



IES
Vas
co
de
la
Zar
za

EDUCACIÓN FÍSICA

Nivel: CUARTO DE LA E.S.O.

M.^a Lourdes Perdiguero Martín

PROGRAMACIÓN DEL CURSO 2020-21



ÍNDICE

1. <i>Secuencia y temporalización de los contenidos.....</i>	5
2. <i>Estándares de aprendizaje evaluables que se consideran básicos.....</i>	8
3. <i>Decisiones metodológicas y didácticas.....</i>	11
4. <i>Perfil de cada una de las competencias de acuerdo con lo establecido en la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero.....</i>	14
5. <i>Concreción de elementos transversales que se trabajarán en cada materia.....</i>	16
6. <i>Medidas que promuevan el hábito de la lectura.....</i>	18
7. <i>Estrategias e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes del alumnado y criterios de calificación.....</i>	19
8. <i>Actividades de recuperación de los alumnos con materias pendientes de cursos anteriores.....</i>	23
9. <i>Medidas de atención a la diversidad.....</i>	24
10. <i>Materiales y recursos de desarrollo curricular.....</i>	25
11. <i>Programa de actividades extraescolares y complementarias.....</i>	27
12. <i>Procedimiento de evaluación de la programación didáctica y sus indicadores de logro.....</i>	28



INTRODUCCIÓN

Este proyecto elaborado por el Departamento de Educación Física del I.E.S. "Vasco de la Zarza" se fundamenta en la certeza que tenemos los profesionales de la Educación Física de la gran incidencia que tiene nuestra asignatura en la consecución de los objetivos generales, tanto de la E.S.O. como del Bachillerato.

Pensamos que a través de la aplicación de este Proyecto, la enseñanza de la Educación Física ha de promover y facilitar que cada alumno/a descubra su propio cuerpo y sus posibilidades de movimiento, ayudándole a Conocer y dominar un número variado de actividades físicas y deportivas, de manera que en el futuro cada uno pueda elegir libremente las que considere más apropiadas para ocupar su tiempo de ocio y su relación con los demás.

Esta manera de entender la Educación Física ha sido siempre nuestra forma de actuación y trabajo, por lo que pensamos que este Proyecto de Área para la etapa de Educación Secundaria y del primer curso de Bachillerato, es el más apropiado por la valoración positiva que hacemos de nuestro trabajo de años anteriores.

Entendemos asimismo que la Educación a través de la actividad física, no debe reducirse únicamente a los aspectos perceptivos o motores, sino que se debe valorar en la misma medida aspectos expresivos, comunicativos, cognoscitivos, afectivos, etc...

La idea que guía esta programación es la de que la Educación Física, en este tramo educativo, debe incorporar además de un carácter lúdico, que haga del ejercicio físico una actividad agradable y divertida para los alumnos, aspecto prioritario y fundamental en la Educación Primaria, un carácter funcional, que proporcione al alumno los recursos necesarios para conseguir un cierto grado de autonomía en la práctica de actividades físico - deportivas fuera del contexto escolar.

Los contenidos, competencias, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables son los que figuran en el currículo oficial de la Junta de Castilla y León para la etapa de ESO y la de Bachillerato, especificados en la siguiente normativa:



- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato (BOE de 3 de enero de 2015).
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato (BOE de 29 de enero).
- ORDEN EDU/362/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León (BOCyL de 8 de mayo).

Aparecerá en rojo aquello que será modificado o adaptado debido al riesgo que supone su realización

1. *Secuencia y temporalización de los contenidos.*

Los contenidos del bloque 1 se llevarán a cabo durante las tres evaluaciones:

Estrategias de búsqueda y selección de información. Utilización de fuentes de información digitales. Navegación en itinerarios relevantes para la profundización en diferentes contenidos. Comunicación a través de los canales telemáticos. Uso responsable de las TIC como medio de comunicación interpersonal en grupos.

1ª EVALUACIÓN

BLOQUE 2

Repertorio de elementos técnicos. Automatización. Sistemas de entrenamiento de las capacidades físicas. **Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones** El calentamiento general y específico. Elaboración autónoma de calentamientos y vueltas a la calma, previo análisis de la actividad física que va a desarrollarse. Desarrollo de la aptitud física a través del ejercicio sistemático, rutinario y bien planificado. Planificación de una sesión de entrenamiento. Planificación de la propia actividad física. La postura corporal en actividades cotidianas. Tareas de carácter preventivo. Ejercicios de tonificación y estiramiento de la musculatura. Técnicas generales y específicas de relajación y trabajo compensatorio. Dieta adecuada e hidratación, antes, durante y después de la actividad física. Material deportivo adecuado al propio nivel. Equipamientos y espacios para una práctica segura de la actividad físico deportiva. Lesiones más comunes producidas por la práctica deportiva. Protocolo de actuación ante una emergencia en la realización de actividades físico deportivas. Contribución de la actividad física sistemática al desarrollo integral de la persona. Efectos negativos de determinados hábitos, nocivos, sobre la condición física y la salud. Responsabilidad y autonomía en el mantenimiento de la salud.

