

PROGRAMACIÓN ANUAL
CIUDAD EDUCATIVA MUNICIPAL
HIPATIA-RIVAS
DEPORTE 3º E.S.O.

Curso 2024/2025

INTRODUCCIÓN

La programación que a continuación se expone está realizada en base al Decreto **48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno**, por el que se establece para la Comunidad de Madrid en el currículo de la ESO, y siguiendo lo establecido por la **Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE)**.

La materia **Deporte** 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 **Deporte** 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.

La **Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa**, se hace eco de estas recomendaciones promoviendo la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos y alumnas durante la jornada escolar. En este sentido debe asegurarse que esa práctica respete las condiciones de uso y aplicación que la garanticen como saludable, para lo que *la supervisión del profesorado de Educación Física resulta imprescindible*.

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

1. OBJETIVOS GENERALES.

La enseñanza de la asignatura de Deporte en esta etapa tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

1. Participar y colaborar de manera activa en las actividades programadas, con independencia del nivel de habilidad y capacidad personal y valorando todos los aspectos de relación que fomentan, mostrando una actitud de respeto y tolerancia hacia todos los miembros de la comunidad educativa.

2. Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contradicciones que presenta la práctica habitual y sistemática a lo largo de la vida, en el desarrollo personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida y salud, individual y colectiva.

3. Aumentar las propias posibilidades de rendimiento motor mediante la mejora de las capacidades, tanto físicas como motrices, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación personal.
4. Mejorar las capacidades de adaptación motriz a las exigencias del entorno y a su variabilidad.
5. Planificar actividades que permitan satisfacer las necesidades personales en relación a las capacidades físicas y habilidades específicas a partir de la valoración del nivel inicial.
6. Conocer el cuerpo y sus necesidades, adoptando una actitud crítica y consecuente frente a las actividades dirigidas a la mejora de la condición física, la salud, y la calidad de vida, haciendo un tratamiento diferenciado de cada capacidad.
7. Reconocer, valorar y utilizar el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa, diseñando y practicando actividades rítmicas con y sin una base musical adecuada.
8. Reconocer el medio natural como espacio idóneo para la actividad física, y discriminar aquellas prácticas que pueden causarle cualquier tipo de deterioro.
9. Recuperar y comprender el valor cultural de los juegos y deportes populares recreativos, como elementos característicos de nuestra cultura que hace falta preservar.
10. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes.
11. Conocer las posibilidades que el entorno ofrece (espacios, equipamientos e instalaciones) para la práctica de la actividad física deportiva.
12. Conocer y utilizar técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas durante la actividad cotidiana.
13. Conocer y practicar actividades y modalidades deportivas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución.

2. LA CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

La materia de Deporte 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 asignatura de Deporte 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 asignatura de Deporte 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 Deporte 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.

El Deporte 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.

3. CONTENIDOS Y SECUENCIACIÓN

Bloque 1. Condición física y salud.

- El calentamiento. Fases.
- Condición física. Concepto. Capacidades físicas
- Efectos de la actividad física sobre el organismo y la salud.
- Acondicionamiento general de las capacidades físicas básicas relacionadas con la salud.
- Práctica de resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad.
- Relajación muscular progresiva.
- Valoración del calentamiento general como medio de prevención de lesiones.

Bloque 2. Juegos y deportes. Cualidades motrices personales.

- El aprendizaje motor
- El movimiento coordinado: equilibrio y agilidad
- Clasificación de los juegos deportivos: juegos convencionales, tradicionales y recreativos.
- Justificación de la necesidad de reglas y normas en la práctica de juegos y deportes.
- Aceptación de los valores y de las normas
- Práctica de deportes: fútbol americano, béisbol, judo, escalada.
- Práctica de juegos y deportes alternativos: indiaca, ultimate, palas, colpbol, balonkorf, pinfubote, tripela
- Práctica de juegos y deportes populares: petanca, chapas, rayuela, bolos.
- Introducción al mundo del fitness.
- Adquisición de las reglas básicas del deporte y mejora de la coordinación óculo-manual.
- Adquisición de los patrones coordinativos necesarios en el salto a la comba.
- Pequeñas competiciones de deportes de equipo como indiaca, ultimate, rugby y béisbol.

