

---

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA**  
**Ciencias de la actividad física**  
**1ºFPB**

---



## Introducción

---

La programación que a continuación se expone está realizada en base a la **Ley Orgánica 3/2020**, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, **Real Decreto 127/2014**, de 28 de febrero, por el que se regulan aspectos específicos de la Formación Profesional Básica de las enseñanzas de Formación Profesional del sistema educativo y al **Decreto 30/2020**, de 13 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se regula la Formación Profesional Básica en la Comunidad de Madrid y se aprueba el Plan de Estudios de 20 títulos profesionales básicos.

La materia **Ciencias de la Actividad Física I** tiene como **finalidad** principal desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados sobre todo a la conducta motora; para su consecución no es suficiente con la mera práctica, sino que es necesario el análisis crítico que afiance actitudes, valores referenciados al cuerpo, al movimiento y a la relación con el entorno.

La competencia motriz evoluciona a lo largo de la vida de las personas y desarrolla la inteligencia para saber qué hacer, cómo hacerlo, cuándo y con quién en función de los condicionantes del entorno. Para conseguir esa adecuada competencia, las acciones motrices que el alumno maneje deberán alcanzar un grado de complejidad significativamente mayor que el utilizado en Educación Primaria.

La materia **Ciencias de la Actividad Física I** puede estructurarse en torno a **cinco tipos de situaciones motrices diferentes**, caracterizados, cada uno de ellos, por rasgos comunes de lógica interna y diferentes a los de los otros tipos: en entornos estables, en situaciones de oposición, en situaciones de cooperación, en situaciones de adaptación al entorno, y en situaciones de índole artística o de expresión.

A ello hay que añadir el **objetivo principal de esta asignatura** que es *que el alumnado aprenda a realizar actividad física de forma autónoma correctamente, y que ese aprendizaje resulte desde la propia práctica.*

Estas actividades deberán integrar procesos orientados a la adquisición de las competencias y han de enfocarse desde diferentes perspectivas, desde la articulación con elementos plurales como son las distintas opciones metodológicas de carácter participativo, 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, teniendo siempre en cuenta la regulación de los procesos comunicativos, el desarrollo de las relaciones interpersonales, la conversión de espacios y materiales

## Objetivos de área

---

La enseñanza de las **Ciencias de la Actividad Física en la Formación Profesional** tendrá como objetivo el desarrollo de las siguientes capacidades:

1. Conocer y valorar los efectos positivos de la práctica regular de la actividad física en el desarrollo personal y social, facilitando la mejora de la salud y la calidad de vida.
2. Mejorar las cualidades físicas propias, a partir de la evaluación del estado inicial.
3. Diseñar, organizar y participar en actividades físicas como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas.
4. Incrementar la eficacia motriz en la resolución de situaciones motrices deportivas, la capacidad para la toma de decisiones, y la ejecución de los elementos técnicos aprendidos en la etapa anterior.
5. Diseñar y realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que constituyan una forma de disfrute del tiempo libre y una consolidación de hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
6. Facilitar la consolidación de actitudes de interés, disfrute, respeto, esfuerzo y cooperación mediante la práctica regular de la actividad física.
7. Adoptar una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva, así como ante los fenómenos socioculturales derivados de las manifestaciones físico-deportivas.
8. Diseñar y practicar, individualmente o en pequeños grupos, composiciones con o sin base musical, como medio de expresión y comunicación.
9. Emplear de forma autónoma la actividad física, los principios de la higiene postural y las técnicas de relajación como medio de conocimiento personal y como recurso para aliviar tensiones y reducir desequilibrios producidos en la vida diaria.

## Contribución al desarrollo de las competencias profesionales

---

La materia de Educación Física contribuye de manera directa y clara a la consecución de dos competencias básicas: **la competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico**, y la **competencia social y ciudadana**.

El cuerpo humano constituye una pieza clave en la interrelación de la persona con el entorno y la educación física está directamente comprometida con la adquisición del máximo estado de bienestar físico, mental y social posible, en un entorno saludable.

Respecto a la **competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico**, la educación física proporciona conocimientos y destrezas sobre determinados hábitos saludables que acompañarán a los jóvenes más allá de la etapa obligatoria.

La educación física plantea situaciones especialmente favorables a la adquisición de las competencias básicas social y ciudadana. Las actividades físicas 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. 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.

Además, la Educación Física contribuye de manera significativa al desarrollo del resto de competencias que el alumno debe desarrollar y dictadas por el **Ministerio de Educación y Ciencia** (MEC) a partir de una directriz europea, las cuales son:

La educación física ayuda también de forma destacable a la consecución de **autonomía e iniciativa personal** de dos formas. Si se otorga protagonismo al alumnado en aspectos de organización individual, y también lo hace en la medida en la que se enfrenta al alumnado en situaciones en las que debe manifestar autosuperación, perseverancia y actitud positiva ante tareas de cierta dificultad.

Contribuye también a la adquisición de la **competencia cultural y artística**. Esto lo hace mediante el reconocimiento y la valoración de manifestaciones culturales de la motricidad humana como los deportes, juegos tradicionales y actividades expresivas.

La materia de educación física 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 aprender a aprender**, debido a que ofrece recursos para la planificación de determinadas actividades físicas a partir de un proceso de experimentación. Esto permite que el alumnado sea capaz de regular su propio aprendizaje y la práctica de actividad física.

En cuanto a la **Competencia en comunicación lingüística**, la desarrollamos cuando los alumnos salen a explicar diferentes ejercicios, trabajos o actividades al resto de sus compañeros, así como a la hora de desenvolverse en el trabajo en grupo y cooperativo en el momento de proponer ideas o dar opiniones.

La **competencia matemática**, a la hora de trabajar con datos de frecuencias cardíacas u otras variables.

En cuanto al **tratamiento de la información y competencia digital**, a la hora de buscar información en Internet, o de presentar los trabajos de forma digital.

- **Competencias Clave:**

Las competencias clave son un conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que los estudiantes tienen que adquirir y aplicar en las actividades diarias de clase. Se trata, en esencia, de que sean “competentes”, es decir, no vale con que memoricen un libro de texto, algoritmos, definiciones y que las describan en un examen. Se trata de que adquieran unos conocimientos, unas maneras de actuar y una actitud adecuada en cada situación y contexto.

Las competencias clave y los descriptores operativos del grado de adquisición de las mismas previsto al finalizar la etapa de ESO son las fijadas en el **anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo/Real Decreto 243/2022, de 5 de abril**.

- CCL: competencia en comunicación lingüística.
- CP: competencia plurilingüe.
- STEM: competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
- CD: competencia digital.
- CPSAA: competencia personal, social y de aprender a aprender.
- CC: competencia ciudadana.
- CE: competencia emprendedora.
- CCEC: competencia en conciencia y expresión culturales

En cuanto a la dimensión aplicada de las competencias clave, se ha definido para cada una de ellas un conjunto de descriptores operativos, partiendo de los diferentes marcos europeos de referencia existentes.

