la ejecución de las acciones, y respetándose así mismo, a los demás, al material y las instalaciones.

2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

2.3- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, desarrollando las habilidades motrices

específicas, dotando de los recursos necesarios para la adaptación a las diferentes situaciones motrices individuales, de oposición, de colaboración, oposición o colaboración-oposición, en contextos reales o modificados de actuación lúdicos o deportivos (convencionales, alternativos, recreativos y tradicionales), transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

3. 2.- Cooperar y colaborar en la práctica, en la creación y exposición, de diferentes situaciones y/o producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo las responsabilidades de los distintos roles asignados.

3.3.- Relacionarse, comunicarse y entenderse con el resto de participantes en la realización de las prácticas motrices, utilizando con progresiva autonomía habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia.

Descripción de saberes en esta situación de aprendizaje:

1.1 Valoración del nivel inicial y compromiso de mejora de sus capacidades.

Saberes del criterio 1.2.

- Capacidades físicas básicas: Concepto, factores de los que depende. Funcionamiento del aparato locomotor y su desarrollo.

- Comprende el funcionamiento del propio cuerpo en la realización de esfuerzos de resistencia, flexibilidad, fuerza y velocidad.

1.6 todos los saberes.

2.1. Coevaluación y autoevaluación individual y grupal sobre el trabajo desarrollado y reflexión para su mejora en el aprendizaje cooperativo e individual.

2.3. Creatividad motriz: Resolución de retos y situaciones problema de forma original tanto individual como en grupo.

3.2. Asunción de responsabilidades en la organización del trabajo grupal.

Saberes del criterio 3.3

- Conductas pro sociales en situaciones motrices colectivas.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia y a la ética de las situaciones motrices.
- Predisposición a realizar las actividades propuestas con cualquier compañero/a respetando las diferencias.

Producto solicitado, procedimientos y herramientas de evaluación en la situación de aprendizaje:

- Superar en equipo, pareja o de manera individual diferentes retos motrices relacionados con las cualidades físicas básicas. (Criterio 1.2 y 2.3) *Prueba objetiva.*

- Reflexionar sobre los resultados obtenidos en las pruebas Alpha-fitness, así como compromiso de mejora hacia una de las pruebas. (Criterio 1.1 y 2.1) *Ficha de reflexión y autoevaluación.*

- Conseguir trabajar de manera cooperativa en un grupo estable, atendiendo a la responsabilidad individual y colectiva en el mismo, así como en el trabajo equilibrado de todos/as, cuidando el respeto a las diferencias. Uso del diálogo, la negociación y el debate para llegar a acuerdos y resolver los diferentes retos motrices. (Criterio 3.2, 3.3 y 1.6) *Instrumento de evaluación: observación directa.*

UNIDAD 3- DEPORTES Y JUEGOS DE GOLPEOS CON LA MANO

Situación de aprendizaje 3. "En busca del mejor choche de balón en equipo"

Descripción de la situación de aprendizaje

En esta situación de aprendizaje aprenderemos a golpear el balón con diferentes objetivos: desplazarnos, pasar el balón a compañeros/as o intentar obtener punto lanzándolo hacia un lugar; así como evitar el pase o el lanzamiento.

Como introducción haremos algunas actividades y juegos de golpeo de balón, iniciando la sesión con un recordatorio de las mujeres pilotaris más conocidas de nuestro país.

A través de diferente juegos y deportes aprenderemos aspectos tácticos y estratégicos comunes de los deportes de invasión (colpbol) y los de cancha dividida (pinfuvote y chocobol*). Estos juegos o deportes trabajan habilidades específicas motrices que tiene transferencia con otros deportes más tradicionales como pueden ser el fútbol/balonmano o el voleibol y pelota mano.

A partir del conocimiento genérico de estos tres deportes/juegos nos centraremos en uno de ellos, formando equipos estables para trabajar las diferentes estrategias, la lógica interna del deporte en función de los adversarios y de los objetivos que nos establezcamos y nos especializaremos en puestos dentro de nuestro equipo.

Por otro lado, analizaremos el concepto de migrantes en el mundo analizando el mundo deportivo y su composición de nacionalidades, orígenes, desplazamientos de los diferentes jugadores/as en los equipos nacionales.

*Juego colectivo de golpeo con la mano que se practica en nuestro instituto similar a diferentes modalidades de pelota mano.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

2.- Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

3.- Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

4. Participar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales

Criterios de evaluación valorados en esta situación de aprendizaje:

1.5 Explorar y utilizar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo el potencial y los riesgos de su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

1.6. Implicarse con esfuerzo e interés en el desarrollo de su formación y madurez participando y comprometiéndose con los objetivos de su aprendizaje, demostrando responsabilidad en sus actos, acrecentando su capacidad de trabajo, manifestando autoexigencia en la ejecución de las acciones, y respetándose así mismo, a los demás, al material y las instalaciones.

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado

2.2.- Interpretar y actuar correctamente, desarrollando intenciones tácticas básicas de ataque y defensa de forma inteligente, aplicando principios básicos de toma de decisiones adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna, aplicando elementos básicos de táctica individual ofensiva y defensiva, en situaciones motrices individuales, de oposición, de colaboración o colaboración-oposición, en contextos reales o modificados de actuación lúdicos o deportivos (convencionales, alternativos, recreativos y tradicionales).

2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, desarrollando las habilidades motrices específicas, dotando de los recursos necesarios para la adaptación a las diferentes situaciones motrices individuales, de oposición, de colaboración, oposición o colaboración-oposición, en contextos reales o modificados de actuación lúdicos o deportivos (convencionales, alternativos, recreativos y tradicionales), transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

2.4.- Conocer aspectos básicos sobre fundamentos técnicos, tácticos individuales básicos, reglamentarios y de la lógica interna de las actividades físico-deportivas propuestas.

3.1.- Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros.

3.2.- Cooperar y colaborar en la práctica, en la creación y exposición, de diferentes situaciones y/o producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo las responsabilidades de los distintos roles asignados.

3.3.- . Relacionarse, comunicarse y entenderse con el resto de participantes en la realización de las prácticas motrices, utilizando con progresiva autonomía habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia.

4.2.- Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.

Descripción de saberes en esta situación de aprendizaje:

Del criterio 1.5

- Realización de tareas asignadas a través de plataformas online, su buen uso y comportamiento en ellas.

- Comunicación respetuosa en las plataformas digitales, comprometiéndose a cumplir el horario establecido.

Del criterio 1.6.

- Disposición favorable para aprender, utilización de ropa y calzado adecuado y realización del aseo básico cotidiano y autónomo al finalizar la clase. Colaboración en la recogida del material y comportamiento respetuoso ante los demás.

- Puntualidad en el horario, en los plazos de entrega de los trabajos y cumplimiento de las condiciones para su realización.

2.1. Formas de evaluar el nivel técnico-táctico mediante la autoevaluación y la coevaluación.

Saberes del criterio 2.2:

- Toma de decisiones en función de la situación del contexto y la situación de los compañeros y adversarios.

- Adaptación de movimientos propios a las acciones del contrario.

