
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA
Ciencias de la actividad física
1ºFPB

Ciudad
Educativa
Municipal

FUHEM
Hipatia



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.*

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.

Temporalización

Según el 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 para 1º FP serán los siguientes:

1. Actividades físico-deportivas individuales 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.

2. 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 de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición. - Los deportes de raqueta como actividad recreativa para el tiempo de ocio.

3. 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. - La aceptación de

las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos. - Respeto y aceptación de las reglas en los juegos y deportes practicados.

4. 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.

5. 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 y el manejo de objetos. - Elementos musicales y su relación con el montaje coreográfico. Ritmo, frase y bloques. - Diseño y realización de coreografías. Agrupamientos y elementos coreográficos.

6. Salud: - Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físicas y deportivas seleccionadas. - Medidas preventivas en las actividades físicas y deportivas en las que hay competición: preparación previa a 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. - Higiene postural en la actividad física y deportiva, así como en las actividades cotidianas. - Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal. - Hábitos de alimentación saludable.

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

- **1ª Evaluación:**

- 1 Condición física
- 2 Voleibol
- 3 Atletismo: triple salto y carreras
- 4 Fútbol
- 5 Palas
- 6 Expresión Corporal (Mimo)

- **2ª Evaluación:**

- 7 Condición física
- 8 Bádminton
- 9 Expresión Corporal (Acrosport)

CURSO 2022/23

- 10 Baloncesto
- 11 Deportes adaptados

– **3ª Evaluación:**

- 12 Condición física
- 13 Actividades en el medio natural (juegos de pistas y orientación)
- 14 Tenis de mesa
- 15 Deportes alternativos

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 1-7-12: CONDICIÓN FÍSICA y SALUD

- 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.
- Saber poner en práctica ejemplos de ejercicios de mejora física.
- 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.
- Higiene postural

UNIDAD DIDACTICA 2: DEPORTE COLECTIVO: EL VOLEIBOL.

- Aspectos reglamentarios básicos.
- Fundamentos técnicos:
 - . el saque
 - . la colocación
 - . el remate
 - . la recepción
 - . el bloqueo
- Fundamentos tácticos:
 - . sistemas de ataque
 - . sistemas defensivos
- Trabajo de los aspectos técnicos y tácticos del voleibol.
- Técnica del voleibol. Perfeccionamiento del trabajo en competición.
- Valorar el voleibol como posibilidad de cubrir el tiempo de ocio y mejorar la relación con los compañeros.
 - Participar activamente en los deportes colectivos.
 -

UNIDAD DIDÁCTICA 3: ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS INDIVIDUALES EN MEDIO ESTABLE: EL ATLETISMO.

- Modalidades de atletismo: triple salto y lanzamiento de jabalina adaptado
- Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.
- Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.
- Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad.
- Formas de evaluar el nivel técnico en el triple de salto y el lanzamiento de jabalina.
- Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.
 - Autovaloración, autoimagen y autoestima asociadas a los aprendizajes de actividades físico deportivas individuales. El sentimiento de logro.

UNIDAD DIDACTICA 4: DEPORTE COLECTIVO: EL FÚTBOL.

- Aspectos reglamentarios básicos.

- Fundamentos técnicos:
 - . el control
 - . las conducciones
 - . los pases: tipos
 - . el tiro: tipos
- Fundamentos tácticos:
 - . colocación en el campo y mantenerlo en orden durante un partido
- Trabajo de los aspectos técnicos y tácticos del fútbol.
- Técnica del fútbol. Perfeccionamiento del trabajo en competición.
- Participar activamente en los deportes colectivos

UNIDAD DIDACTICA 5: DEPORTE DE ADVERSARIO: PALAS.

- Aspectos reglamentarios básicos.
- Fundamentos técnicos:
 - . el saque
 - . los golpes: tipos
- Fundamentos tácticos:
 - . colocación en el campo y mantenerlo en orden durante un partido
- Trabajo de los aspectos técnicos y tácticos del juego de palas.
 - Participar activamente en partidos empleando los diferentes golpes.