BLOQUE 4

Estructura interna de los juegos deportivos de cooperación-oposición. Coordinaciones tácticas colectivas básicas (en ataque y en defensa) Interpretación del significado de las



acciones de sus compañeros. Juego del adversario. Puntos fuertes y débiles. Realización de la acción apropiada. Discriminación de los diversos roles de juego La iniciativa como elemento que marca el carácter ofensivo-defensivo. Autocontrol y tolerancia en el desarrollo de diferentes funciones y situaciones de la práctica deportiva. Planificación y organización de actividades deportivas. La actividad física como situación motriz reglada, de carácter lúdico e institucionalizada. El juego y el deporte como medios de aprendizaje y desarrollo de cualidades físicas, psicomotrices y socio-afectivas. El deporte como manifestación en diversos órdenes de nuestra sociedad. Análisis y reflexión sobre los aspectos positivos (esfuerzo, colaboración, respeto, tolerancia, etc.) y negativos (violencia, dopaje) del deporte Las relaciones interpersonales favorecedoras de la cooperación en las actividades físico-deportivas Trabajo en equipo: cooperación, respeto.

2ª EVALUACIÓN

BLOQUE 4

Estructura interna de los juegos deportivos de cooperación-oposición. Coordinaciones tácticas colectivas básicas (en ataque y en defensa) Interpretación del significado de las acciones de sus compañeros. Juego del adversario. Puntos fuertes y débiles. Realización de la acción apropiada. Discriminación de los diversos roles de juego La iniciativa como elemento que marca el carácter ofensivo-defensivo. Autocontrol y tolerancia en el desarrollo de diferentes funciones y situaciones de la práctica deportiva. Planificación y organización de actividades deportivas. La actividad física como situación motriz reglada, de carácter lúdico e institucionalizada. El juego y el deporte como medios de aprendizaje y desarrollo de cualidades físicas, psicomotrices y socioafectivas. El deporte como manifestación en diversos órdenes de nuestra sociedad. Análisis y reflexión sobre los aspectos positivos (esfuerzo, colaboración, respeto, tolerancia, etc.) y negativos (violencia, dopaje) del deporte Las relaciones interpersonales favorecedoras de la cooperación en las actividades físico deportivas Trabajo en equipo: cooperación, respeto.

BLOQUE 5

Planificación de actividades físico deportivas en distintos medios en función de las posibilidades que ofrece el entorno. Relación entre la actividad física, la salud y el medio natural. Valoración del patrimonio natural como fuente de recursos para la práctica de actividades físicas y recreativas. Impacto que tienen algunas actividades físico deportivas en el medio natural. Adopción de medidas prácticas. Beneficios que aporta la práctica de estas actividades en la salud individual y colectiva.

3ª EVALUACIÓN

BLOQUE 3

Situaciones globales de juego. Toma de decisión (pensamiento táctico). Ejecución técnico-táctica adaptada a los compañeros y/o adversarios. Supresión de situaciones de peligro en la táctica de oposición.

BLOQUE 4

Estructura interna de los juegos deportivos de cooperación-oposición. Coordinaciones tácticas colectivas básicas (en ataque y en defensa) Interpretación del significado de las acciones de sus compañeros. Juego del adversario. Puntos fuertes y débiles. Realización de la acción apropiada. Discriminación de los diversos roles de juego La iniciativa como elemento que marca el carácter ofensivo-defensivo. Autocontrol y tolerancia en el desarrollo de diferentes funciones y situaciones de la práctica deportiva. Autonomía y responsabilidad en la organización de su tiempo libre. Planificación y organización de actividades deportivas. La actividad física como situación motriz reglada, de carácter lúdico e institucionalizada. El juego y el deporte como medios de aprendizaje y desarrollo de cualidades físicas, psicomotrices y socio-afectivas.

El deporte como manifestación en diversos órdenes de nuestra sociedad. Análisis y reflexión sobre los aspectos positivos (esfuerzo, colaboración, respeto, tolerancia, etc.) y negativos (violencia, dopaje) del deporte Las relaciones interpersonales favorecedoras de la cooperación en las actividades físico deportivas Trabajo en equipo: cooperación, respeto.

2. *Estándares de aprendizaje evaluables que se consideran básicos.*

2.1 BLOQUE 1

1.1 Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.

1.2 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.

1.3 Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

2.2 BLOQUE 2

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

2.1 Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.

2.2 Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.

2.3 Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.

2.4 Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.

3.1 Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

3.2 Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

3.3 Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.

3.4 Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.

4.1 Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.

4.2 Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.

4.3 Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

5.1 Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.

5.2 Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.

5.3 Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.