La **temporalización** de las diferentes Unidades Didácticas a trabajar en las evaluaciones en este curso será la siguiente:

- **1ª Evaluación:**
 - 1. Condición física (bloque1)
 - 2. Fútbol americano (flag football) (bloque 2)
 - 3. Tripela (bloque 2)
 - 4. Indiaca (bloque 2)
 - 4. Juegos populares
- **2ª Evaluación:**
 - 5. Condición física (bloque1)
 - 6. Ultimate (bloque 2)
 - 7. Judo (bloque 2)

- 8. Colpbol (bloque 2)
- **3ª Evaluación:**
- 9. Condición física (bloque1)
- 10. Béisbol (bloque 2)
- 11. Palas (bloque 2)
- 12. Escalada (bloque 2)
- 13. Petanca (bloque 2)
- 14. Fitness (bloque 2)

Los contenidos presentan la información propia que se debe trabajar en el curso, y sirven para desarrollar las capacidades indicadas en los objetivos.

La secuenciación de las unidades didácticas por contenidos es la siguiente:

UNIDAD DIDÁCTICA 1, 5 y 9: CONDICIÓN FÍSICA.

- Test de acondicionamiento motor.
- El calentamiento: tipos.
- Control de la actividad física.
- Las cualidades físicas.
- Planificación del acondicionamiento físico.
- Principios fundamentales del acondicionamiento físico.
- Sistemas de entrenamiento.
- Elaboración de un calentamiento genérico.
- Elaboración de un calentamiento específico.

- Aplicación de una batería de pruebas de acondicionamiento físico.
- Control de la actividad física por medio de la toma de pulsaciones.
- Repaso de las cualidades físicas básicas.
- Conocer las directrices generales del acondicionamiento físico.
- Realizar un plan de entrenamiento aplicando los principios fundamentales del entrenamiento físico.
- Saber poner en práctica ejemplos de diferentes sistemas de entrenamiento.

- Toma de conciencia de la importancia de un buen calentamiento como paso previo a cualquier actividad.
- Valoración de las ventajas que la práctica físico- deportiva tiene en la salud.
- Valorar positivamente los efectos fisiológicos que tiene la mejora de las capacidades físicas.
- Toma de conciencia de la importancia de llevar un seguimiento en el entrenamiento para conseguir buenos resultados.
- Valorar la importancia de la realización de ejercicio mediante sistemas de entrenamiento diferentes y su importancia en la salud.

UNIDAD DIDÁCTICA 2: DEPORTE DE EQUIPO: FÚTBOL AMERICANO (FLAG FOOTBALL).

- Aspectos reglamentarios básicos
- Fundamentos técnicos:
 - . Pases: tipos
 - . Recepciones
- Fundamentos tácticos:
 - . Posiciones defensivas (línea defensiva, linebackers, defensive backs).
 - . Posiciones ofensivas (quarterback, runningbacks, receptores, línea ofensiva).
- Desarrollo práctico del juego incidiendo en las normas básicas del juego.

UNIDAD DIDACTICA 3: DEPORTE ALTERNATIVO: TRIPELA

- Aspectos reglamentarios básicos.
- Fundamentos técnicos:
 - . los pases
 - . los lanzamientos
- Fundamentos tácticos:
 - . colocación en el campo en ataque y defensa.
- Participar activamente en los partidos respetando las normas de juego.

UNIDAD DIDACTICA 4: DEPORTE DE EQUIPO: INDIACA.

- Aspectos reglamentarios básicos.
- Fundamentos técnicos:
 - . el saque
 - . los golpes: tipos
 - . el bloqueo
- Fundamentos tácticos:
 - . colocación en el campo y mantenerlo en orden durante un partido
- Trabajo de los aspectos técnicos y tácticos de la indiaca.

- Técnica de la indíaca. Juego por parejas.
- Participar activamente en partidos empleando los diferentes golpes.

UNIDAD DIDACTICA 6: DEPORTE COLECTIVO: ULTIMATE.

- Aspectos reglamentarios básicos.
- Fundamentos técnicos:
 - . los lanzamientos: forehand y backhand.
 - . las recepciones: sándwich, pinza y a una mano.
- Fundamentos tácticos:
 - . colocación en el campo según las posiciones y mantenerlo en orden durante un partido
- Trabajo de los aspectos técnicos y tácticos del ultimate.
- Perfeccionamiento del lanzamiento del frisbee.
- Participar activamente en partidos empleando los diferentes pases y recepciones.