- Elementos básicos de la táctica individual:

  - Ofensiva: posición de base, desplazamientos, desmarque con móvil, desmarque sin móvil, recepción, adaptación, manejo, pase, conducción, protección móvil y lanzamiento.

- Defensiva: posición de base, desplazamientos, disuasión de pase disuasión recepción, interceptación, desposesión, acoso, control, bloqueo, ante atacante y defensor con y sin móvil y fase final de posesión del móvil, en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con el móvil.

2.3. Consolidación de las habilidades específicas técnicas de los juegos de colaboración-oposición.

Saberes del criterio 2.4.

- Conocimiento de las reglas básicas, fundamentos técnicos y estrategias básicas de las actividades físico-deportivas propuestas.

- Lógica interna, fases y principios estratégicos.

Saberes del criterio 3.1

- Gestión emocional y perseverancia.

- Comportamiento social y personal responsable con uno mismo y los demás.

3.2 Asunción de responsabilidades en la organización individual y grupal

3.3 Convivencia positiva y ética en contextos físico-deportivos.

4.2. Presencia y relevancia de figuras femeninas en profesiones asociadas al deporte.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

- Autoevaluación, coevaluación y reflexión/análisis de estrategias de equipo. (Criterio 2.1) *Ficha individual y de equipo del deporte escogido de golpeo de mano.*

- Investigación sobre una mujer deportista que admiren y análisis de los aspectos que le resultan relevantes o personalmente interesantes (Criterio 4.2, 1.5 y 1.6) *Trabajo de investigación entregado por el módulo de TEAMS.*

- Participación y esfuerzo diario, gestión emocional y perseverancia, nivel de responsabilidad en el equipo y convivencia positiva (criterio 3.1,3.2,3.3) *Observación sistemática y coevaluación de equipo mediante rúbrica.*

- Cambio de camiseta, ropa y calzado adecuado, recogida de material y actitud respetuosa con el resto de compañeros/as (criterio 1.6) *Registro diario del profesor/a.*

- Demostrar conocimiento de las normas del deporte, eficiencia técnica de golpeo y estrategia de equipo para la consecución de un objetivo común en función del adversario/s (criterio 2.2, 2.3 y 2.4) *Prueba práctica.*

UNIDAD 4. LA CAPOEIRA, LAS HABILIDADES LUCTATORIAS Y LAS GIMNÁSTICAS

Situación de aprendizaje 4. “Matrix y los guerreros del aura”

Descripción de la situación de aprendizaje

A través de la Copoeira se trabajarán (además de aspectos culturales, musicales, etc), las diferentes habilidades gimnásticas básicas (volteretas hacia delante y atrás, pino en la pared y con apoyo de cabeza y rueda lateral) para poder integrarlas en las "rodas" (luchas amistosas sin contacto). Contaremos con los compañeros para hacernos las ayudas y ayudarnos a progresar.

Aprendemos la ginga (movimiento fundamental) como base del resto de movimientos específicos, así como las partes ofensivas y defensivas del mismo.

Por otro lado, se trabajarán aspectos luctatorios como son el agarre y control, el uso de la fuerza del adversario, el centro de gravedad como elemento fundamental para el equilibrio, etc.

En todas las actividades de lucha y gimnásticas la fuerza del core y su uso será un elemento principal para facilitar todas estas habilidades, por lo que su trabajo será fundamental.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

2.- Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

3.- Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

4.- Participar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Criterios de evaluación valorados en esta situación de aprendizaje:

1. 3. Valorar el estilo de vida como factor de salud entendiendo la repercusión que determinados comportamientos negativos tienen sobre ella vigilando la actitud postural, cuidando la postura corporal, conociendo y aplicando hábitos de higiene elementales, cumpliendo, los fundamentos básicos de una correcta alimentación y efectuando actividades de respiración además de otras de relajación.

1.5 Explorar y utilizar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo el potencial y los riesgos de su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

1.6 Implicarse con esfuerzo e interés en el desarrollo de su formación y madurez participando y comprometiéndose con los objetivos de su aprendizaje, demostrando responsabilidad en sus actos, acrecentando su capacidad de trabajo, manifestando autoexigencia en la ejecución de las acciones, y respetándose así mismo, a los demás, al material y las instalaciones.

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado

2.2.- Interpretar y actuar correctamente, desarrollando intenciones tácticas básicas de ataque y defensa de forma inteligente, aplicando principios básicos de toma de decisiones adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del oponente y a la lógica interna, aplicando elementos básicos de táctica individual ofensiva y defensiva, en situaciones motrices de oposición.

2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, desarrollando las habilidades motrices específicas, dotando de los recursos necesarios para la adaptación a las diferentes situaciones motrices individuales y de oposición, transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

3.1 Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros

4.1.- Participar activamente en juegos motores, tradicionales, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

Descripción de saberes en esta situación de aprendizaje:

1.3. Musculatura del core y su relación con el mantenimiento de la postura.

Del criterio 1.5

- Realización de tareas asignadas a través de plataformas online, su buen uso y comportamiento en ellas.

- Comunicación respetuosa en las plataformas digitales, comprometiéndose a cumplir el horario establecido.

Del criterio 1.6

- Controla sus emociones y actúa pacíficamente ante situaciones en el aula o fuera de ella que generen tensión.

- Realización de las tareas individuales y grupales asignadas y asunción de buen grado de la función encomendada respetando las ejecuciones de los demás y cooperando.

- Puntualidad en el horario, en los plazos de entrega de los trabajos y cumplimiento de las condiciones para su realización.

2.1 Establecimiento de mecanismos de heteroevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

2.2 Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

2.3. Consolidación de habilidades motrices y dominio corporal.

3.1. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

4.1

- Las danzas como manifestaciones de la interculturalidad.

- Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

- Control corporal en la ejecución de las "rodas" o en “combates simulados” evitando el contacto físico y mostrando las habilidades gimnásticas básicas aprendidas. (Criterio 2.2 y 2.3) *Prueba práctica.*

- Autoevaluación y heteroevaluación de las habilidades gimnásticas logradas. *(*Criterio 2.1*) Ficha de trabajo y reflexión.*

- Mantenimiento postural en las habilidades gimnásticas mediante el core y trabajo correcto del mismo. (Criterio 1. 3) *Prueba práctica.*

- Investigación sobre la influencia de las actividades físicas y deportivas en Roma en el deporte actual y reflexión crítica. (Criterio 4.1, 1.5 y 1.6) *Trabajo de investigación a entregar por el módulo de tareas de TEAMS.*

- Mostrar respeto hacia otras culturas, al nivel de habilidad de los demás y cooperar con los compañeros/as mediante la ayuda y la corrección asertiva y constructiva (Criterio 1.6) *Observación sistemática del profesor/a.*

- Participación en las actividades propuestas, perseverancia y tolerancia a la frustración. (Criterio 3.1) *Observación sistemática diaria del profesor/a.*

UNIDAD 5. NUTRICIÓN, RESISTENCIA CARDIOVASCULAR Y PRIMEROS AUXILIOS

Situación de aprendizaje 5. “ Miércoles y el ÍES de nunca más…”

Descripción de la situación de aprendizaje

Contextualizado en este personaje e historia de moda de la familia Adams, se pretende en esta situación de aprendizaje trabajar contenidos que ayuden a proteger nuestro cuerpo como son los primeros auxilios, la resistencia cardiovascular y la nutrición. Esta unidad pretende bajo el lema del colegio "Nunca más..." alejarse de prácticas deportivas y hábitos cotidianos poco saludables.