UNIDAD DIDÁCTICA 6: EXPRESIÓN CORPORAL: MIMO

- Ejercicios de expresión corporal.
- Utilización del gesto, la postura, el cuerpo y el movimiento como elementos expresivos.
- Improvisaciones y representaciones espontáneas de expresión corporal.
- El arte del mimo.
- Representación gestual de situaciones cotidianas.

UNIDAD DIDACTICA 8: DEPORTE DE ADVERSARIO: BÁDMINTON.

- Aspectos reglamentarios básicos.
- Fundamentos técnicos:

- . tipos de saque
- . los golpes: drive, clear y drop
- Fundamentos tácticos:
 - . colocación en el campo, situaciones defensivas y en ataque.
- Trabajo de los aspectos técnicos y tácticos del bádminton.
- Participar activamente en partidos empleando los diferentes golpes

UNIDAD DIDÁCTICA 9: COREOGRAFÍAS Y ACROSPORT

- Coreografías: concepto y tipos.
- Ejercicios de fuerza: base del acrosport
- Conceptos básicos del deporte del acrosport

- Elaboración de una coreografía utilizando las habilidades gimnásticas aprendidas en la etapa de la ESO, aplicando los ejercicios aprendidos, música y material de acompañamiento.

- Valoración de la coreografía como una tarea motriz para coordinarse entre compañeros.

UNIDAD DIDACTICA 10: DEPORTE COLECTIVO: EL BALONCESTO.

- Aspectos reglamentarios básicos.

- Fundamentos técnicos:
 - . posiciones fundamentales: la triple amenaza.
 - . los desplazamientos.
 - . el bote: tipos
 - . el pase: tipos.
 - . el tiro: tipos.
 - . bloqueos: tipos

- Fundamentos tácticos.
 - . Sistemas de ataque.
 - . Sistemas de defensa: individual, zonal y mixta

- Trabajo de los aspectos técnicos y tácticos del Baloncesto.

- Técnica del baloncesto. Perfeccionamiento del trabajo en competición.

- Valorar el baloncesto como posibilidad de cubrir el tiempo de ocio y mejorar la relación con los compañeros.
- Participar activamente en los deportes colectivos.

UNIDAD DIDACTICA 11: DEPORTES ADAPTADOS

- Práctica atletismo adaptado
- Práctica de sitting ball y goal ball
- Reconocimiento de los tipos de discapacidad
- Comprensión del deporte y las actividades físicas como factor de inclusión social
- Respeto y valoración positiva de las diferencias individuales entre personas
- Principales obstáculos en la participación de las personas con discapacidad y los elementos para facilitar su participación
- Participación activa y responsable durante la práctica deportiva

UNIDAD DIDACTICA 13: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL

- Fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios básicos del deporte de la orientación.
- Vivencia de juegos y actividades relacionadas con el deporte de orientación
- Aplicación de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios básicos del deporte de orientación
- Manifestación de una actitud de cooperación y respeto hacia los compañeros, y de superación y valoración positiva hacia la práctica físico-deportiva
- Elaborar en grupo un circuito de orientación sencillo con mapa y brújula

- Comprender y valorar la importancia del medio natural como medio idóneo para la práctica físico-deportiva, manifestando una actitud de respeto en favor de su conservación y mejora.

UNIDAD DIDACTICA 14: DEPORTE DE ADVERSARIO: TENIS DE MESA.

- Aspectos reglamentarios básicos.

- Fundamentos técnicos:
 - . el saque
 - . los golpes: tipos

- Fundamentos tácticos:
 - . colocación en el campo y mantenerlo en orden durante un partido

- Trabajo de los aspectos técnicos y tácticos del tenis de mesa.
- Juego individual y dobles.
 - Participar activamente en partidos empleando los diferentes golpes.
 -

UNIDAD DIDACTICA 15: DEPORTES ALTERNATIVOS: DODGEBALL Y RINGBALL

- Aspectos reglamentarios básicos.