2.3 BLOQUE 3

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

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

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

2.4 BLOQUE 4

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

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

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

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

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

2.1 Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.

2.2 Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.

2.3 Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.

3.1 Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

3.2 Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.

3.3 Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como el de espectador.

4.1 Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a los argumentos válidos.

4.2 Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.

2.5 BLOQUE 5

1.1 Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.

1.2 Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.

1.3 Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.

2.6 BLOQUE 6

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

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

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

3. *Decisiones metodológicas y didácticas.*

La metodología didáctica será fundamentalmente activa y participativa, favoreciendo el trabajo individual y cooperativo del alumnado, así como el logro de los objetivos y competencias correspondientes.

La metodología, por tanto, estará orientada a potenciar el aprendizaje por competencias por lo que será activa y participativa, potenciando la autonomía de los alumnos en la toma de decisiones, el aprender por sí mismos y el trabajo colaborativo, la búsqueda selectiva de información y, finalmente, la aplicación de lo aprendido a nuevas situaciones. Todo ello teniendo en cuenta, además, las posibilidades que ofrecen las tecnologías de la información y comunicación.

En relación con la metodología didáctica, se articularán recursos que permitan la impartición de los contenidos tanto de forma presencial como a distancia y se priorizarán aquéllas que favorezcan el desarrollo de la competencia de aprender a aprender.

Las decisiones metodológicas y didácticas las referiremos a los elementos generales presentes en la propuesta curricular, que son comunes para ESO y BACH y vienen establecidos en las órdenes de implantación:

Orden 362/2015, art. 8 Principios metodológicos y Anexo I.A. Principios metodológicos de la etapa

- Metodología activa y participativa (aprendizaje por competencias)
- Trabajo individual y cooperativo del alumnado
- Consideración de la atención a la diversidad
- Ajuste a los diferentes ritmos de aprendizaje
- Fomento del aprender por sí mismos
- Promoción del trabajo en equipo.
- Enfoque multidisciplinar del proceso educativo

- Actividades que fomenten la motivación y el interés por las matemáticas, el hábito de lectura y estudio y la correcta expresión oral y escrita.
- Uso de las TIC.

Las actividades deportivas tanto de regulación externa como de autorregulación soportan un cierto contenido de competición. Sin embargo, esta tendrá un tratamiento educativo, es decir, la competencia con otros, individualmente o en grupos, supone un mecanismo de regulación del propio esfuerzo, una situación de reto a superar, y no de rivalidad o puro enfrentamiento. Por otra parte, a partir de las actividades de enseñanza aprendizaje el alumno debe llegar a distinguir competición y competitividad. La primera como una finalidad más del juego o del deporte y, la segunda, como una actitud no sólo del deporte sino de otros fenómenos sociales donde toda la actividad que realiza el individuo tiene como finalidad única el éxito.

Obtener el éxito en su competencia cognitiva, social o física debe tener el mismo papel educativo y la misma relevancia en la escala de valores del alumno. Para asegurar el éxito del alumnado, el profesor ha de acercar la dificultad de la tarea a las posibilidades iniciales de ejecución del alumno de modo que mantenga el nivel de motivación adecuado para la superación de las dificultades, e ir aumentando progresivamente el grado de la dificultad a superar.

En el caso de las habilidades se irá de la experimentación (tanteo, acomodación, identificación y adaptación) a la automatización (dominio, decisión y transferencia) y de ésta al perfeccionamiento (coordinación múltiple y tecnificación).

En el caso de las aptitudes físicas se partirá del acondicionamiento físico (localización, construcción básica y capacitación) para continuar con la mejora (tanto general como específica) y de ésta, llegar a la especialización (rendimiento específico, rendimiento combinado y rendimiento máximo).

En el diseño de actividades de enseñanza de los juegos y deportes se ha de plantear, a priori, o analizar al acabar, planes y estrategias de juego y poder valorar cómo se ha desarrollado la actividad física organizada. Con esta metodología se pretende responsabilizar al alumno, lo que es también un objetivo general de la etapa, no obstante, para poder aplicarlo es necesario que haya adquirido conocimientos previos y hábitos de

trabajo suficientes que le permitan desarrollar y organizar sus propias actividades con perspectivas de éxito.

El alumno de secundaria precisa una mayor información y que esta sea más especializada. Las actividades de enseñanza no deberían diferenciarse de las actividades físicas con las que se va a enfrentar o va a elegir en el futuro, tanto en el tipo de éstas como en el grado de profundización de su planteamiento.

Es necesario, por tanto, proporcionarle la información y los elementos para la autocorrección y mejora, que le permitan iniciarse en la planificación de la actividad física respecto de los objetivos responsablemente elegidos por él mismo.

La fundamentación teórica será incluida, en la medida de lo posible, en la práctica como proceso metodológico y pedagógico que permita al alumno una adquisición de conocimientos basados en ella. Estos principios se pueden realizar bajo el soporte de las Tecnologías de la información y la comunicación y los nuevos medios y recursos educativos que ayudan a profundizar los aprendizajes y fomentar el desarrollo integral de los alumnos.