A pesar de estar interconectadas por una misma visión, se darán los contenidos de manera diferenciada.

Por un lado, se dará a conocer las prácticas básicas de primeros auxilios al alumno/a, incluyendo la RCP y la información de uso del desfibrilador (para poder colaborar a futuro con un adulto) y de manera teórica el alumno deberá demostrar sus conocimientos, claves para salvar vidas de su entorno cercano y como ciudadano/a.

En el bloque de resistencia cardiovascular, mediante juegos y actividades de resistencia individual y grupal, enmarcadas en los diferentes monstruos de "Miércoles" se irá incrementando la resistencia de la alumno/a y aprendiendo a controlar su intensidad y a mantener un ritmo/pulsaciones; en busca de su autonomía ante el ejercicio y la superación de una prueba de resistencia cardiovascular que consiste en correr 10 minutos, cada alumno a su ritmo (máximo 20 minutos), tiempo que consideramos mínimo para el beneficio cardiovascular del alumno acorde a su edad.

Por último, el alumno trabajará nociones básicas de nutrición que le harán diferenciar los alimentos insanos de los alimentos que ayudan a su salud. De manera práctica propondrá una comida elaborada en su casa, reflexionando y explicando su composición y la contribución a la salud de su familia.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

5.- Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

Criterios de evaluación valorados en esta situación de aprendizaje:

1.1 Reflexionar y sensibilizarse de la importancia que una vida activa tiene para la salud incorporando y realizando actividades físicas en su tiempo libre, orientadas al concepto integral de salud de forma sencilla y progresiva partiendo de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.

1.2 Progresar en el conocimiento de su propio cuerpo desarrollando progresivamente capacidades físicas que le permitan disfrutar de las posibilidades de movimiento y mejorar su capacidad de relación con los demás, incorporando gradualmente de manera autónoma procesos de activación corporal e incluyendo algunos indicadores de intensidad en la práctica de actividad física con el fin de lograr una práctica saludable de las mismas.

1.3 Valorar el estilo de vida como factor de salud entendiendo la repercusión que determinados comportamientos negativos tienen sobre ella vigilando la actitud postural, cuidando la postura corporal, conociendo y aplicando hábitos de higiene elementales, cumpliendo, los fundamentos básicos de una correcta alimentación y efectuando actividades de respiración además de otras de relajación.

1.4 Conocer medidas de actuación generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad físico deportiva. y las pautas generales de actuación en

accidentes y lesiones deportivas, reconociendo las situaciones de riesgo, procediendo de acuerdo con los protocolos de intervención y aplicando de manera responsable y con progresiva autonomía medidas básicas de primeros auxilios.

1.5 Explorar y utilizar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo el potencial y los riesgos de su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

1.6 Implicarse con esfuerzo e interés en el desarrollo de su formación y madurez participando y comprometiéndose con los objetivos de su aprendizaje, demostrando responsabilidad en sus actos, acrecentando su capacidad de trabajo, manifestando autoexigencia en la ejecución de las acciones, y respetándose así mismo, a los demás, al material y las instalaciones.

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, disfrutando del entorno de manera sostenible y saludable, haciendo un uso responsable de los espacios y atendiendo a las necesidades de servicio que este pueda ofrecer (recogida de desperdicios, mantenimiento de flora y fauna...).

5.2 Conocer y practicar algunas actividades físicas que ofrecen los diferentes entornos naturales (orientación, rastreo, BTT, esquí...) conociendo y minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica.

5.3 Aplicar normas de seguridad individual y colectiva, practicando actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, y progresando hacia la autonomía en un medio no habitual

Descripción de saberes en esta situación de aprendizaje:

Del criterio 1.1

- Efectos sobre la salud de los malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.

- Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.

Del criterio 1.2

- Práctica de actividades dirigidas al desarrollo de las capacidades físicas y a la regulación y control del esfuerzo

especialmente en las actividades continuas.

- Indicadores de la intensidad del ejercicio físico; Frecuencia cardíaca: concepto y realización de actividades dirigidas a la toma de pulsaciones.

- Obtención de manera autónoma de la frecuencia cardíaca, la de reposo y conocimiento del intervalo adecuado de esfuerzo.

- Desarrolla sus capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud.

- Comprende el funcionamiento del propio cuerpo en la realización de esfuerzos de resistencia.

- Utiliza indicadores de intensidad en la práctica de actividades físicas

1.3 Pautas para comer bien y hábitos de alimentación saludable.

Del criterio 1.4

- Actuación básica frente a accidentes deportivos, conducta PAS, SVB y RCP.

- Elementos del botiquín de urgencia.

Del criterio 1.5

- Realización de tareas asignadas a través de plataformas online, su buen trabajo, uso y comportamiento en ellas.

- Comunicación respetuosa y fluida con los profesores en el uso de las plataformas digitales comprometiéndose a cumplir el horario establecido.

Del criterio 1.6

- Puntualidad en el horario, en los plazos de entrega de los trabajos y cumplimiento de las condiciones para su realización.

- Actitud responsable, perseverante y autoexigente en el esfuerzo y comportamiento respetuoso con los demás.

- Utilización de ropa y calzado adecuado y realización de aseo básico cotidiano y autónomo al finalizar la clase.

5.1 Conocimiento de las posibilidades que ofrece nuestro medio natural (parques del entorno).

5.2. Actividad sencilla de orientación (para trabajar la resistencia y como dinámica de buscar pista en primeros auxilios).

5.3 Realización de actividades naturales, cumpliendo las normas de uso natural y de protección del medio ambiente (ruido, desperdicios...)

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

- Saber actuar de manera básica ante un accidente deportivo o cotidiano. (Criterio 1.4 y 1.5) *Prueba escrita tipo test en plataforma online.*

- Autorregularse para alcanzar el objetivo propuesto en una prueba de resistencia cardiovascular (Criterio 1.2) *Prueba práctica.*

- Participar en las actividades propuestas en clase, respetar las personas, el material y el medio donde se desarrollan y esforzarse a mejorar cada día. Ropa y calzado adecuado y camiseta de cambio al finalizar la sesión. (Criterio 1.6 y 5.3) *Observación diaria del profesor/a*

- Elaborar una comida/plato en casa que contenga los alimentos sanos aprendidos y saber justificar su inclusión como tales. (Criterio 1.3, 1.5 y 1.6) *Vídeo o foto del material elaborado y reflexión adjunta por el módulo de TEAMS.*

- Comprender el concepto de Tasa Mínima de Actividad Física para proponer actividades diarias que lo incrementen (Criterio 1.1) *Ficha de trabajo.*

UNIDAD 6.- ORIENTACIÓN EN EL MEDIO URBANO Y NATURAL

Situación de aprendizaje 6. “ Estés donde estés, te encontraré”

Descripción de la situación de aprendizaje

En las situaciones de aprendizaje 2 y 5 se realizaron diferentes actividades de orientación en el centro, con el objetivo de que en esta unidad el alumno/a ya conozca la dinámica de trabajo y haya experimentado los procedimientos que se realizan a continuación.