**Los descriptores operativos de las competencias clave constituyen, junto con los objetivos de la etapa, el marco referencial a partir del cual se concretan las competencias específicas de cada área, ámbito o materia.** Esta vinculación entre **descriptores operativos** y **competencias específicas** propicia que de la evaluación de estas últimas pueda colegirse el grado de adquisición de las competencias clave definidas en el Perfil de salida y, por tanto, la consecución de las competencias y objetivos previstos para la etapa.

Dado que las competencias se adquieren necesariamente de forma secuencial y progresiva, se incluyen también en el Perfil los descriptores operativos que orientan sobre el nivel de desempeño esperado al completar la Educación Primaria, favoreciendo y explicitando así la continuidad, la coherencia y la cohesión entre las dos etapas que componen la enseñanza obligatoria.

### **Competencia en comunicación lingüística (CCL)**

La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa.

La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la escritura o la signación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.

#### **Descriptorios operativos**

<b>Al completar la Educación Primaria, el alumno o la alumna...</b>	<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna...</b>
<p><b>CCL1.</b> Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.</p>	<p><b>CCL1.</b> Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.</p>
<p><b>CCL2.</b> Comprende, interpreta y valora textos orales, escritos, signados o multimodales sencillos de los ámbitos personal, social y educativo, con acompañamiento puntual, para participar activamente en contextos cotidianos y para construir conocimiento.</p>	<p><b>CCL2.</b> Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.</p>
<p><b>CCL3.</b> Localiza, selecciona y contrasta, con el debido acompañamiento, información sencilla procedente de dos o más fuentes, evaluando su fiabilidad y utilidad en función de los objetivos de lectura, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p>	<p><b>CCL3.</b> Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p>
<p><b>CCL4.</b> Lee obras diversas adecuadas a su progreso madurativo, seleccionando aquellas que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; reconoce el patrimonio literario como fuente de disfrute y aprendizaje individual y colectivo; y moviliza su experiencia personal y lectora para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria a partir de modelos sencillos.</p>	<p><b>CCL4.</b> Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.</p>

**CCL5.** Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

**CCL5.** Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

### Competencia plurilingüe (CP)

La competencia plurilingüe implica utilizar distintas lenguas, orales o signadas, de forma apropiada y eficaz para el aprendizaje y la comunicación. Esta competencia supone reconocer y respetar los perfiles lingüísticos individuales y aprovechar las experiencias propias para desarrollar estrategias que permitan mediar y hacer transferencias entre lenguas, incluidas las clásicas, y, en su caso, mantener y adquirir destrezas en la lengua o lenguas familiares y en las lenguas oficiales. Integra, asimismo, dimensiones históricas e interculturales orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el objetivo de fomentar la convivencia democrática.

### Descriptorios operativos

Al completar la Educación Primaria, el alumno o la alumna...	Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna...
<p><b>CP1.</b> Usa, al menos, una lengua, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a necesidades comunicativas sencillas y predecibles, de manera adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a situaciones y contextos cotidianos de los ámbitos personal, social y educativo.</p>	<p><b>CP1.</b> Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.</p>
<p><b>CP2.</b> A partir de sus experiencias, reconoce la diversidad de perfiles lingüísticos y experimenta estrategias que, de manera guiada, le permiten realizar transferencias sencillas entre distintas lenguas para comunicarse en contextos cotidianos y ampliar su repertorio lingüístico individual.</p>	<p><b>CP2.</b> A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.</p>
<p><b>CP3.</b> Conoce y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en su entorno, reconociendo y comprendiendo su valor como factor de diálogo, para mejorar la convivencia.</p>	<p><b>CP3.</b> Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.</p>

### ***Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)***

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible. La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos. La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social. La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.

#### ***Descriptorios operativos***

<b>Al completar la Educación Primaria, el alumno o la alumna...</b>	<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna...</b>
<b>STEM1.</b> Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas.	<b>STEM1.</b> Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
<b>STEM2.</b> Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada.	<b>STEM2.</b> Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.

<p><b>STEM3.</b> Realiza, de forma guiada, proyectos, diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos, adaptándose ante la incertidumbre, para generar en equipo un producto creativo con un objetivo concreto, procurando la participación de todo el grupo y resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir.</p>	<p><b>STEM3.</b> Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.</p>
<p><b>STEM4.</b> Interpreta y transmite los elementos más relevantes de algunos métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y veraz, utilizando la terminología científica apropiada, en diferentes formatos (dibujos, diagramas, gráficos, símbolos...) y aprovechando de forma crítica, ética y responsable la cultura digital para compartir y construir nuevos conocimientos.</p>	<p><b>STEM4.</b> Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para compartir y construir nuevos conocimientos.</p>
<p><b>STEM5.</b> Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos, aplicando principios de ética y seguridad y practicando el consumo responsable.</p>	<p><b>STEM5.</b> Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.</p>

### **Competencia digital (CD)**

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas.

Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

### **Descriptorios operativos**

<b>Al completar la Educación Primaria, el alumno o la alumna...</b>	<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna...</b>
<b>CD1.</b> Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante, organización de datos...) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.	<b>CD1.</b> Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.

<p><b>CD2.</b> Crea, integra y reelabora contenidos digitales en distintos formatos (texto, tabla, imagen, audio, vídeo, programa informático...) mediante el uso de diferentes herramientas digitales para expresar ideas, sentimientos y conocimientos, respetando la propiedad intelectual y los derechos de autor de los contenidos que reutiliza.</p>	<p><b>CD2.</b> Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.</p>
<p><b>CD3.</b> Participa en actividades o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales para construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar cooperativamente, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura, con una actitud abierta y responsable ante su uso.</p>	<p><b>CD3.</b> Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.</p>
<p><b>CD4.</b> Conoce los riesgos y adopta, con la orientación del docente, medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y se inicia en la adopción de hábitos de uso crítico, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.</p>	<p><b>CD4.</b> Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.</p>
<p><b>CD5.</b> Se inicia en el desarrollo de soluciones digitales sencillas y sostenibles (reutilización de materiales tecnológicos, programación informática por bloques, robótica educativa...) para resolver problemas concretos o retos propuestos de manera creativa, solicitando ayuda en caso necesario.</p>	<p><b>CD5.</b> Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.</p>

***Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)***

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y

emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo.

### *Descriptorios operativos*

<b>Al completar la Educación Primaria, el alumno o la alumna...</b>	<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna...</b>
CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.	CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.
CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludables para su bienestar físico y mental, y detecta y busca apoyo ante situaciones violentas o discriminatorias.	CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.
CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.	CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.	CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.
CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado y participa en procesos de auto y coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.	CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

### **Competencia ciudadana (CC)**

La competencia ciudadana contribuye a que alumnos y alumnas puedan ejercer una ciudadanía responsable y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los conceptos y las estructuras sociales, económicas, jurídicas y políticas, así como en el conocimiento de los acontecimientos mundiales y el compromiso activo con la sostenibilidad y el logro de una ciudadanía mundial. Incluye la alfabetización cívica, la adopción consciente de los valores propios de una cultura democrática fundada en el respeto a los derechos humanos, la reflexión crítica acerca de los grandes problemas éticos de nuestro tiempo y el desarrollo de un estilo de vida sostenible acorde con los Objetivos de Desarrollo Sostenible planteados en la Agenda 2030.