En Educación Física utilizamos habitualmente dos grandes métodos de enseñanza, dependiendo sobre todo del tipo de tarea motriz a enseñar:

A) Instrucción directa o reproducción de modelos: Se utiliza cuando se trata de enseñar tareas que tienen soluciones concretas, de eficacia probada. Es, sin duda, la más aplicada para enseñar técnicas deportivas, como por ejemplo: "Fosbury", "toque de dedos", etc.

B) Enseñanza mediante la búsqueda o resolución de problemas: Se utiliza principalmente en las unidades didácticas de deportes alternativos, expresión corporal, habilidades motrices, deporte de orientación, etc.

La combinación de ambos métodos y sus muchos recursos metodológicos y didácticos (el mando directo, la asignación de tareas, la enseñanza recíproca, la microenseñanza, etc.), dependiendo de las diferentes situaciones y tareas a enseñar, será fundamental para un correcto desarrollo de la asignatura.

4. *Perfil de cada una de las competencias de acuerdo con lo establecido en la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero.*

CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA CONSECUCCIÓN DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

La materia de Educación Física contribuye de manera directa y clara a la consecución de tres competencias básicas: El sentido de iniciativa y espíritu emprendedor, la conciencia y expresiones culturales y las competencias sociales y ciudadanas.

La Educación Física plantea situaciones especialmente favorables a la adquisición de las competencias sociales y cívicas. Las actividades físicas, propias de esta materia, son un medio eficaz para facilitar la integración y fomentar el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación, la igualdad y el trabajo en equipo. La práctica y la organización de las actividades deportivas colectivas exige la integración en un proyecto común, y la aceptación de las diferencias y limitaciones de los participantes, siguiendo normas democráticas en la organización del grupo y asumiendo cada integrante sus propias responsabilidades. El cumplimiento de las normas y reglamentos que rigen las actividades deportivas colaboran en la aceptación de los códigos de conducta propios de una sociedad.

La educación física ayuda de forma destacable a la consecución del sentido de iniciativa y espíritu emprendedor, fundamentalmente en dos sentidos. Por un lado, si se otorga protagonismo al alumnado en aspectos de organización individual y colectiva de jornadas y actividades físicas y deportivas o de ritmo, y en aspectos de planificación de actividades para la mejora de su condición física.

Por otro lado, lo hace en la medida en que enfrenta al alumnado a situaciones en las que debe manifestar autosuperación, perseverancia y actitud positiva ante tareas de cierta dificultad técnica o en la mejora del propio nivel de condición física, responsabilidad y

honestidad en la aplicación de las reglas y capacidad de aceptación de los diferentes niveles de condición física y de ejecución motriz dentro del grupo.

Contribuye también a la adquisición de la conciencia y expresiones culturales. A la apreciación y comprensión del hecho cultural, lo hace mediante el reconocimiento y la valoración de las manifestaciones culturales de la motricidad humana, tales como los deportes, los juegos tradicionales, las actividades expresivas o la danza y su consideración como parte del patrimonio cultural de los pueblos.

A la expresión de ideas o sentimientos de forma creativa contribuye mediante la exploración y utilización de las posibilidades y recursos expresivos del cuerpo y el movimiento. A la adquisición de habilidades perceptivas, colabora especialmente desde las experiencias sensoriales y emocionales de las actividades de la expresión corporal. Por otro lado, el conocimiento de las manifestaciones lúdicas, deportivas y de expresión corporal propias de otras culturas ayuda a la adquisición de una actitud abierta hacia la diversidad cultural.

En otro sentido, esta materia está comprometida con la adquisición de una actitud abierta y respetuosa ante el fenómeno deportivo como espectáculo, mediante el análisis y la reflexión crítica ante la violencia en el deporte u otras situaciones contrarias a la dignidad humana que en él se producen.

La Educación Física ayuda a la consecución de la competencia para aprender a aprender al ofrecer recursos para la planificación de determinadas actividades físicas a partir de un proceso de experimentación. Todo ello permite que el alumnado sea capaz de regular su propio aprendizaje y práctica de la actividad física en su tiempo libre, de forma organizada y estructurada. Asimismo, desarrolla habilidades para el trabajo en equipo en diferentes actividades deportivas y expresivas colectivas y contribuye a adquirir aprendizajes técnicos, estratégicos y tácticos que son generalizables para varias actividades deportivas.

A la adquisición de la competencia en comunicación lingüística la materia contribuye, como el resto, ofreciendo una variedad de intercambios comunicativos y a través del vocabulario específico que aporta.

En cuanto a la adquisición de la competencia digital, se llevará a cabo búsqueda de información con medios digitales, para la realización de diferentes trabajos relacionados con los contenidos de la materia.