Los dos procedimientos a realizar se enmarcan en el centro (urbano) y en el parque de al lado del IES (zona semi-natural) para comprobar la capacidad de orientación del alumno/a en un recorrido previamente marcado.

De igual manera, se observará el cumplimiento de las normas de respeto de las zonas verdes y arboladas, así como a los viandantes que ese día paseen por el parque, como norma de convivencia ciudadana.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

5.- Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según e l entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

Criterios de evaluación valorados en esta situación de aprendizaje:

1.6 Implicarse con esfuerzo e interés en el desarrollo de su formación y madurez participando y comprometiéndose con los objetivos de su aprendizaje, demostrando responsabilidad en sus actos, acrecentando su capacidad de trabajo, manifestando autoexigencia en la ejecución de las acciones, y respetándose así mismo, a los demás, al material y las instalaciones.

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, disfrutando del entorno de manera sostenible y saludable, haciendo un uso responsable de los espacios y atendiendo a las necesidades de servicio que este pueda ofrecer (recogida de desperdicios, mantenimiento de flora y fauna...).

5.2. Conocer y practicar algunas actividades físicas que ofrecen los diferentes entornos naturales (orientación, rastreo, BTT, esquí...) conociendo y minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica.

5.3. Aplicar normas de seguridad individual y colectiva, practicando actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, y progresando hacia la autonomía en un medio no habitual.

Descripción de saberes en esta situación de aprendizaje:

1.6. - Actitud responsable, perseverante y autoexigente en el esfuerzo y comportamiento respetuoso con los demás.

Del criterio 5.1

- Aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural.

- Conocimiento de las posibilidades que ofrece nuestro medio natural, y participación en actividades físicas deportivas.

Del criterio 5.2

- Actividades sencillas de orientación, técnicas básicas y juegos.

- Identificación de señales de rastreo y realización de un recorrido por el centro y sus alrededores, previamente marcado.

Del criterio 5.3

- Realización de actividades naturales, cumpliendo las normas de uso natural y de protección del medio ambiente (ruido, desperdicios...)

- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

- Orientarse en un espacio urbano del IES y en un parque natural. Saber desplazarse en la buena dirección y encontrar algo en base a unas directrices concretas (Criterio 5.2) *Prueba práctica en IES y en el parque San Migue*l.

- Mostrar interés en las tareas que se realizan y respetar el medio donde se desarrollan los diferentes procedimientos (criterio 1.6, 5.1 y 5.3)

UNIDAD 7. JUEGOS DE FRISBEE Y/O RINGO POLACO AUTOCONSTRUIDO

Situación de aprendizaje 7. “Construyendo mi propio ocio”

Descripción de la situación de aprendizaje

A través de la auto construcción del móvil (frisbee o ringo polaco) el alumno/a podrá descubrir diferentes juegos a realizar y usar en su tiempo libre y desarrollar un consumo responsable respecto al material de juego.

Por otro lado, se busca en toda la situación de aprendizaje la enseñanza de las habilidades técnicas de lanzamiento y tácticas que en cursos posteriores usará para jugar al ultímate.

Por último, aprovecharemos esta unidad para trabajar el concepto de migrantes en el mundo, analizando el mundo deportivo y su composición de nacionalidades, orígenes, desplazamientos de los diferentes jugadores/as que se producen en los diferentes equipos deportivos nacionales y reflexionar sobre las actitudes xenófobas que se dan en las redes sociales y otros medios de comunicación en torno a los mismos.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

3. Compartir espacios físico- deportivos independientemente de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

Criterios de evaluación valorados en esta situación de aprendizaje:

1.6 Implicarse con esfuerzo e interés en el desarrollo de su formación y madurez participando y comprometiéndose con los objetivos de su aprendizaje, demostrando responsabilidad en sus actos, acrecentando su capacidad de trabajo, manifestando autoexigencia en la ejecución de las acciones, y respetándose así mismo, a los demás, al material y las instalaciones.

2.2 Interpretar y actuar correctamente, desarrollando intenciones tácticas básicas de ataque y defensa de forma inteligente, aplicando principios básicos de toma de decisiones adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna, aplicando elementos básicos de táctica individual ofensiva y defensiva, en situaciones motrices individuales, de oposición, de colaboración o colaboración-oposición, en contextos reales o modificados de actuación lúdicos o deportivos (convencionales, alternativos, recreativos y tradicionales)

2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, desarrollando las habilidades motrices específicas, dotando de los recursos necesarios para la adaptación a las diferentes situaciones motrices individuales, de oposición, de colaboración, oposición o colaboración-oposición, en contextos reales o modificados de actuación lúdicos o deportivos (convencionales, alternativos, recreativos y tradicionales), transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

2.4. Conocer aspectos básicos sobre fundamentos técnicos, tácticos individuales básicos, reglamentarios y de la lógica interna de las actividades físico-deportivas propuestas.

3.3. Relacionarse, comunicarse y entenderse con el resto de participantes en la realización de las prácticas motrices, utilizando con progresiva autonomía habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia.

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, disfrutando del entorno de manera sostenible y saludable, haciendo un uso responsable de los espacios y atendiendo a las necesidades de servicio que este pueda ofrecer (recogida de desperdicios, mantenimiento de flora y fauna...)

Descripción de saberes en esta situación de aprendizaje:

Del criterio 1.6

- Participación, respeto y colaboración en la recogida y colocación del material.

- Actitud responsable, perseverante y autoexigente en el esfuerzo y comportamiento respetuoso con los demás.

- Puntualidad en el horario, en los plazos de entrega de los trabajos y cumplimiento de las condiciones para su realización.

Del criterio 2.2

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

- Delimitación y realización de elementos básicos de táctica individual:

  - Ofensiva: posición de base, desplazamientos, desmarque con móvil, desmarque sin móvil, recepción, adaptación, manejo, pase, conducción, protección móvil y lanzamiento.

  - Defensiva: posición de base, desplazamientos, disuasión de pase disuasión recepción, interceptación, desposesión, acoso, control, bloqueo, ante atacante y defensor con y sin móvil y fase final de posesión del móvil, en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con el móvil.

2.3 Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

2.4 Lógica interna, fases y principios estratégicos.

3.3 Estereotipos, discriminación y violencia en el deporte. Influencia de los medios de comunicación y redes sociales. Análisis crítico.