### **Descriptorios operativos**

<b>Al completar la Educación Primaria, el alumno o la alumna...</b>	<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna...</b>
CC1. Entiende los procesos históricos y sociales más relevantes relativos a su propia identidad y cultura, reflexiona sobre las normas de convivencia, y las aplica de manera constructiva, dialogante e inclusiva en cualquier contexto.	CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.
CC2. Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad, y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.	CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.
CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia.	CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.

<p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas entre las acciones humanas y el entorno, y se inicia en la adopción de estilos de vida sostenibles, para contribuir a la conservación de la biodiversidad desde una perspectiva tanto local como global.</p>	<p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecodependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.</p>
--	--

### ***Competencia emprendedora (CE)***

La competencia emprendedora implica desarrollar un enfoque vital dirigido a actuar sobre oportunidades e ideas, utilizando los conocimientos específicos necesarios para generar resultados de valor para otras personas. Aporta estrategias que permiten adaptar la mirada para detectar necesidades y oportunidades; entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, y crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y despertar la disposición a aprender, a arriesgar y a afrontar la incertidumbre. Asimismo, implica tomar decisiones basadas en la información y el conocimiento y colaborar de manera ágil con otras personas, con motivación, empatía y habilidades de comunicación y de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos sostenibles de valor social, cultural y económico-financiero.

### ***Descriptorios operativos***

<b>Al completar la Educación Primaria, el alumno o la alumna...</b>	<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna...</b>
<p>CE1. Reconoce necesidades y retos que afrontar y elabora ideas originales, utilizando destrezas creativas y tomando conciencia de las consecuencias y efectos que las ideas pudieran generar en el entorno, para proponer soluciones valiosas que respondan a las necesidades detectadas.</p>	<p>CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.</p>

<p>CE2. Identifica fortalezas y debilidades propias utilizando estrategias de autoconocimiento y se inicia en el conocimiento de elementos económicos y financieros básicos, aplicándolos a situaciones y problemas de la vida cotidiana, para detectar aquellos recursos que puedan llevar las ideas originales y valiosas a la acción.</p>	<p>CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p>
<p>CE3. Crea ideas y soluciones originales, planifica tareas, coopera con otros en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.</p>	<p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.</p>

### ***Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC)***

La competencia en conciencia y expresión culturales supone comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.

### ***Descriptorios operativos***

<b>Al completar la Educación Primaria, el alumno o la alumna...</b>	<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna...</b>
CCEC1. Reconoce y aprecia los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, comprendiendo las diferencias entre distintas culturas y la necesidad de respetarlas.	CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
CCEC2. Reconoce y se interesa por las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, identificando los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.	CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa y con una actitud abierta e inclusiva, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas.	CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
CCEC4. Experimenta de forma creativa con diferentes medios y soportes, y diversas técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para elaborar propuestas artísticas y culturales.	CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

- **Competencias específicas:**

**1. Reconocer los motivos por los que ocurren los principales fenómenos naturales, a partir de situaciones cotidianas y relacionadas con el sector profesional correspondiente al título, y explicarlos en términos de las leyes y teorías científicas adecuadas para poner en valor la contribución de la ciencia a la sociedad.**

El aprendizaje de las ciencias desde la perspectiva integradora del enfoque STEM tiene como base importante el reconocimiento de los fundamentos científicos de los fenómenos que ocurren en el mundo real. El alumnado debe ser competente para reconocer los porqués científicos de lo que sucede a su alrededor e interpretarlo a través de las leyes y teorías correctas. Esto posibilita que el alumnado establezca relaciones constructivas entre la ciencia, su entorno profesional y su vida cotidiana, lo que les permite desarrollar habilidades para hacer interpretaciones de otros fenómenos diferentes, aunque no hayan sido estudiados previamente. Al adquirir esta competencia específica, se despierta en ellos un interés por la ciencia y por la mejora del entorno y de la calidad de vida.

Aspectos tan importantes como la conservación del medio ambiente o la preservación de la salud tienen una base científica, y comprender su explicación y sus fundamentos básicos otorga al alumnado un mejor entendimiento de la realidad. Esta competencia específica se conecta con los siguientes **descriptores** recogidos en el anexo

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: **CCL1, STEM1, STEM2, STEM4, CD1, CPSAA4, CC3.**

**2. Interpretar y modelizar en términos científicos problemas y situaciones de la vida cotidiana y profesional aplicando diferentes estrategias, formas de razonamiento, herramientas tecnológicas y el pensamiento computacional, para hallar y analizar soluciones comprobando su validez.**

El razonamiento y la resolución de problemas se consideran destrezas esenciales no solo para el desarrollo de actividades científicas o técnicas, sino para cualquier otra actividad profesional, por lo que deben ser dos componentes fundamentales en el aprendizaje de las ciencias y de las matemáticas y de su aplicación en el entorno profesional. Para resolver un problema, es esencial realizar una lectura atenta y comprensiva, interpretar la situación planteada, extraer la información relevante y transformar el enunciado verbal en una forma que pueda ser resuelta mediante procedimientos previamente adquiridos. Este proceso, se complementa con la utilización de diferentes formas de razonamiento, tanto deductivo como inductivo, para obtener la solución. Para ello son necesarias la realización de preguntas adecuadas y la elección de estrategias que implican la movilización de conocimientos, la utilización de procedimientos y algoritmos, etc. El pensamiento computacional juega también un papel central en la resolución de problemas ya que comprende un conjunto de formas de razonamiento como la automatización, el pensamiento algorítmico o la descomposición en partes. El análisis de las soluciones obtenidas potencia la reflexión crítica sobre su validez tanto desde un punto de vista estrictamente matemático como desde una perspectiva global.

El desarrollo de esta competencia fomenta un pensamiento más diverso y flexible, mejora la destreza del alumnado para resolver problemas en diferentes contextos, amplía la propia percepción sobre las ciencias y las matemáticas y enriquece y consolida los conceptos básicos, lo que repercute en un mayor

nivel de compromiso, el incremento de la curiosidad y la valoración positiva del proceso de aprendizaje, favoreciendo su integración e iniciación profesional.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: **CCL2, STEM1, STEM2, CD1, CD2, CPSAA4, CE1.**

### **3. Utilizar los métodos científicos haciendo indagaciones y llevando a cabo proyectos individuales y en equipo, para desarrollar los razonamientos propios del pensamiento científico y mejorar las destrezas en el uso de las metodologías científicas.**

El desempeño de destrezas científicas conlleva un dominio progresivo en el uso de las metodologías propias del trabajo científico para llevar a cabo investigaciones e indagaciones sobre aspectos clave del mundo natural. Para el alumnado, el desarrollo de esta competencia específica supone alcanzar la capacidad de realizar observaciones sobre el entorno cotidiano, formular preguntas e hipótesis acerca de él y comprobar la veracidad de las mismas mediante el empleo de la experimentación, utilizando las herramientas y normativas que sean más convenientes en cada caso.