5. *Concreción de elementos transversales que se trabajarán en cada materia.*

Son temas transversales aquellos que englobando múltiples contenidos, difícilmente pueden adscribirse de forma específica a ninguna de las distintas áreas curriculares, pero en un modelo de enseñanza que promueve la formación integral de la persona, es necesario que esté presente en todas ellas.

Desde el área de la Educación Física, vamos a ir tratando los diferentes temas transversales del modo que a continuación se indica:

A) Prevención de la violencia de género a través de la Educación para la igualdad de oportunidades: Estamos trabajando por la igualdad de oportunidades, no haciendo discriminación por sexos a la hora de :

- Ocupar espacios
- Adquirir y utilizar cualquier material
- Repartir roles, tareas y responsabilidades
- Poder participar en cualquier actividad
- Formar grupos
- Utilizar el lenguaje

B) Desarrollo sostenible: Desde la E. Física educamos a los alumnos/as :

- Propiciando una actitud crítica ante la publicidad en instalaciones, prácticas deportivas, asociaciones, vestuarios, materiales, bebidas, etc.
- Responsabilizándoles en la adquisición, uso y conservación de materiales, vestuario e instalaciones.

- Informándoles sobre actividades y recursos para prácticas deportivas-

C) Educación cívica y constitucional: En nuestra práctica diaria se favorece el trabajo en grupo y las decisiones se toman de forma colectiva por parte de los alumnos. En las actividades de E. Física prima la cooperación sobre la competición, el esfuerzo sobre el rendimiento, el diálogo sobre la imposición, favoreciendo así el desarrollo de auténticos valores.

D) La prevención de accidentes: desde el área de E. Física favorecemos una mejor educación vial:

- Mejorando la condición y capacidades físicas de los alumnos/as
- Desarrollando propuestas orientadas a percibir y estructurar el espacio.
- Realizando actividades de marchas y orientación en el medio natural.

E) Comprensión lectora, expresión oral y escrita y la comunicación audiovisual :Desde el área de E. Física se trabaja en la explicación y desarrollo de los temas teóricos y en la realización de trabajos por parte de los alumnos

F) Prevención de la violencia: favorecemos una educación para la paz a través de:

- Crear unas relaciones basadas en valores como la cooperación, la solidaridad, y la justicia, y haciendo que el alumnado tome conciencia de ello.
- Participar y organizar las tareas en una relación democrática y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y no violenta.

G) Desarrollo sostenible y medio ambiente: Se favorecerá una educación ambiental a través de:

- La participación y experimentación proporcionando a los alumnos/as la posibilidad de participar en acciones que tengan por objeto resolver los problemas ambientales y la preservación y conservación de la naturaleza.

- El conocimiento, concienciación y sensibilización de lo que significa el medio ambiente, y a comprender los problemas fundamentales que sufre la naturaleza.

H) La mejora de la convivencia: Se trabaja a través de actividades de carácter cooperativo y de la formación y trabajo en grupos diferentes, teniendo oportunidad de conocer a todos sus compañeros.

6. *Medidas que promuevan el hábito de la lectura.*

Para estimular el interés y el hábito de lectura, el Departamento anima a los alumnos a buscar información sobre los temas tratados en clase, y valora positivamente a los estudiantes que así lo hacen, mejorando su calificación en el apartado de Evaluación Actitudinal.

También se promoverá el hábito de la lectura pidiéndoles que busquen información para la realización de trabajos de diversos contenidos a lo largo del curso. Unos serán obligatorios y otros voluntarios.

Para estimular la capacidad de los alumnos a expresarse correctamente, el Departamento, de forma regular, utiliza estrategias didácticas como la asignación de tareas, en las que, por ejemplo, algunos alumnos, durante un tiempo, tienen que ser capaces de dirigir al resto del grupo para realizar actividades a veces propuestas por el profesor, o, en los niveles superiores, seleccionadas por ellos mismos. La actuación de estos alumnos se tiene en cuenta para su evaluación..

7. *Estrategias e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes del alumnado y criterios de calificación.*

7.1- CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Bloque 1. Contenidos comunes

1. Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.

Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.
2. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.
3. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.
4. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.
5. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes

Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición

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

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

Bloque 4. Situaciones de cooperación

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

2. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.

3. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.

4. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.

Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

1. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida del entorno.

Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión

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

7. 2 CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Para comprobar en qué medida se logran los objetivos previstos se llevarán a cabo tres tipos de evaluación:

A) Evaluación inicial: Se realizará al comienzo del curso y de cada una de las unidades didácticas, y nos dará la información del grado de conocimientos y capacidades de cada uno de los alumnos/as al iniciarse el proceso de enseñanza - aprendizaje, pudiendo adecuar éste a sus posibilidades. Esta evaluación se realiza

especialmente en las unidades didácticas de condición física, cualidades motrices, y juegos y deportes.