5.1 Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz. Reciclaje.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

- Construir un fresbee o ringo polaco, siguiendo las indicaciones de construcción, haciendo uso de material reciclado y que el resultado sea un material funcional para las clases. (Criterio 5.1 y 1.6) *Presentación de un producto.*

- Conseguir manipular el móvil autoconstruido con una intención táctica de equipo y una técnica que permita conseguir el objetivo planteado (pase, recepción, lanzamiento…) (Criterio 2.2, 2.3 y 2.4).*Prueba práctica mediante rúbrica.*

- Reflexionar a cerca de las nacionalidad, origen y procedencia de los jugadores/as de los equipos deportivos y tener una mirada crítica ante las actitudes xenófobas que puedan darse en las redes sociales u otros medios de comunicación. (Criterio 1.6, 3.3) *Ficha de trabajo, investigación y reflexión en papel.*

UNIDAD 8.- EXPRESIÓN CORPORAL/ MIMO

Situación de aprendizaje 8. “Miradas”

Descripción de la situación de aprendizaje

Esta situación de aprendizaje, como otros cursos, se enmarca en el PIE IDEARTE de carácter interdisciplinar que se centra en procesos creativos. Este curso 2026-2027 se título “miradas”.En la asignatura realizaremos una performance en torno al concepto, siempre desde el punto de vista de mostrar mediante movimientos sentimientos e ideas.

La unidad se desarrolla en grupos pequeños.Se inicia dotando a los alumnos de los recursos necesarios, se plantea el marco donde se deberá desarrollar la performance y se deja al alumnado que desarrolle su creatividad para llevarla a cabo.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

3. Compartirespaciosdeprácticafísico-deportivaconindependenciadelas diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

4.- Participar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las

consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Criterios de evaluación valorados en esta situación de aprendizaje:

3.1 Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros.

3.2 Cooperar y colaborar en la práctica, en la creación y exposición, de diferentes situaciones y/o producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo las responsabilidades de los distintos roles asignados.

3.3. Relacionarse, comunicarse y entenderse con el resto de participantes en la realización de las prácticas motrices, utilizando con progresiva autonomía habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia

4.3 Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación de ideas, emociones y vivencias, a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente y de forma desinhibida en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical.

Descripción de saberes en esta situación de aprendizaje:

3.1. Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar los desafíos en situaciones motrices.

3.2. Asunción de responsabilidades en la organización del trabajo individual y grupal.

Del criterio 3.3

- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

- Disposición favorable a participar activamente en actividades diversas aceptando y respetando la existencia de

diferencias en el nivel de habilidad.

Del criterio 4.3

- Uso de técnicas específicas de expresión corporal: teatro, mimo, improvisación, interpretación, juego simbólico, dramático o escénico.

- Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos.

- Disposición favorable a la desinhibición en las actividades de expresión corporal.

- Realización de improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación espontánea.

- Usos comunicativos de la corporalidad. El cuerpo como instrumento expresivo (gesto, postura y movimiento) mediante el mimo.

- Práctica de actividades rítmico-expresivas con carácter expresivo colectivas.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

- Crear un producto de manera colectiva, con un ambiente de trabajo respetuoso, asumiendo el rol encomendado e integrando las diferencias individuales como una ventaja o un desafío a superar. (Criterio 3.1, 3.2 y 3.3) *Observación en la preparación del producto.*

- Performance colectivo de acuerdo a unos criterios previamente acordados y con un objetivo concreto. (Criterio 3.1, 4.3) *Prueba práctica mediante rúbrica.*

- Disposición favorable en el aula a la desinhibición en las actividades de expresión corporal (Criterio 4.3) *Observación sistemática del profesor/a.*

9.- JUEGOS Y DEPORTES ADAPTADOS

Situación de aprendizaje 9. “Creando igualdad”

Descripción de la situación de aprendizaje

En esta unidad se pretende abordar el concepto de discapacidad y sensibilizar al alumnado hacia las diferentes discapacidades que existen y la capacidad de adaptación que requieren las actividades para no ser discriminatorias y sí participativas.

Se solicita en al alumnado la capacidad de empatía y de respecto a las diferencias como base de una buena convivencia social y ciudadana.

Se aborda en el aula conociendo y experimentando algunas discapacidades a nivel individual y una posterior reflexión grupal sobre cómo integrarla.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

4. Participar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Criterios de evaluación valorados en esta situación de aprendizaje:

1.6 Implicarse con esfuerzo e interés en el desarrollo de su formación y madurez participando y comprometiéndose con los objetivos de su aprendizaje, demostrando responsabilidad en sus actos, acrecentando su capacidad de trabajo, manifestando autoexigencia en la ejecución de las acciones, y respetándose así mismo, a los demás, al material y las instalaciones.

4.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.

Descripción de saberes en esta situación de aprendizaje:

Del criterio 1.6.

- Actitud responsable, perseverante y autoexigente en el esfuerzo y comportamiento respetuoso con los demás.

- Cuidado y utilización apropiada del material que se utiliza en clase y colaboración en la colocación y recogida.

4.2 Sensibilización y vivencia de actividades deportivas adaptadas.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

- Reflexionar en torno al concepto de discapacidad y crearse una opinión propia (criterio 4.2) *Visionado y reflexión de varios vídeos.*

- Predisposición y búsqueda de alternativas motrices para mejorar la participación y evitar la discriminación en juegos o actividades deportivas (criterio 4.2 y 1.6)

5. METODOLOGÍA DIDÁCTICA DE LA MATERIA

La metodología didáctica de nuestra materia hace uso de una hibridación de las mismas, por ello depende de la actividad se hará uso de unas u otras, ajustándose al objetivo de la actividad.

Podemos encontrar actividades enfocadas la instrucción directa, la asignación de tareas, la enseñanza recíproca, grupos reducidos, la enseñanza individual o la resolución de problemas mediante la búsqueda.

Por otro lado, los modelos pedagógicos constructivistas con un enfoque competencial del aprendizaje favorecen la autonomía del alumno, la toma de decisiones, la creatividad y el desarrollo de las habilidades sociales y emocionales.
Algunos ejemplos de estos son: el aprendizaje cooperativo, el modelo de educación deportiva y los juegos modificados.

Por último, hacemos uso de las metodologías activas partiendo de los intereses y necesidades del alumnado para producir aprendizajes significativos y funcionales mediante la acción, reflexión y cooperación.

6. PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

PESO ASOCIADO A LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

La superación de Educación Física implica la adquisición de una serie de competencias específicas. Cada una de estas competencias específicas contribuirá en parte a la calificación que finalmente obtendrán sus alumnos. A cada una de ellas le hemos otorgado un peso en relación a la importancia en la programación. Este peso se representa por un número asociado a dicha competencia. Cuanto mayor es el peso (el número asignado) mayor es la importancia de la competencia.

Competencias específicas	Peso
Educación Física	
1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	4
2.- Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	3
3.- Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	3
4.- Participar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	2
5.- Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	1

La calificación de Educación Física se calculará a través de la siguiente media ponderada:

$$\text{calificación Educación Física} = \frac{CE1 \times 4 + CE2 \times 3 + CE3 \times 3 + CE4 \times 2 + CE5 \times 1}{}$$

4 + 3 + 3 + 2 + 1

En la anterior fórmula, CE1 es la calificación que un alumno obtiene en la competencia específica 1, En la anterior fórmula, CE2 es la calificación que un alumno obtiene en la competencia específica 2,

PESO ASOCIADO A CADA CRITERIO DE EVALUACIÓN

Para concretar el nivel de adquisición de cada competencia específica, se utilizarán una serie de criterios de evaluación. Así pues, las competencias no son evaluadas directamente; la evaluación se hace a través los citados criterios de evaluación; que a su vez servirán de referencia para generar la calificación obtenida por el alumnado.