Además, desenvolverse en el uso de las metodologías científicas supone una herramienta fundamental del trabajo por proyectos que se lleva a cabo en la ciencia, y cobra especial importancia en la formación profesional, por contribuir a conformar el perfil profesional. Por este motivo es importante que el alumnado desarrolle esta competencia específica a través de la práctica, y sea capaz de conservar estas actitudes en el ejercicio de su profesión en el futuro.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: **STEM1, STEM2, STEM3, CD1, CD3, CPSAA4, CPSAA5,**

### **4. Analizar los efectos de determinadas acciones cotidianas o del entorno profesional sobre la salud, el medio natural y social, basándose en fundamentos científicos.**

La actividad humana ha producido importantes alteraciones en el entorno con un ritmo de avance significativo.

Determinadas acciones y hábitos saludables (alimentación sana, ejercicio físico, interacción social, consumo responsable...) pueden contribuir a la preservación y mejora de la salud y a frenar las tendencias medioambientales negativas. Por ello, es imprescindible para el pleno desarrollo e integración profesional y personal del alumnado como ciudadano que conozca y aplique los fundamentos científicos que justifican un estilo de vida saludable.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: **STEM5, CD4, CPSAA2, CC4.**

**5 Desarrollar destrezas personales, poniendo en práctica estrategias de aceptación del error como parte del proceso de aprendizaje y adaptándose ante situaciones de incertidumbre, para mejorar la perseverancia en la consecución de objetivos y la valoración del aprendizaje de las ciencias.**

Formular preguntas y resolver problemas científicos o retos más globales en los que interviene el pensamiento científico y el razonamiento matemático no debe resultar una tarea tediosa para el alumnado.

El desarrollo de esta competencia conlleva identificar y desarrollar sus destrezas personales. Para contribuir a la adquisición de esta competencia es necesario que el alumnado se enfrente a pequeños retos que contribuyan a la reflexión sobre el propio pensamiento.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: **STEM5, CD2, CPSAA1, CPSAA4, CPSAA5, CC1, CE1, CE3.**

**6. Desarrollar destrezas sociales y trabajar de forma colaborativa en equipos diversos con roles asignados que permitan potenciar el crecimiento entre los alumnos.**

El avance científico es producto del trabajo en equipo y rara vez el resultado del trabajo de un solo individuo. La ciencia implica comunicación y colaboración entre profesionales, en ocasiones adscritos a diferentes disciplinas. Asimismo, para la generación de nuevos conocimientos es esencial que se compartan las conclusiones y procedimientos obtenidos por un grupo de investigación con el resto de la comunidad científica. A su vez, estos conocimientos sirven de base para la construcción de nuevas investigaciones y descubrimientos.

Cabe destacar, además, que la interacción y colaboración son de gran importancia en diversos ámbitos y no exclusivamente en un contexto científico. El trabajo en equipo tiene un efecto enriquecedor sobre los resultados obtenidos y a nivel del desarrollo personal de sus participantes, pues permite el intercambio de puntos de vista en ocasiones muy diversos. La colaboración implica movilizar las destrezas comunicativas y sociales del alumnado y requiere de una actitud tolerante y abierta frente a las ideas ajenas. Por este motivo, aprender a trabajar en equipo es imprescindible para el desarrollo pleno del alumnado.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: **CCL5, CP3, STEM2, STEM4, CD3, CPSAA3, CC2, CE2.**

**7. Desarrollar destrezas personales, poniendo en práctica estrategias de aceptación del error como parte del proceso de aprendizaje y adaptándose ante situaciones de incertidumbre, para mejorar la perseverancia en la consecución de objetivos y la valoración del aprendizaje de las ciencias.**

Formular preguntas y resolver problemas científicos o retos más globales en los que interviene el pensamiento científico y el razonamiento matemático no debe resultar una tarea tediosa para el alumnado.

El desarrollo de esta competencia conlleva identificar y desarrollar sus destrezas personales. Para contribuir a la adquisición de esta competencia es necesario que el alumnado se enfrente a pequeños retos que contribuyan a la reflexión sobre el propio pensamiento. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: **STEM5, CD2, CPSAA1, CPSAA4, CPSAA5, CC1, CE1, CE3.**

## **8.Desarrollar destrezas sociales y trabajar de forma colaborativa en equipos diversos con roles asignados que permitan potenciar el crecimiento entre los alumnos.**

El avance científico es producto del trabajo en equipo y rara vez el resultado del trabajo de un solo individuo. La ciencia implica comunicación y colaboración entre profesionales, en ocasiones adscritos a diferentes disciplinas. Asimismo, para la generación de nuevos conocimientos es esencial que se compartan las conclusiones y procedimientos obtenidos por un grupo de investigación con el resto de la comunidad científica. A su vez, estos conocimientos sirven de base para la construcción de nuevas investigaciones y descubrimientos.

Cabe destacar, además, que la interacción y colaboración son de gran importancia en diversos ámbitos y no exclusivamente en un contexto científico. El trabajo en equipo tiene un efecto enriquecedor sobre los resultados obtenidos y a nivel del desarrollo personal de sus participantes, pues permite el intercambio de puntos de vista en ocasiones muy diversos. La colaboración implica movilizar las destrezas comunicativas y sociales del alumnado y requiere de una actitud tolerante y abierta frente a las ideas ajenas.

Por este motivo, aprender a trabajar en equipo es imprescindible para el desarrollo pleno del alumnado.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: **CCL5, CP3, STEM2, STEM4, CD3, CPSAA3, CC2, CE2.**

### **Saberes Básicos**

---

Los saberes básicos son lo que siempre hemos conocido como contenidos, definitivamente.

Los **contenidos de la unidad formativa Ciencias de la Actividad Física I (UF02)** están estructurados en torno a cinco tipos de situaciones diferentes: entornos estables, situaciones de oposición, de cooperación, de adaptación al entorno y de índole artística o de expresión. Las acciones motrices individuales en entornos estables están presentes en la adquisición de habilidades individuales, en la preparación física de forma individual y en deportes como el atletismo, la natación y la gimnasia, entre otros. Las acciones motrices en situaciones de oposición y que requieren el uso de palas y raquetas están presentes en juegos de uno contra uno como el bádminton, el tenis o el tenis de mesa, entre otros. En las situaciones de cooperación, con o sin oposición, se producen relaciones de cooperación y colaboración con otros participantes en entornos estables para conseguir un objetivo. Actividades que pertenecen a este grupo son, entre otros: relevos, gimnasia en grupo y deportes adaptados, juegos en grupo, deportes colectivos como el baloncesto, balonmano, béisbol, rugby, fútbol o voleibol. Las acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno incluyen desplazamientos, con o sin materiales, por el entorno natural o urbano, entre las que pueden realizarse marchas y excursiones a pie o en bicicleta, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza (de pistas, de aproximación y otros), el esquí en sus diversas modalidades o la escalada, entre otros. Las actividades de índole artística o de expresión requieren el uso del espacio, las calidades del movimiento, así como el uso de la creatividad y la imaginación. Dentro de estas actividades se incluyen los juegos y actividades con base rítmica, coreografías, expresión corporal y mimo, entre otros. Todas las actividades y situaciones planteadas contribuyen a afianzar y aplicar hábitos de vida saludables en

todos los aspectos de su vida cotidiana, así como a incorporar la actividad física y deportiva dentro de las actividades de ocio y tiempo libre.