B) Evaluación formativa: Acompañará constantemente al proceso de enseñanza-aprendizaje y ha de ser reguladora, orientadora, retroalimentadora y autocorrectora. Se tendrá en cuenta el trabajo diario de los alumnos en las clases, la asistencia a clase, si traen el material necesario, etc.

C) Evaluación sumativa: Se hará al final de cada unidad didáctica o de cada ciclo. Teniendo en cuenta que en nuestra asignatura hay una gran diversidad de contenidos prácticos, teóricos y actitudinales, la nota o calificación vendrá dada por los siguientes porcentajes:

- **Control práctico.....50 %**
- **Control teórico20 %**
- **Actitud (asistencia, trabajo, participación)30 %**

Para poder hacer media es necesario obtener, como mínimo, una calificación de 3, tanto en la parte teórica como en la práctica.

CONTROL PRÁCTICO: Se realizarán pruebas prácticas sobre los contenidos desarrollados en clase.

CONTROL TEÓRICO: Se realizarán pruebas teóricas sobre la teoría explicada en las clases. También se pedirán trabajos sobre los contenidos de los distintos bloques. Unos serán de carácter voluntario y otros de carácter obligatorio. Normalmente se hará un examen teórico por evaluación.

ACTITUD: En este apartado se tendrá en cuenta la asistencia, el comportamiento, el esfuerzo, el interés, la participación en clase y en las actividades complementarias y extraescolares, si traen el material necesario(ropa deportiva, camiseta limpia para cambiarse al terminar la clase),etc.



Para poder superar cada una de las U.D.: es requisito imprescindible, en cuanto a la asistencia a clase, asistir al menos al 70% de las clases. Los que superen el 30% de faltas sin justificar, realizarán pruebas especiales, cambiando el criterio de evaluación continua.

La asistencia a clase sin ropa deportiva adecuada implicará una falta.

De lo anteriormente descrito se deduce que este departamento valora en la misma medida las actitudes del alumno/a y su rendimiento físico - deportivo.

Procedimiento para la evaluación de alumnos exentos temporales de la parte práctica.

Aquellos alumnos que puntualmente no realicen educación física (por enfermedad, lesión, falta de material...) realizarán un trabajo alternativo que consistirá en apuntar y explicar en un folio todas las actividades que sus compañeros realicen ese día, y deberán entregarlo al terminar la clase.

Procedimiento para la evaluación de alumnos exentos permanentes de la parte práctica.

Aquellos alumnos que no puedan realizar educación física con normalidad, bien sea por lesión, enfermedad o discapacidad, deberán justificar su exención con un certificado médico oficial referido al curso actual.

Será obligatoria la asistencia, debiendo confeccionar un cuaderno donde irá recogiendo todas las actividades realizadas en clase, de manera detallada y debidamente explicadas.

Se realizarán exámenes teóricos de los contenidos conceptuales de la evaluación.

También realizarán trabajos sobre los contenidos que se desarrollan en clase para poder llevar a cabo la evaluación del alumno.

8. *Actividades de recuperación de los alumnos con materias pendientes de cursos anteriores.*

Evaluaciones. El profesor que imparte la asignatura en la que se encuentra matriculado el alumno realiza un informe, atendiendo a los criterios de promoción: asistencia a clase, interés esfuerzo..., con esta información el departamento decide la nota de evaluación.

Examen en mayo: examen práctico y/o teórico, en los casos de exención parcial o total de la parte práctica se realizará examen teórico y/o trabajos teóricos, también se tienen en cuenta los informes de evaluación del profesor implicado.

Examen de septiembre. Se realiza con las mismas normas que en el mes de mayo.

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LAS MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES

– El profesor tendrá principalmente en cuenta la evolución del alumno/a durante el presente curso escolar, si bien podrá proponer algún trabajo teórico o práctico referente a las unidades didácticas a recuperar de cursos anteriores.

En cualquier caso, se valorará especialmente la actitud del alumno/a hacia la materia, su interés, dedicación y esfuerzo

9. *Medidas de atención a la diversidad.*

En Educación Física, la diversidad se presenta por el grado de desarrollo de sus capacidades cognoscitivas, expresivas y motrices, así como por circunstancias que afectan a su disponibilidad motriz, tales como enfermedades o lesiones.

Ante alumnos que presenten bajo desarrollo cognitivo, se centrará la atención en los aspectos más esenciales de la carga teórica de la asignatura, desechando los accesorios, y, si se considera apropiado, se sustituirá la prueba de evaluación escrita por otra oral.

También se tendrá en cuenta y se evaluará el esfuerzo y el trabajo de cada alumno, es decir, su actitud en clase, y se valorarán aspectos como su capacidad de cooperar y trabajar en equipo.

Para los alumnos con lesiones leves o indisposiciones pasajeras (exenciones parciales), se pedirán trabajos teóricos sobre los temas tratados en las clases.