Cada criterio de evaluación puede tener, a su vez, un "peso" que determina su contribución ponderada a la valoración del grado de adquisición de la competencia específica.

A través de los criterios de evaluación se valora el grado de adquisición de cada competencia específica; la media ponderada de esas valoraciones será la calificación que el alumnado obtendrá en Educación Física.

Competencias específicas con sus criterios de evaluación asociados	Peso
1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	
1.1.- Reflexionar y sensibilizarse de la importancia que una vida activa tiene para la salud incorporando y realizando actividades físicas en su tiempo libre, orientadas al concepto integral de salud de forma sencilla y progresiva partiendo de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	1
1.2.- Progresar en el conocimiento de su propio cuerpo desarrollando progresivamente capacidades físicas que le permitan disfrutar de las posibilidades de movimiento y mejorar su capacidad de relación con los demás, incorporando gradualmente de manera autónoma procesos de activación corporal e incluyendo algunos indicadores de intensidad en la práctica de actividad física con el fin de lograr una práctica saludable de las mismas.	2
1.3.- Valorar el estilo de vida como factor de salud entendiendo la repercusión que determinados comportamientos negativos tienen sobre ella vigilando la actitud postural, cuidando la postura corporal, conociendo y aplicando hábitos de higiene elementales, cumpliendo, los fundamentos básicos de una correcta alimentación y efectuando actividades de respiración además de otras de relajación.	2
1.4.- Conocer medidas de actuación generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad físico deportiva. y las pautas generales de actuación en accidentes y lesiones deportivas, reconociendo las situaciones de riesgo, procediendo de acuerdo con los protocolos de intervención y aplicando de manera responsable y con progresiva autonomía medidas básicas de primeros auxilios.	1
1.5.- Explorar y utilizar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo el potencial y los riesgos de su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	2

1.6.- Implicarse con esfuerzo e interés en el desarrollo de su formación y madurez participando y comprometiéndose con los objetivos de su aprendizaje, demostrando responsabilidad en sus actos, acrecentando su capacidad de trabajo, manifestando autoexigencia en la ejecución de las acciones, y respetándose así mismo, a los demás, al material y las instalaciones.	4
2.- Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	
2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	1
2.2.- Interpretar y actuar correctamente, desarrollando intenciones tácticas básicas de ataque y defensa de forma inteligente, aplicando principios básicos de toma de decisiones adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna, aplicando elementos básicos de táctica individual ofensiva y defensiva, en situaciones motrices individuales, de oposición, de colaboración o colaboración-oposición, en contextos reales o modificados de actuación lúdicos o deportivos (convencionales, alternativos, recreativos y tradicionales).	1
2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, desarrollando las habilidades motrices específicas, dotando de los recursos necesarios para la adaptación a las diferentes situaciones motrices individuales, de oposición, de colaboración, oposición o colaboración-oposición, en contextos reales o modificados de actuación lúdicos o deportivos (convencionales, alternativos, recreativos y tradicionales), transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	1
2.4.- Conocer aspectos básicos sobre fundamentos técnicos, tácticos individuales básicos, reglamentarios y de la lógica interna de las actividades físico-deportivas propuestas.	1
3.- Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
3.1.- Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros.	1
3.2.- Cooperar y colaborar en la práctica, en la creación y exposición, de diferentes situaciones y/o producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo las responsabilidades de los distintos roles asignados.	1

3.3.- . Relacionarse, comunicarse y entenderse con el resto de participantes en la realización de las prácticas motrices, utilizando con progresiva autonomía habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia.	2
4.- Participar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	
4.1.- Participar activamente en juegos motores, tradicionales, danzas y otras manifestaciones artístico expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	1
4.2.- Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.	2
4.3.- Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación de ideas, emociones y vivencias, a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente y de forma desinhibida en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical.	1
5.- Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	
5.1.- Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, disfrutando del entorno de manera sostenible y saludable, haciendo un uso responsable de los espacios y atendiendo a las necesidades de servicio que este pueda ofrecer (recogida de desperdicios, mantenimiento de flora y fauna…).	1
5.2.- Conocer y practicar algunas actividades físicas que ofrecen los diferentes entornos naturales (orientación, rastreo, BTT, esquí...) conociendo y minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica.	1
5.3.- Aplicar normas de seguridad individual y colectiva, practicando actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, y progresando hacia la autonomía en un medio no habitual.	1

A modo de ejemplo, la calificación de la competencia específica 5 se calculará a través de la siguiente media ponderada:

calificación CE5 =

$$\frac{CEV5.1 \times 1 + CEV5.2 \times 2 + CEV5.3 \times 1}{1 + 2 + 1}$$

En la anterior fórmula, CEV5.1 es la calificación que un alumno ha obtenido al evaluar el criterio de evaluación 5.1

CÁLCULO DE CALIFICACIONES

El departamento de educación física acuerda hacer el redondeo en las notas a partir del 0,5, dando lugar a la nota siguiente otorgada. A modo de ejemplo un 6,5 será calificado como un 7.

MEDIDAS ADOPTADAS ANTE LA INFRACCIÓN EN LOS PROCEDIMIENTOS DE VALORACIÓN

Ante las sospecha de que el alumno/a haya copiado un trabajo o prueba de evaluación la nota de será igual a 0 y se le pondrá una amonestación por su comportamiento improcedente.

Por otro lado, si el alumno/a hace uso de la inteligencia artificial de manera no autorizada por el profesor/a, la nota de ese trabajo o examen será igual a 0 y una posible amonestación a criterio del docente.

7. ORGANIZACIÓN Y SEGUIMIENTO DE LOS PLANES DE RECUPERACIÓN DEL ALUMNADO CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.

Al tratarse de 1ºESO año no existen alumnos con la asignatura pendiente de otros cursos de secundaria.

8. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Se contemplan en esta programación una serie de medidas encaminadas a completar lagunas de conocimiento del alumnado, adquirir destrezas que le imposibilitan conseguir los objetivos, y reforzar actitudes y comportamientos que le separan del resto de los compañeros y de las intenciones educativas, a la vez que también da respuesta a la posibilidad de ampliación de conocimientos, a la mejora de habilidades y destrezas, a la necesidad de movimiento de algunos alumnos que se marcan un límite superior que el de otros compañeros.

Estas medidas deben partir de la situación actual, del contexto educativo, de los inconvenientes que se presentan en la realidad educativa de nuestra área, basándose en las bases del aprendizaje significativo, en la importancia de la participación activa del alumnado en el proceso de enseñanza-aprendizaje, donde no sólo se trata de recuperar, sino de adquirir “competencias básicas”. Habrá de poner el énfasis en la participación y la implicación del alumnado.