UNIDAD DIDÁCTICA 7: DEPORTE INDIVIDUAL: JUDO.

- Aspectos reglamentarios básicos.
- Fundamentos técnicos:
 - . Técnicas de hombro (Te Waza)
 - . Técnicas de cadera (Koshi Waza)
 - . Técnicas de pie (Ashi Waza)
 - . Técnicas de control (Katame Waza)
- Realización de randoris aplicando lo aprendido.

UNIDAD DIDACTICA 8: DEPORTE COLECTIVO: COLPBOL.

- Aspectos reglamentarios básicos.
- Fundamentos técnicos:
 - . los golpes
- Fundamentos tácticos:
 - . colocación en el campo en ataque y defensa.
- Participar activamente en los partidos respetando las normas de juego.

UNIDAD DIDACTICA 10: DEPORTE COLECTIVO: BEISBOL.

- Aspectos reglamentarios básicos.
- Fundamentos técnicos:
 - . el lanzamiento.
 - . el bateo.
 - . la recepción.
 - . la carrera.
- Fundamentos tácticos:
 - . Colocación en el campo según el puesto ocupado en defensa (infield, outfield).
 - . Posiciones defensivas: lanzador (pitcher), receptor (cácher), base (baseman) y campista (fielder).
- Desarrollo práctico del juego incidiendo en las normas básicas del juego.

UNIDAD DIDACTICA 11: DEPORTE DE ADVERSARIO: PALAS.

- Aspectos reglamentarios básicos.
- Fundamentos técnicos:
 - . el saque
 - . los golpes: tipos
- Fundamentos tácticos:
 - . colocación en el campo
- Trabajo de los aspectos técnicos y tácticos.
- Técnica de las palas. Juego individual y por parejas.
- Participar activamente en partidos empleando los diferentes golpes.

UNIDAD DIDACTICA 12: ESCALADA.

- Elementos de seguridad:
 - . material e indumentaria necesarias.
 - . postura del cuerpo (equilibrio)
- Fundamentos técnicos:
 - . el agarre de las presas
 - . los apoyos (técnica de los tres apoyos)
- Fundamentos tácticos:
 - . autocontrol de las diferentes situaciones en la escalada

- Trabajo de equilibrio, fuerza y resistencia.
- Realización de circuitos de escala en rocódromo.

UNIDAD DIDACTICA 13: DEPORTE POPULAR: PETANCA.

- Aspectos reglamentarios básicos.
- Fundamentos técnicos:
 - . la posición de partida
 - . el agarre de la bola
 - . los lanzamientos (arrimar o romper)
- Fundamentos tácticos:
 - . arrimador
 - . medio
 - . tirador
 - coordinación con el compañero/s en estrategias de pareja/tríos.
- Participar activamente en los deportes populares cumpliendo las normas de juego.

UNIDAD DIDÁCTICA 14: FITNESS.

- Desarrollo de ejercicios útiles para trabajar Core (zona abdominal, lumbar y suelo pélvico)
- Desarrollo de ejercicios útiles para trabajar tren superior (pectoral, bíceps, tríceps, deltoides...)
- Desarrollo de ejercicios útiles para trabajar tren inferior (gemelos, cuádriceps, isquiotibiales, aductores...)

Los contenidos mínimos acordados por el departamento para la asignatura de Deporte en el nivel de 3º ESO serán los siguientes:

- Conocimiento y realización los gestos técnicos de los deportes trabajados en el curso.
- Conocimiento de la realización de un calentamiento y para qué sirve, incluyendo dentro de él los estiramientos de los grupos musculares trabajados.
- Realización y superación de una de las pruebas físicas de resistencia realizadas durante el curso, y de otra que incluya una de las capacidades físicas básicas diferentes a la resistencia.

- Realización de trabajos grupales para conocer y profundizar sobre diferentes deportes.

4. 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 (Deporte)* 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, estrechamente vinculadas a las actividades lúdico-deportivas de cooperación y oposición, que da mayor protagonismo al alumno/a, frente a un mando directo, y siempre que los contenidos lo permitan, otros estilos como el trabajo en pequeños grupos, 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.