Para alumnos con lesiones o enfermedades permanentes o más duraderas, también se asignarán trabajos teóricos. En cualquier caso, deberán cursar los contenidos teóricos de la asignatura. Siempre que sea posible, se integrará a estos alumnos en la dinámica de clase, adaptando los contenidos de las sesiones a sus posibilidades motrices particulares..

10. *Materiales y recursos de desarrollo curricular.*

El Departamento ha elaborado una serie de Apuntes Didácticos sobre los temas que se tratan en los diferentes niveles.

Estos Apuntes están íntimamente relacionados con las prácticas que los alumnos realizan en clase, y con ellos pretendemos que los estudiantes reflexionen e incorporen conocimientos que les permitan, de forma autónoma, incluir en su tiempo libre y de ocio la práctica regular de una actividad física adecuada para la mejora de su calidad de vida, y diferencien claramente entre los hábitos de vida saludables y los perjudiciales.

El Departamento no utiliza como guía didáctica ningún libro de texto, pero si los utiliza como apoyo para la realización de los apuntes.

El departamento utiliza, para el correcto desarrollo de las sesiones de clase, en material deportivo necesario para cada una de ellas.

Entre los diferentes materiales destacamos:

- Balones de diferentes deportes y actividades (de espuma, reglamentarios, medicinales, sonoros...)
- Sticks, porterías y bolas de floorball
- Colchonetas de diferentes tamaños
- Cuerdas
- Redes
- Postes
- Aros
- Minitramps
- Bancos suecos
- Radiocds
- Etc.

Los criterios para la elección del material, dependen del presupuesto del departamento, aunque se busca que la calidad sea buena, aunque se pueda adquirir menor número de material.



En cuanto al control del material se lleva a cabo por los profesores del departamento, velando por el correcto uso del mismo, encargándose de sacarlo y recogerlo antes y después de su uso. Los alumnos podrán colaborar con los profesores en la distribución y recogida del material.

Los profesores se encargarán de concienciar a los alumnos en el cuidado del mismo para poder ser utilizado por todos los alumnos, en las actividades que lo necesiten.

No obstante, durante el presente curso, se minimizará en lo posible, el uso del material compartido. Siempre que se utilice cualquier material, será desinfectado antes y después de su uso.

11. *Programa de actividades extraescolares y complementarias.*

Todas estas actividades se llevarán a cabo, siempre que la situación de la pandemia lo permita.

Las actividades que se realizarán en 4º de la E.S.O. son las siguientes:

1.- Participación en diferentes especialidades y categorías en los Juegos Escolares.

Dirigido a: todos los alumnos.

Fechas posibles: De llevarse a cabo, será a partir de la 2ª evaluación

2.-Visita al Instituto Nacional de Educación Física y Centro de Alto Rendimiento de Madrid.

Dirigido a: Todos los alumnos de 4º

- Fechas posibles: segundo trimestre
- Lugar: Inef y Car de Madrid

3.- Programa de esquí.

- Dirigido a: todos los alumnos de 4º de la E. S. O.
- Fechas posibles: tercer trimestre.
- Lugar: Madrid (Snow Sport Zone)



4.-Festival de Fin de Curso

Dirigido a: todos los alumnos ESO y Bachillerato

Fecha: última semana de curso

Lugar: pabellón y salón de actos del IES Vasco de la Zarza

12. *Procedimiento de evaluación de la programación didáctica y sus indicadores de logro.*

Evaluación de la programación y propuestas de mejora

La actividad docente requiere de un permanente proceso de reflexión sobre las acciones educativas y los resultados que producen. La evaluación supone el análisis del proceso de enseñanza-aprendizaje durante un curso escolar en un centro educativo concreto y con unas circunstancias también determinadas.

Facilita la labor de evaluación el establecimiento de indicadores de control con los que medir de forma más objetiva las diferentes variables que debemos controlar. Esta labor la llevará a cabo todo el departamento.

Una vez llevada a cabo la evaluación de la programación, el otro punto fundamental es la realización de propuestas de mejora.

Análisis del proceso de enseñanza.

VALORACIÓN					1	2	3	4
1. Adecuación de los objetivos, contenidos, criterios de evaluación y calificación programados								
• Adecuación de los objetivos planteados								
• Adecuación de los contenidos explicados								
• Adecuación de los criterios de evaluación								
• Adecuación de los criterios de calificación								
2. Aprendizajes logrados por el alumnado								
• Grado de consecución de los objetivos planteados					1: <40%	2: 40- 55%	3: 56- 70%	4: >70%
ESO								
Bachillerato								
• Grado de recuperación de alumnado con materias pendientes								
3. Metodología, materiales y recursos didácticos								
• Las actividades propuestas contemplan el desarrollo de las competencias básicas en ESO.								
• Las actividades propuestas permiten alcanzar los objetivos planteados en Bachillerato.								
• Desarrollo de la programación acorde con la temporalización prevista.								
• La metodología propuesta en la programación es adecuada.								
• Grado de aplicación de las actividades propuestas en la programación								
• Los recursos del centro permiten la aplicación de la metodología programada								
• Se elaboran materiales curriculares propios								
• Los materiales y libros de texto se seleccionan mediante una adecuada evaluación								
• Uso de las TIC								
• Las actividades propuestas contemplan distintos grados de dificultad								
4. Evaluación de los aprendizajes del alumnado								
• Adecuación de los procedimientos de evaluación y recuperación.								
• Validez y eficacia de la evaluación inicial								