Para potenciar esta implicación se requieren metodologías activas y contextualizadas basadas en estructuras de aprendizaje cooperativo, de forma que, a través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo conozcan las estrategias utilizadas por sus compañeros y puedan aplicarlas a situaciones similares. Serán adecuados, por tanto, todas aquellos métodos que promuevan la cooperación, el trabajo en grupos, el trabajo por proyectos, la resolución creativa de resolución de problemas, etc., y que, en definitiva, pongan a los alumnos en el centro del proceso de enseñanza–aprendizaje.

Pero la concepción de un alumnado activo, protagonista de su propio proceso, exige también la presencia de un docente que oriente y facilite ese aprendizaje; que pueda, desde el respeto a la diversidad y a los distintos ritmos de sus alumnos, plantearles tareas motivadoras donde estos deban poner en acción distintos tipos de conocimientos, destrezas, actitudes y valores.

Por otro lado, la igualdad no es natural, es una decisión cultural, pactada, entendida como la aspiración de los seres humanos a suprimir aquellas desigualdades que conducen a la marginación. El diseño curricular de la ESO indica como una de sus finalidades la de favorecer una educación no discriminatoria, orientada a la igualdad de oportunidades del alumnado y a sus posibilidades de actuación, independientemente de sus capacidades, condiciones sociales, etc. La diversidad, en cambio, sí es natural en los seres humanos, hecho que enriquece la convivencia y la vida cultural. Reconocer la diversidad como algo propio del género humano, que no sólo tiene que ver con las personas que padecen algún tipo de deficiencias, sino también con las diferencias establecidas por el género, etnia, nivel de comprensión o maduración, conocimientos previos, capacidad física-motriz e incluso por la libertad de pensamiento del ser humano, es un primer paso para establecer las líneas maestras de las actuaciones educativas.

En el área de Educación Física el deseo de igualdad se pone de manifiesto en las siguientes pautas que tenemos en cuenta:

- Seleccionar contenidos variados que permitan a cada cual encontrar sus afinidades e intereses, valorando en qué medida los contenidos que proponemos refuerzan o benefician a una parte del alumnado en función de sus experiencias previas, género, nivel de competencia motriz, procedencia cultural, etc. para buscar propuestas diversas que equilibren situaciones socialmente construidas en torno al cuerpo y la motricidad.

- Desarrollar unidades didácticas cuyos objetivos principales sean la creación de hábitos de relación y aceptación.

- Adoptar una metodología que implique activamente al alumnado en la solución de los problemas derivados de las diferencias personales. Se trata de responsabilizarle para sacar adelante propuestas de trabajo en grupo a pesar de la heterogeneidad de los participantes.

- Partir de situaciones o tareas abiertas que atiendan las posibilidades e intereses de cada adolescente y que nos muestren sus capacidades de partida para retomarlos y aportar a cada uno retos adecuados a su nivel.

- Posibilitar progresiones variadas, con la finalidad de que cada educando se enfrente a su propia evolución.

- Proponer situaciones en las que el alumno pueda vivenciar y reflexionar sobre las limitaciones de su cuerpo ante un problema sensorial o motor para comprender mejor a las personas con discapacidades de este tipo.

- Habilitar procesos en los que los alumnos de diferentes contextos étnicos compartan su cultura motriz como medio para buscar ambientes de confluencia e intereses comunes.

- Utilizar como fórmula de funcionamiento habitual distintos agrupamientos de personas que potencien los contactos con personas de diferente género, capacidad, habilidad, personalidad, cultura, etc.

- Utilizar sistemas de evaluación en los que cada uno se responsabilice de su evolución personal, huyendo de evaluaciones comparativas que refuerzan lo más negativo de las desigualdades.

La Adaptación Curricular en educación física es el conjunto de cambios en la programación que tendiendo a posibilitar a todos los alumnos la consecución de un aprendizaje constructivo y significativo, permite a alumnos con distintos niveles de aprendizaje, motivaciones e intereses, desarrollar con éxito su actividad. Esta adaptación debe prever posibles soluciones a los problemas más frecuentes con los que nos vamos a encontrar. Por supuesto que con estas medidas no se va a conseguir una adecuada progresión en todos los casos, pero sí se van a disminuir las diferencias.

Las adaptaciones curriculares para el alumnado que no puede realizar actividad física (con prescripción médica)**,** se basarán en los contenidos procedimentales. No obstante, estos alumnos tendrán que asistir en clase con la vestimenta deportiva adecuada, por si acaso pudieron participar en alguna de las actividades sugeridas por el profesor.

En el caso de alumnos que sufran lesiones o enfermedades temporales que los impidan participar en más del 33% de las clases, tendrán que añadir un trabajo suplementario o realizar un examen que versará sobre los contenidos trabajados en clase o cualquier otro que considero adecuado el profesor, como compensación de su falta de práctica.

En cuanto a los alumnos que pueden participar de las clases prácticas, pero su grado de excelencia se vea condicionada por una alteración de la motricidad, la evaluación de los procedimientos se hará conjuntamente con la actitud que será la que determinará la evaluación conjunta de estos dos apartados.

A su vez, siempre se propondrán en las sesiones de clase, ejercicios de diferente dificultad de ejecución porque tanto los alumnos con dificultades, como los alumnos aventajados puedan encontrar motivadoras las actividades sugeridas y les suponga un reto que les impulse a la autosuperación.

Respecto a los contenidos conceptuales, los ***alumnos evaluados por el Servicio Psicopedagógico del Centro****,* tendrán una reducción significativa tanto en cuanto a la cantidad de trabajos, como al nivel de exigencia en los exámenes o fichas de clase que se puedan realizar.

Para la Adaptación de Acceso en educación física con ***alumnos TDA-TDAH*** exponemos aquellas que consideramos susceptibles de poder aplicar en la asignatura de educación física:

1) Mantener un ambiente estructurado, con rutinas estables, motivador, y predecible.

2) Tareas y deberes. Es conveniente reducir y fragmentar las actividades

3) El trabajo en el aula. Asegurarse de que ha entendido lo que se le pide, establecer contacto ocular con frecuencia y dar las instrucciones de una en una. Advertir individualmente al alumno de los cambios de actividad.

4) Las estrategias expositivas. La memoria de trabajo del alumno con TDAH suele presentar algunas dificultades, ya que su capacidad está limitada por la cantidad de información que puede retener simultáneamente y el tiempo que puede ser mantenida, por lo que habrá que:

• Utilizar frases cortas, claras con construcciones sintácticas sencillas;

• Focalizar la atención en los conceptos “claves” proporcionando al estudiante un listado antes de comenzar la explicación;

• Presentar la idea principal explícitamente al principio de la explicación;

• Utilizar estrategias de categorización y de formación de imágenes mentales de los conceptos;

• Proporcionar al alumno un sistema que le ayude a darse cuenta de los puntos fundamentales de la explicación.

5) Estrategias para mejorar la conducta: utilizar el refuerzo positivo de comportamientos adecuados, evitar las recriminaciones verbales, permitir al niño momentos de desahogo levantándose, haciendo algún recado; establecer consignas no verbales con el alumno para advertirle del incumplimiento de alguna norma, etc.