5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE.

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.

7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

6. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN Y PROMOCIÓN. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS.

Los criterios de calificación para la asignatura de Deporte en el curso de 3º ESO serán los siguientes:

En las tres evaluaciones los porcentajes en los que está dividida la nota son:

- **50% Actitudes**
- **40% Aptitudes físicas (Procedimientos)**
- **10% Conocimientos teóricos (Conceptos)**

Actitudes: 50%

Entendemos por actitudes positivas asistir provisto de la correcta indumentaria deportiva, puntualidad, interés, motivación, respeto por el profesor y el compañero, cuidado y trato del material...

- 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 (40%)
- Asistir provisto de la correcta indumentaria deportiva, aseo después de la práctica deportiva, cuidado y trato del material deportivo (10%)

Aptitudes físicas: 40%

- Es una valoración objetiva del trabajo realizado a lo largo de la evaluación. Dentro de ella podemos encontrar las pruebas realizadas para valorar el estado de condición física del alumno y exámenes prácticos de los deportes o actividades practicadas.

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.

Conocimientos teóricos: 10%

- **Trabajos** digitales o escritos acordes a los temas que estemos trabajando o examen teórico (10%)

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.

Los alumnos que tengan pendiente la asignatura, deberán hacer un **examen teórico y práctico de los contenidos de la asignatura**.

Criterios ortográficos

CURSO	FALTAS	TILDES	CRÉDITO	MÁXIMA RESTA
1º y 2º ESO	0,1	0,1 cada 2	3	1

La misma falta se contabiliza una sola vez.

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 activa en el aula.
- Análisis de las producciones del alumnado:
 - Trabajos monográficos
- Valoración de las exposiciones orales del alumnado:
 - Sobre juegos, ejercicios y el calentamiento
- Realización de pruebas específicas:
 - Examen escrito teórico práctico

7. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

Los **recursos espaciales y materiales** 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:

- 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 rugby, beisbol, indiacas, petanca... 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

8. MEDIDAS DE ATENCION A LA DIVERSIDAD Y ADAPTACIONES CURRICULARES.

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 cual 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.

- 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** 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.

9. CONTRIBUCIÓN AL PLAN TIC

Hay que destacar que uno de los aspectos priorizados en la LOE, 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 básicas priorizadas por la LOE):

- Facilitando al alumno una serie de direcciones de páginas *web* muy interesantes sobre educación física de manera que éste pueda obtener la información oportuna de cara a 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.

10. CONTRIBUCIÓN AL PLAN DE FOMENTO Y DESARROLLO DE LA LECTURA

Desde la asignatura de deporte fomentaremos la lectura de nuestros alumnos, al igual que el desarrollo de la expresión oral y escrita por medio de la 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.

11. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

El curso 2022-23 presenta principalmente las siguientes actividades complementaria: el asentamiento del **Día Deportivo**, con intención de pasar a ser una semana deportivo-cultural, incluyendo la carrera solidaria en dicha semana y **La Liga de los Recreos**.

El **Día Deportivo** se tratará de celebrar un día de actividad física lúdica y competitiva en toda la etapa de ESO, FP y 1º Bachillerato durante la segunda evaluación, realizando además diferentes actividades tanto para familiares como para alumnos, para poder llegar a convertirse en la **semana deportivo-cultural** que dé identidad a nuestro Colegio.

Consideramos el Día Deportivo como una excelente oportunidad para unir a todas las etapas en el aspecto deportivo.

La **Liga de los Recreos**, en la que se pretende desarrollar unos torneos lúdico-competitivos. Se disputarán torneos de fútbol, baloncesto y voleibol desde el mes de noviembre hasta el mes de mayo.

El objetivo principal de esta Liga es que los alumnos aprovechen su tiempo libre del recreo para realizar una actividad física organizada y reglada.

Es importante que ellos mismos se organicen, recogiendo los balones, arbitrando los partidos o respetando las reglas del deporte que se esté practicando, así como el respeto entre ellos mismos. Todo esto aumentará su madurez y responsabilidad de cara a la actividad física.

12. 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 resultado obtenidos para sacar unas conclusiones que nos permitan la mejora a la hora de programar los siguientes cursos:

Esto supone dos *acciones fundamentales*:

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.
- 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 del mismo. 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.