VALORACIÓN	1	2	3	4
<ul style="list-style-type: none">• Progreso del alumnado con apoyo				
<ul style="list-style-type: none">• En el informe final se hace referencia a los aspectos en los que el alumnado debe mejorar, las medidas de recuperación y los contenidos que debe recuperar				
5. Coordinación con los profesores del departamento, de otros departamentos y con los de cada grupo				
<ul style="list-style-type: none">• Grado de implicación del profesorado del departamento en la elaboración de la programación didáctica				
<ul style="list-style-type: none">• Grado de coordinación entre el profesorado del departamento				
<ul style="list-style-type: none">• Grado de coordinación entre el profesorado de cada grupo				
6. Relaciones tutor - familias				
<ul style="list-style-type: none">• Frecuencia de la comunicación de los tutores con las familias				
<ul style="list-style-type: none">• Interés de las familias por el aprendizaje de sus hijos				
<ul style="list-style-type: none">• Respuesta de las familias al control de asistencia a clase de sus hijos				
<ul style="list-style-type: none">• El alumnado participa y colabora en la tutoría				
7. La organización y la realización de las actividades complementarias y extraescolares programadas				
<ul style="list-style-type: none">• Grado de cumplimiento de las actividades programadas				
<ul style="list-style-type: none">• Eficacia de las mismas				
<ul style="list-style-type: none">• Relación con la programación didáctica y las actividades de aula				
<ul style="list-style-type: none">• Nivel de satisfacción del alumnado de las actividades desarrolladas				
8. Lectura y capacidad de expresión				
<ul style="list-style-type: none">• Grado de aplicación de las medidas programadas para estimular la lectura y la capacidad de expresión				

Análisis de la práctica docente.

Se recoge a continuación una síntesis de los profesores que forman el departamento:

	1	2	3	4
1- He realizado mi actividad educativa teniendo como referencia el Proyecto Educativo y la Programación de la materia				
2- He formulado los objetivos didácticos de forma que expresan claramente conocimientos y competencias básicas que el alumnado debe conseguir.				
3- He seleccionado y secuenciado los contenidos de la programación con una distribución adecuada a las características de la materia y del alumnado				
4- He dado al alumnado información de objetivos, contenidos, criterios de evaluación y calificación, así como conocimientos mínimos.				
5- He aplicado criterios de evaluación y de calificación.				
6- He respetado la distribución temporal de los contenidos por evaluaciones.				
7- He aplicado la metodología didáctica programada.				
8- He utilizado los recursos materiales a mi disposición				
9- He utilizado los recursos didácticos programados (en su caso, libros de texto de referencia).				
10- He replanteado la metodología para obtener mejores resultados				
11- El clima del aula ha sido propicio para llevar a cabo el proceso de sus aprendizajes.				
12- He entregado al alumnado información del sistema de recuperación de asignaturas pendientes.				
13- He aplicado medidas de atención a la diversidad a los alumnos que las han requerido.				
14- He llevado a efecto medidas de refuerzo educativo dirigidas al alumnado que presenta dificultades de aprendizaje.				
15- He llevado a cabo las actividades de recuperación de materias pendientes de cursos anteriores.				



	1	2	3	4
16- He informado sobre el nivel de aprendizaje entregando exámenes y tareas corregidas y calificaciones.				
17- He informado sobre las características de los exámenes de la convocatoria extraordinaria.				
18- He aplicado los procedimientos de evaluación programados y los he ajustado a los criterios de calificación.				
19- He respetado los criterios de evaluación marcados en la programación.				
20- He participado en la realización de las actividades complementarias y extraescolares programadas.				
21- He participado en actividades que contribuyen a mi formación				
22- He atendido al alumnado y a los padres que han solicitado información sobre el proceso de aprendizaje.				
23- He transmitido como tutor la información que me solicitan padres, alumnado y profesorado.				
24- He participado en las reuniones de tutores con el departamento de Orientación.				
25- Me considero informado/a por el equipo directivo, CCP, mi jefe de departamento y por los tutores de aquellos acuerdos y sucesos que influyen en mi práctica docente				
26- He contribuido, en caso de ser tutor/a o miembro del departamento de Orientación o del equipo directivo, a la orientación educativa y profesional del alumnado.				