A. Actividades físico deportivas en medio estable.

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

B. Actividades de adversario, deportes de palas y raquetas.

- Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades físicas y motrices implicadas.
- Estrategias de juego. Ejecución de los golpeos en función de la propia situación, de la interpretación del juego y de la situación del adversario.
- Reglamento del juego.
- Los deportes de raqueta como actividad recreativa para el tiempo de ocio.

C. Actividades de colaboración-oposición.

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

D. Actividades en medio no estable.

- Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de actividades físicas y deportivas.
- Equipamiento básico para la realización de actividades en función de la duración, características y condiciones de las mismas.
- La meteorología como factor a tener en cuenta para preparar o realizar actividades en el medio natural.

– Posibilidades del centro, del entorno urbano y el entorno natural próximo para la realización de actividades físicas y deportivas. Conductas destinadas al cuidado y conservación del entorno que se utiliza.

E. Actividades artísticas y expresivas.

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

F. El cuerpo humano y la salud.

- Medidas preventivas en las actividades físicas y deportivas en las que hay competición: preparación previa la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.
- Los niveles saludables en los factores de la condición física.
- Mejora de la salud y posibles riesgos en las actividades físicas y deportivas practicadas.
- Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.
- Los hábitos saludables (prevención del consumo de drogas legales e ilegales, postura adecuada, dieta equilibrada, uso responsable de los dispositivos tecnológicos, ejercicio físico e higiene del sueño, entre otros): argumentación científica sobre su importancia.

G. Actitudes y aprendizaje.

- Adecuación de las conductas a las normas y reglamentos tanto en las actividades de adversario como en las de colaboración-oposición y aceptación del resultado de la competición.
- Aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos en actividades de colaboración-oposición.
- Estrategias de reconocimiento de las emociones que intervienen en el aprendizaje y de desarrollo de la curiosidad, la iniciativa, la perseverancia y la resiliencia, así como el placer de aprender y comprender la ciencia.

La secuenciación de los Saberes Básicos en 1º FPB es la siguiente:

Saberes Básicos	Nº Sesiones	Temporalización
Actividades físico deportivas en medio estable.	5	1ª evaluación
Actividades de adversario, deportes de palas y raquetas.	4	1ª evaluación
Actividades de colaboración-oposición.	4	1ª evaluación
Actitudes y aprendizaje.	6	1ª evaluación
Actividades físico deportivas en medio estable.	5	2ª evaluación
Actitudes y aprendizaje.	5	2ª evaluación
El cuerpo humano y la salud.	3	2ª evaluación
Actividades en medio no estable.	6	2ª evaluación
Actividades físico deportivas en medio estable.	5	3ª evaluación
Actitudes y aprendizaje.	5	3ª evaluación
Actividades de colaboración-oposición	5	3ª evaluación

## Situaciones de Aprendizaje

Tal y como establece el currículo “la adquisición y el desarrollo de las Competencias Clave del Perfil de Salida del alumnado al término de la enseñanza básica que se concreta en las competencias específicas de cada materia o ámbito de la etapa se verán favorecidos de metodologías didácticas que reconozcan al alumnado como agente de su propio aprendizaje, para ello es imprescindible la implementación de propuestas pedagógicas que partiendo de los centros de interés de los alumnos y las alumnas les permitan conseguir el conocimiento con autonomía y creatividad desde sus propios aprendizajes y experiencias. **Las situaciones de aprendizaje** representan una herramienta para integrar los elementos curriculares de las distintas materias o ámbitos mediante tareas y actividades significativas y relevantes para resolver problemas de manera creativa y cooperativa reforzando la autoestima, la autonomía y la reflexión crítica y la responsabilidad”

“Para que la adquisición de las competencias sea efectiva, dichas situaciones **deben estar bien contextualizadas y ser respetuosas con las experiencias del alumnado y sus diferentes formas de comprender la realidad.** Asimismo, **deben estar compuestas por tareas complejas cuya resolución conlleve la construcción de nuevos aprendizajes y los prepare para su futuro personal, académico y profesional.** Con estas situaciones se busca ofrecer al alumnado la oportunidad de conectar y aplicar lo aprendido en contextos de la vida real. Así planteadas, las situaciones constituyen un componente que, alineado con los principios del Diseño universal para el aprendizaje, permite aprender a aprender

y sentar las bases para el aprendizaje a lo largo de la vida, fomentando procesos pedagógicos flexibles y accesibles que se ajusten a las necesidades, las características y los diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado y que favorezcan su autonomía.”

“El diseño de estas situaciones debe suponer la transferencia de los aprendizajes adquiridos por parte del alumnado, posibilitando la articulación coherente y eficaz de los distintos conocimientos, destrezas y actitudes propios de esta etapa. Las situaciones deben partir del planteamiento de unos objetivos claros y precisos que integren diversos saberes básicos. Además, deben proponer tareas o actividades que favorezcan diferentes tipos de agrupamientos, desde el trabajo individual al trabajo en grupos, permitiendo que el alumnado asuma responsabilidades personales de manera autónoma y actúe de forma cooperativa en la resolución creativa del reto planteado. **Su puesta en práctica debe implicar la producción y la interacción verbal e incluir el uso de recursos auténticos en distintos soportes y formatos, tanto analógicos como digitales.** Las situaciones de aprendizaje deben fomentar aspectos relacionados con el interés común, la sostenibilidad o la convivencia democrática, esenciales para que el alumnado sea capaz de responder con eficacia a los retos del siglo XXI”

## Criterios de evaluación

A continuación, detallamos los criterios de evaluación en relación con cada una de las competencias específicas de nuestra área, relacionándolos con los descriptores de salida que nos propone el **Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo**, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.

Competencia específica	Criterios de evaluación	Conexión con descriptores de salida	Porcentaje
1. Reconocer los motivos por los que ocurren los principales fenómenos naturales, a partir de situaciones cotidianas	1.1. Aplicar los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	CCL1, STEM1, STEM2, STEM4, CD1, CPSAA4, CC3	30%
3 Utilizar los métodos científicos haciendo indagaciones	3.1. Identificar los diferentes aspectos reglamentarios y técnicos propios de las actividades físicas y deportivas practicadas. 3.2. Colaborar en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos propuestos.	STEM1, STEM2, STEM3, CD1, CD3, CPSAA4, CPSAA5	