*Sobre los **Alumnos de altas capacidades** para atenderles habrá que:*

- Programar actividades amplias que tengan diferentes grados de dificultad.

- Programar actividades diversas, para trabajar un mismo contenido, permite desarrollar los contenidos con distinto nivel de profundidad y extensión.

- Programar actividades abiertas, que permitan distintas posibilidades de ejecución y expresión.

- Planificar actividades de libre elección por el alumnado.

- Programar actividades individuales para los AACC que tengan alguna relación con las actividades que están realizando el resto del grupo.

- Programar las actividades del aula siguiendo el diseño universal de aprendizaje (DUA), favoreciendo la ampliación curricular de los alumnos con AACC y favoreciendo su inclusión y participación del resto del alumnado a través de las mismas actividades.

Nos parece interesante incluir en nuestra programación aquellas metodologías y actividades que puedan ayudar al ***alumno con dislexia.***

Considerando que nuestra asignatura en eminentemente práctica y con poca lectura, destacamos a continuación aquellos aspectos a atender:

En las explicaciones orales:

- Complementar las explicaciones orales con imágenes, vídeos, dibujos, gráficos, listas, etc.

- Atraer la atención en las explicaciones orales mediante lenguaje no verbal: gestos, cambios de entonación,etc.

- Realizar y aportar esquemas y mapas conceptuales de los temas que se vayan tratando.

- Evitar actividades que exijan escribir y escuchar simultáneamente (dictados, coger apuntes…).

- En caso de hacer actividades de trabajos escritos:

- Simplificar las instrucciones escritas y señalar las palabras claves.

- Adaptar la exigencia ortográfica a su nivel lecto-escritor.

- No hacerle copiar el enunciado de los ejercicios. .

- Permitir presentar las tareas y trabajos en formatos alternativos como: grabaciones, power point, explicaciones orales, etc.

Respecto a Alumnos con trastornos graves de conducta se caracterizan por mostrar un patrón persistente de descontrol conductual que provoca alteraciones familiares, escolares y/o sociales. Suelen mostrar una conducta negativista, oposicionista u hostil y deterioro en las relaciones escolares, familiares y sociales de forma intensa y persistente; y con frecuencia estos alumnos presentan también trastorno por déficit de atención y comportamiento perturbador. Las necesidades educativas específicas que requieren son:

- Un ambiente estructurado y predecible

- Una ubicación especial en el aula clase que facilite su rendimiento y concentración.

- Reducir la estimulación ambiental (controlar al máximo los estímulos distractores)

- Necesidades socio-afectivas relacionadas con las limitadas relaciones con sus iguales y las experiencias de fracaso social.

- Dificultades de comprensión y aceptación de límites y normas.

- Mejorar su autoestima.

- Entrenamiento en autocontrol y en auto-instrucciones que le permitan regular su impulsividad.

- Entrenamiento en habilidades de focalización y mantenimiento de la atención.

- Entrenamiento en habilidades meta-cognitivas que le ayuden a reflexionar sobre sus propios procesos mentales, lo que hace y cómo lo hace.

- Entrenamiento en habilidades de solución de problemas (definición del problema, comprensión de los sentimientos y objetivos propios y del otro, generación creativa de alternativas, valoración en base a las contingencias, toma de decisiones y feed-back)

- Entrenamiento en habilidades socio-afectivas que le ayuden a ponerse en el lugar del otro (escucha activa, comunicación no verbal, empatía y toma de perspectiva).

- Entrenamiento en habilidades sociales y asertividad que desarrolle sus competencias sociales y emocionales facilitando sus relaciones interpersonales y su adaptación social y escolar. Habilidades relacionadas con la generación de locus de control interno y responsabilidad personal.

Estrategias y recursos metodológicos:

- Centrarse en las conductas, no en las características personales.

- Evitar el lenguaje impositivo durante la comunicación, para ello, mejor dar las instrucciones en plural, para que no lo sienta como una orden específica para él (en lugar de “Tienes que…” utilizaremos “Vamos a …”. –

- Dirigirse al alumnado siempre por su nombre.

- Evitar gestos, palabras o tono de voz despectivos.

- Dirigirse al alumno/a mirándole, usando gestos adecuados y desde una posición próxima.

- Informar de cuál es la conducta adecuada y qué se espera de él.

- Prestar atención a conductas alternativas positivas. Alabar estas conductas.

- Apercibir en privado o en voz baja, o con una mirada.

- Prestar atención al alumnado cuando está trabajando, facilitar ayuda cuando la necesite y llegar a acuerdos de trabajo.

- Usar alguna cualidad positiva del alumno/a como referencia común en el aula.

- Informar de las consecuencias que se derivan si la conducta negativa persiste. Ser firmes y consistentes en la aplicación de las medidas disciplinarias, teniendo la seguridad de que ha entendido las consecuencias de su comportamiento.

- Hablar bien del alumno/a en presencia de otros adultos o compañeros.

- Saludar y mostrar reconocimiento cuando nos encontremos al alumno/a fuera del aula. Capacidad para ponernos en su lugar y negociar, según el tipo de conducta y siempre que no se produzcan situaciones de violencia o acoso en cualquiera de sus modalidades.

- Evitar la confrontación directa con el alumnado.

9. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS/EXTRAESCOLARES.

ACTIVIDADES PROPUESTAS POR EL DEPARTAMENTO

La actividad a realizar este curso, atendiendo al acuerdo de la CCP del 05/10/2026 en relación a la “Gestión de las horas dedicadas a las actividades complementarias y extraescolares propuestas por los departamentos” que se proponen es:

“ Un día en la vía Romana del Iregua”

Esta actividad extraescolar tiene un planteamiento interdisciplinar, que tras iniciarse en la unidad 4 pretende completar el conocimiento del alumno/a en relación a las actividades físicas de Roma, al tiempo contribuir a la competencia 5 al incorporar senderismo y actividad de escalada.

La actividad se inicia en Villoslada de Cameros, discurre por el camino romano hacia Lumbreras donde encontraremos y finalizaremos la actividad el parque de aventura “Sierra de Cameros “. Se realizará en el tercer trimestre.

ACTIVIDADES ORGANIZADAS POR CENTRO DONDE PARTICIPA EN DEPARTAMENTO

“Convivencia en La Grajera”

Actividad planificada por el centro y diseñada por el Departamento de educación física y el Departamento de Orientación y convivencia, llevada a cabo con la ayuda de los tutores de 1º ESO, entre otros. Esta actividad tiene la intención de mejorar los lazos y el conocimiento entre los alumnos de los 3 centros adscritos recién llegados distribuidos en los diferentes grupos. A nivel curricular, se valorará en la competencia 5 de la asignatura siendo obligatoria y complementaria.Se realiza en el primer trimestre, antes de San Mateo.

NORMATIVA DE CENTRO EN RELACIÓN A LA ASISTENCIA

La no asistencia a estas actividades extraescolares y complementarias no exime al alumno de asistir al centro educativo y en caso de tratarse de una actividad complementaria deberá recuperar mediante un trabajo o prácticas alternativas los conocimientos adquiridos en la misma.