Competencia específica	Criterios de evaluación	Conexión con descriptores de salida	Porcentaje
2 . Interpretar y modelizar en términos científicos problemas y situaciones de la vida cotidiana	2.1. Adaptar los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de actividades físicas y deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. 2.2. Elaborar y practicar una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 2.3. Colaborar en el diseño y realización de una coreografía, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.	CCL2, STEM1, STEM2, CD1, CD2, CPSAA4, CE1	40%
4. Analizar los efectos de	4.1. Señalar las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físicas y deportivas.	CCL1, CCL2, CCL3, STEM4,	

determinadas acciones cotidianas o del entorno profesional sobre la salud, el medio natural y social	<p>4.2. Mostrar actitudes de respeto hacia el entorno y valorarlo como lugar común para la realización de actividades físicas y deportivas.</p> <p>4.3. Mostrar una actitud crítica ante las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.</p> <p>4.4. Participar activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable.</p> <p>4.5. Analizar la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>	CD1, CPSAA4, CC4, CCEC3.	
5 Desarrollar destrezas personales, poniendo en práctica estrategias de aceptación del error como parte del proceso de aprendizaje	<p>5.1. Describir y poner en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>5.2. Utilizar técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p>	STEM5, CC4, CE1, CE3	
6. Identificar las ciencias y las matemáticas implicadas en contextos diversos	6.1. Reflexionar sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	STEM1,STEM2, STEM5, CD5, CPSAA5, CC4, CE1, CCEC2.	30%
7Desarrollar destrezas personales, poniendo en práctica estrategias de aceptación del error como parte del proceso de aprendizaje	<p>7.1. Mostrar actitudes de esfuerzo, exigencia y superación en la ejecución de las acciones técnicas, teniendo en cuenta su nivel de partida.</p> <p>7.2. Alcanzar niveles de condición física acordes con su momento de desarrollo motor y sus posibilidades</p>	STEM5, CD2, CPSAA1, CPSAA4, CPSAA5, CC1, CE1, CE3..	

8. Desarrollar destrezas sociales y trabajar de forma colaborativa en equipos diversos con roles asignados que permitan potenciar el crecimiento entre los alumnos	8.1 Mostrar actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 8.2. Mostrar respeto a los demás dentro de la labor de equipo con independencia del nivel de destreza.	CCL5, CP3, STEM2, STEM4, CD3, CPSAA3, CC2, CE2	
--	--	---	--

En esta segunda tabla que adjuntamos a continuación, relacionamos las competencias específicas que corresponden a nuestra asignatura con la temporalización, porcentaje en la nota e instrumentos de evaluación empleados. De esta manera, quedan más detallados nuestros instrumentos de calificación y en qué momento los aplicamos.

Competencia específica	Tareas para realizar	Instrumento de evaluación	Porcentaje de evaluación	Temporalización
<b>Competencia específica 1.</b>				
1.1. Aplicar los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Ejercicios prácticos en clase	Baremos y.	1ª Eval 20% 2ª Eval 10% 3ª Eval 15%	Anual
<b>Competencia específica 2.</b>				
2.1. Adaptar los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de actividades físicas y deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	Ejercicios prácticos en clase	Observación	10%	Anual
2.2. Elaborar y practicar una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.	Ejercicios prácticos en clase	Observación	1ª Eval 10% 2ª Eval 10% 3ª Eval 5%	Anual
2.3. Colaborar en el diseño y realización de una coreografía, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.	Ejercicios prácticos en clase	Observación	1ª Eval 10% 2ª Eval 5% 3ª Eval 5%	Anual

<b>Competencia específica 3.</b>				
3.2. Colaborar en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos propuestos.	Ejercicios prácticos en clase	Observación	15%	Anual
<b>Competencia específica 4.</b>				
4.1. Señalar las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físicas y deportivas.	Trabajo en grupos	Rúbrica	10%	1ª Eval
4.2. Mostrar actitudes de respeto hacia el entorno y valorarlo como lugar común para la realización de actividades físicas y deportivas.	Trabajo en grupos	Rúbrica	2.5%	Anual
4.3. Mostrar una actitud crítica ante las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	Reflexiones grupales	Rúbrica	2.5%	Anual
4.4. Participar activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable.	Test físicos y auto elaboración de ejercicios de mejora.	Tabla de registro	2.5%	Anual
4.5. Analizar la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	Ejercicios prácticos en clase	Tabla de registro	2.5%	Anual

<b>Competencia específica 5.</b>				
5.1. Describir y poner en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	Ejercicios y exámenes prácticos	Observación	2.5%	3ª Eval
5.2. Utilizar técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.	Ejercicios y exámenes prácticos	Observación	2.5%	3ª Eval
<b>Competencia específica 6.</b>				
6.1. Reflexionar sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Debates y ejercicios prácticos	Observación	5%	Anual
<b>Competencia específica 7.</b>				
7.1. Mostrar actitudes de esfuerzo, exigencia y superación en la ejecución de las acciones técnicas, teniendo en cuenta su nivel de partida.	Ejercicios prácticos en clase	Observación	15%	Anual
<b>Competencia específica 8.</b>				
8.1. Mostrar actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	Ejercicios prácticos en clase	Observación	5%	Anual
8.2. Mostrar respeto a los demás dentro de la labor de equipo con independencia del nivel de destreza.	Ejercicios prácticos en clase	Observación	5%	Anual

## Instrumentos para la evaluación

---

Los instrumentos de calificación son herramientas con las que convertimos una evaluación cualitativa en cuantitativa. Es decir, nos da el grado de consecución de, competencias y/o criterios de evaluación que ha alcanzado un alumno. Al combinar instrumentos y criterios de calificación podremos diseñar una evaluación objetiva.

- **Instrumentos de evaluación:**

Los **instrumentos de evaluación** son aquellos documentos o registros utilizados por el profesorado para la observación sistemática y el seguimiento del proceso de aprendizaje del alumnado. De esta forma, la evaluación debe apoyarse en la recogida de información. Por ello, el equipo de profesores ha determinado las características esenciales de los procedimientos de evaluación, que deben:

- Ser variados, de modo que permitan evaluar los distintos tipos de capacidades y contenidos curriculares y contrastar datos de la evaluación de los mismos aprendizajes obtenidos a través de sus distintos instrumentos.
- Dar información concreta de lo que se pretende evaluar.

A continuación, enumeramos algunos de los procedimientos e instrumentos que nos proponemos emplear para evaluar el proceso de aprendizaje:

Observación sistemática:

- Observación constante del trabajo, esfuerzo y participación en el aula.
- Rúbricas (ver Anexo I)

Análisis de las producciones del alumnado:

- Trabajos monográficos, reflexiones escritas...

Valoración de las exposiciones orales del alumnado:

- Sobre las capacidades físicas básicas, juegos, ejercicios...

Realización de pruebas específicas:

- Exámenes escritos teórico prácticos sobre los contenidos trabajados

- **Materiales y recursos didácticos**

Los **materiales y recursos didácticos** representan un elemento didáctico fundamental de nuestra programación como soporte básico de los contenidos y actividades de enseñanza-aprendizaje; y precisamente, en su elección y utilización nos fundamentamos en un conjunto de **criterios**, como son:

- Ante todo, deben garantizar la integridad de nuestro alumnado.
- Deben ajustarse al currículo y, en lo posible, reflejar la realidad de la Comunidad.
- Deben permitirnos trabajar los valores reflejados en el PEC y atender a la diversidad.
- Deben promover el esfuerzo e interés del alumno.

De forma general, además de las **instalaciones** de nuestro centro podemos destacar algunos de los recursos materiales utilizados en las unidades que conforman nuestra programación:

- Libros interdisciplinarios ecosociales, serán pilares básicos en nuestra programación.
- Vídeos que hagan reflexionar a los alumnos /as sobre la dimensión de la actividad física, así como los debates alrededor de la idea que se tiene de la educación física y el deporte.
- Cronómetros para medir y señales de situación para marcar circuitos o distancia, todo ello en relación con el trabajo de las cualidades físicas.
- Balones de balonmano, fútbol sala, voleibol, baloncesto... oficiales o de otro material (goma espuma), dependiendo del nivel de trabajo en los deportes de equipo.
- Material alternativo necesario para la práctica de los deportes relacionados con el mismo.
- Radiocasete para reproducir la música utilizada para la expresión corporal, relajación...
- Producción imaginativa de materiales por parte de los alumnos necesarios para la realización de juegos populares.
- Cuaderno de notas, Tablet, bolígrafo, reglas, y distintos colores para la realización de distintas actividades: orientación, apuntes ...
- Apuntes y fotocopias facilitados por el profesor.

- **Los criterios de evaluación citados anteriormente se corresponden a:**

### **Actitudes**

Entendemos por actitudes positivas:

- Asistencia a clase y puntualidad, colaboración en el desarrollo de las sesiones, trabajo y esfuerzo diario, comportamiento correcto, interés por la asignatura, disposición a la cooperación
- Asistir provisto de la correcta indumentaria deportiva, aseo después de la práctica deportiva, cuidado y trato del material deportivo

### **Aptitudes físicas:**

Se trata de medir el rendimiento motriz del alumno, basado en el desarrollo de la aptitud física. Se busca la mejora de las cualidades motrices básicas y la adquisición de destrezas para la vida cotidiana incluidos los movimientos gimnásticos deportivos. Los test físicos sirven para que el alumno vea cuál

es su nivel y lo que tiene que trabajar, y los deportes realizados les ayudan a desarrollar sus destrezas motrices.

### **Conocimientos teóricos:**

Se refiere a todos aquellos contenidos conceptuales, como Trabajos digitales, escritos, reflexiones, debates...acordes a los temas que estemos trabajando.

- **Criterios ortográficos o de corrección**

<b>CURSO</b>	<b>FALTAS</b>	<b>TILDES</b>	<b>CRÉDITO</b>	<b>MÁXIMA RESTA</b>
<b>1º y 2º FPB</b>	0,1	0,1 cada 2	3	1

La misma falta se contabiliza una sola vez.

- **Medidas de promoción y recuperación:**

El alumno/a promocionará al curso siguiente si tiene **aprobadas o recuperadas cada una de las tres evaluaciones** o tiene una **nota igual o superior a cinco en la 3ª evaluación**.

Un alumno/a podrá **recuperar** una evaluación suspensa obteniendo un **cinco en la siguiente evaluación**.

La **nota final del curso**, una vez aprobado el mismo, se obtiene según los siguientes porcentajes:

- Nota de la 1ª evaluación (30% de la nota final)
- Nota de la 2ª evaluación (30% de la nota final)
- Nota de la 3ª evaluación (40% de la nota final).

Estos porcentajes **no tienen valor si no está aprobada la 3ª evaluación**, ya que **no aprobar la 3ª evaluación** conlleva a **suspender el curso**.

En el caso de no haber superado los contenidos del curso en la **convocatoria ordinaria**, el alumno podrá examinarse en la **convocatoria extraordinaria de junio**. Dicho examen tendrá **una parte teórica y otra práctica** (el valor de dichas partes será de **50% cada una**). La suma de las dos partes supondrá la nota final obtenida.

**NOTA:** Todo alumno que sea pillado haciendo uso de métodos fraudulentos para aprobar un examen, suspenderá directamente la evaluación.

- **Alumnos exentos de la práctica deportiva**

Todos los alumnos tienen que ser calificados en la asignatura, por lo tanto, aquellos alumnos que por imposibilidad física no vayan a realizar las sesiones prácticas de durante el curso deberán presentar un certificado médico oficial, en el que se especifique la lesión o enfermedad que padece, debiendo asistir a clase igualmente.

Para ser calificados deberán presentar un **trabajo al final de la evaluación** acorde a los contenidos trabajados durante la misma (equivalente a la parte procedimental de aptitudes físicas de la asignatura), así como entregar diariamente una **ficha de trabajo** con el desarrollo de la sesión que han realizado sus compañeros en la misma (equivalente a la parte actitudinal de la asignatura).

En el caso de **enfermedad o lesión temporal** se podrá justificar con nota médica y en último caso de los padres.

Los alumnos que no realicen actividad por **falta de material** (ropa deportiva) o por **enfermedad** (resfriado, dolor leve...) realizarán por escrito el desarrollo de la clase que se esté impartiendo. Si la ausencia de la práctica se demora por más de dos semanas se realizará un trabajo acorde al tiempo de inactividad que vaya a estar.

---

## **Atención a la diversidad**

En atención a este concepto, se parte de la base de que todos somos diferentes, que la diversidad es un valor humano, una riqueza, que se manifiesta en las sociedades abiertas, plurales y democráticas.

Las diferencias individuales existentes entre los alumnos / as lleva a que se preste una especial atención a este hecho de la diversidad. Es más, en cada programación se tienen ya en cuenta una serie de aspectos que permiten individualizar el proceso de enseñanza-aprendizaje y que hacen que el profesor pueda considerar esa diversidad de los alumnos / as.

En virtud de cuál sea la naturaleza de esa diferenciación entre individuos, parece claro que la forma de afrontarla con vistas a conseguir los objetivos propuestos será variada.

En ocasiones, esa diversidad habrá que afrontarla estableciendo una **diferenciación entre contenidos**, indicando unos prioritarios frente a otros complementarios, en función de los cuales girarán las actividades, asimismo, diferenciadas.

Otras veces, habrá que variar, no ya los contenidos y/o las actividades, sino la **metodología** empleada, **procesos e instrumentos de evaluación**, adaptándolo a las necesidades y diversidad de nuestro alumnado, que le faciliten alcanzar los objetivos propuestos por otro camino, o variando la forma de evaluar dichos contenidos.

El empleo de **materiales didácticos** variados y graduados en función de la dificultad permiten de igual manera una adaptación educativa a la variedad de necesidades. Estos materiales ofrecerán una amplia gama de actividades que responderán a los diferentes grados de aprendizaje.

También podemos afrontar esa diversidad mediante **agrupamientos flexibles y homogéneos** dentro del gran grupo de alumnos / as, lo que permitirá que estos se sitúen en diferentes tareas y se propongan actividades, bien de refuerzo, bien de profundización, y adaptar así el ritmo de inclusión de nuevos contenidos.

En esta línea, las **adaptaciones curriculares**, constituyen una estrategia para ajustar el proceso educativo a las diversas capacidades, intereses, motivaciones y necesidades de los alumnos durante el seguimiento de la programación prevista.

- **Metodología y estrategias didácticas**

Partiendo de los **principios metodológicos generales del proyecto curricular**, y tomando como base que el alumno/a es la figura central en torno al cual gira todo el proceso educativo, buscándose en todo momento y por lo que se refiere al área de Educación Física una actividad constructiva que posibilite el desarrollo de sus capacidades físicas, la metodología a emplear tratará de convertir al alumno/a en el protagonista activo de su propio aprendizaje, ya que la metodología representa, sin duda alguna, uno de los aspectos fundamentales del mismo, que responde al "Cómo enseñar", debemos partir de un conjunto **principios didácticos o pedagógicos** aplicables a las unidades didácticas que conforman nuestra programación, como son:

- **Partir del nivel de desarrollo** de los alumnos.
- **Atender a la diversidad**, respetando los distintos ritmos de aprendizaje.
- Promover **aprendizajes autónomos y significativos**, así como la **participación**, el trabajo en equipo y la creatividad.
- Plantear **sesiones y actividades motivadoras** que susciten el interés del alumno en proceso de aprendizaje.
- Promover un **clima de clase libre de tensiones**, procurando un trato cálido y ameno con nuestros alumnos, pero siempre de respeto por el profesor y los propios compañeros.

Además, los aprendizajes han de ser útiles y base de otros aprendizajes posteriores, y el alumno/a debe ser consciente de este aprendizaje, de lo que hace, como lo hace y para qué lo hace en todo momento.

Por ello, en el **área de Educación Física** buscaremos ante todo **estrategias de enseñanza** que impliquen directamente a los alumnos / as en su propio proceso de aprendizaje.

Los **Estilos instructivos**, como el mando directo y la asignación de tareas, serán de aplicación muy puntual para tareas muy específicas, como puedan ser el ámbito del acondicionamiento físico-motriz y deportivo, en referencia por ejemplo a la enseñanza analítica de las habilidades o gestos pretendidos.

Desde luego, primaremos otros **estilos** como los **fundamentados en el descubrimiento**, como la resolución de problemas y el descubrimiento guiado, muy utilizados en el ámbito de la expresión corporal y en el desarrollo de situaciones estratégicas o de interacción social.

Todos ellos estrechamente vinculados a nuestro principal estilo metodológico como es el **Aprendizaje Cooperativo** donde pretendemos dar mayor protagonismo al alumno/a, y siempre que los contenidos lo permitan, en los que el alumno/a desempeña un papel básico y en el que se favorecen las relaciones afectivo-sociales.

En definitiva, el planteamiento de unas u otras propuestas pedagógicas vendrá definida por un **modelo metodológico** determinado, pero atendiendo nuevamente a los principios mencionados, este será principalmente activo y participativo.

## Contribución al Plan TIC

---

Hay que destacar que uno de los aspectos priorizados en la LOMLOE, y por supuesto, en nuestro Proyecto Educativo de Centro, acorde a los tiempos que corren, es el fomento del uso de los recursos vinculados a las **Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC)**.

Específicamente desde nuestro departamento, proponemos el siguiente planteamiento dirigido a favorecer el uso de las **nuevas tecnologías** por parte de nuestro alumnado (lógicamente, en estrecha relación con el desarrollo de la competencia para el **Tratamiento de la Información y Competencia Digital**, como una de las competencias específicas priorizadas por la LOMLOE):

- Facilitando al alumnado una serie de direcciones de páginas *web* muy interesantes sobre educación física, apuntes sobre los contenidos trabajados en clase y el reglamento de los deportes practicados, de manera que puedan obtener la información oportuna de cara a la

realización de exámenes o pruebas escritas, la elaboración de trabajos o la propuesta de actividades relacionadas con las distintas unidades que conforman la programación.

- Se valorará que el alumno nos entregue los trabajos teóricos previstos mediante la utilización de un procesador de textos como el "Word" del entorno Windows.
- Realizando exámenes, test o pruebas escritas a través de las plataformas que ofrece el Centro.

### **Contribución al Plan de fomento y desarrollo de la lectura**

---

Desde el departamento de Educación Física fomentaremos la lectura de nuestros alumnos, al igual que el desarrollo de la expresión oral y escrita por medio de la lectura de material proporcionado en clase, elaboración de trabajos donde tienen que leer, resumir, sintetizar y sacar la información que se les pide, así como con la exposición de trabajos teórico-prácticos o ejercicios a los compañeros.

### **Actividades complementarias y extraescolares**

---

Durante el presente curso pretendemos mantener las actividades que hemos realizado el curso anterior y que han tenido bastante éxito y un buen acogimiento por parte del alumnado.

- Sesión de escalada en El Cerro de Telégrafo
- La semana deportiva

### **Procedimientos de evaluación y revisión de los procesos y los resultados de las programaciones didácticas**

---

Al finalizar el curso escolar debemos analizar los procesos y resultados obtenidos para sacar unas conclusiones que nos permitan la mejora a la hora de programar los siguientes cursos:

Esto supone dos **acciones fundamentales**:

- a) la evaluación de la programación, donde tendremos en cuenta:
  - Temporalización: adecuación de los tiempos marcados

- Validez metodológica: si sirve a una mayoría (se mide en resultados y porcentajes).
  - Coherencia: equilibrio entre conceptos, procedimientos, actitudes en relación con los objetivos, así como la adecuación de los exámenes a los contenidos dados y a los objetivos.
- b) las propuestas de mejora que se deducen de lo anterior.

Así, partiendo de los objetivos de mejora de nuestra memoria, uno de los principales objetivos que tenemos para el departamento este curso es que los alumnos realicen las sesiones de Educación Física en un ambiente de respeto y tolerancia. Que desarrollen sus capacidades físicas siendo conscientes de sus limitaciones y disfrutando de las actividades programadas independientemente del nivel de cada uno.

También vemos fundamental el que conozcan el funcionamiento general de las sesiones, las partes que lo componen y como deben comportarse en cada momento.

Otro de los objetivos que nos planteamos con respecto a los resultados académicos, para que éstos mejoren, es ir recordando periódicamente los criterios de evaluación y sus porcentajes, sobre todo a aquellos alumnos que debido a su actitud y/o rendimiento no los tienen claros. Intentamos que mejoren dichas carencias con el objetivo de aprobar.

Queremos utilizar nuestras reuniones de departamento para organizar la distribución de los espacios y poder desarrollar nuestras sesiones adaptando el material y el espacio lo mejor posible a las aptitudes y capacidades del alumnado.

Además, la utilizaremos para mantener el cuarto de material del que disponemos, lo más ordenado posible para que su uso sea óptimo, para organizar los espacios entre los profesores y el material del que disponemos para evitar coincidencia de éstos. Para que dichas reuniones sean lo más productivas y eficaces posibles elaboraremos trimestralmente un planning de los contenidos a tratar, en función de las necesidades, en nuestras reuniones de departamento.

Según se vaya acercando el final del curso, pasaremos a nuestros alumnos un cuestionario previamente elaborado en el departamento para conocer los aspectos positivos y negativos a valorar de las sesiones que hemos realizado durante el curso, así como el nivel de satisfacción y aprendizaje de los contenidos del curso.

## ANEXO I

Ejemplos de rúbricas utilizadas en la evaluación del alumnado.

Control	Balón muerto y no sale del círculo	No sale del círculo, pero con	Sale del círculo	La manda lejos
	3	2	1	0
Empeine 11.71%				
Interior 33.33%				
Muslo 10.14%				

Conducción	3	2	1	0
Velocidad 20%				
Conduce con precisión 20%				
No toca los conos 10%				
Cabeza levantada 20%				
Pase de precisión 30%				

Tiro	3	2	1	0
Golpea con el empeine 11.03%				
Entra sin tocar en suelo 11.33%				
Potencia 11.04%				