- Fundamentos técnicos:
 - . Golpeos, lanzamientos, bloqueos.

- Fundamentos tácticos:
 - . Colocación en el.
 - . Situaciones de ventaja y desventajas ataque.

- Participar activamente en los deportes colectivos respetando las normas de juego.

Los contenidos mínimos acordados por el departamento para el nivel de 1º FPB serán los siguientes:

- Conocimiento y realización los gestos técnicos de los deportes trabajados en el curso (fútbol, acrosport, baloncesto y voleibol).
- Conocimiento de los deportes trabajados, así como de las capacidades físicas básicas y de actividades para su mejora.
- 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.

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

CURSO 2022/23

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, 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.

Criterios de evaluación. Procedimientos e instrumentos

Según el **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, **los resultados de aprendizaje y los criterios de evaluación de la asignatura de Ciencias de la Actividad Física para 1º Formación Profesional Básica** serán los siguientes:

Resultados de Aprendizaje:

1. Reconoce las posibilidades de las actividades físicas y deportivas así como de las actividades artísticas y expresivas como forma de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación e otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.
2. Interpreta y produce acciones motrices con finalidades artísticas y expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
3. Desarrolla las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.

Criterios de Evaluación

- Se han mostrado actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
- Se ha colaborado 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.
- Se ha mostrado respeto a los demás dentro de la labor de equipo con independencia del nivel de destreza.

- Se han utilizado técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
- Se ha elaborado y practicado una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- Se ha colaborado en el diseño y realización de una coreografía, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

- Se ha participado activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable. ▪ Se han alcanzado niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y sus posibilidades. ▪ Se ha analizado 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.

Criterios de clasificación y de promoción.

Aunque los contenidos mínimos del currículo oficial **no se expresan ya diferenciados** los tres tipos de contenidos: (**conceptos, procedimientos y actitudes**) *siguen teniendo carácter conceptual, procedimental y actitudinal, pero no aparecen diferenciados en apartados distintos como lo hacían antes*, parece sin embargo, un buen sistema, por lo educativo que tiene, dar la calificación de la asignatura de forma porcentual basándose en los mismos. En la realidad, se trabajan los tres, y, aunque implicados entre sí, es mucho más claro diferenciarlos así, de cara a que los alumnos entiendan la importancia de cada uno.

Se valorará principalmente el ESFUERZO más que la perfección.

Los **criterios de calificación** que vamos a seguir los podemos establecer de la manera siguiente:

- **40% Actitudes**
- **30% Aptitudes físicas (Procedimientos)**
- **30% Conocimientos (Conceptos)**

Actitudes: 40%

- Asistencia a clase, comportamiento correcto, puntualidad (10%).
- Colaboración en el desarrollo de las sesiones, trabajo y esfuerzo diario, participación activa, interés por la asignatura, disposición a la cooperación (10%)
- Asistir provisto de la correcta indumentaria deportiva, aseo después de la práctica deportiva, cuidado y trato del material deportivo (10%)

Los alumnos que tengan **3 faltas sin justificar** durante el trimestre suspenderán la evaluación teniendo que recuperar todos los contenidos en la siguiente.

La acumulación de **3 retrasos** equivale a una falta no justificada.

Aptitudes físicas (procedimientos): 30%

- Exámenes prácticos de condición física y del deporte correspondiente en cada evaluación. Se dividirán los porcentajes en función de los contenidos y sesiones trabajadas de los mismos.

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 (conceptos): 30%

- Pruebas teóricas, trabajos o **controles** sobre los conceptos que hayamos visto en clase tanto de forma teórica como práctica en cada evaluación (30%)

En la **evaluación ordinaria final** de junio se calificará con la media de las tres evaluaciones.

En el caso de no llegar al aprobado (5), en la **convocatoria ordinaria de junio** se realizará un **examen teórico** en el que se incluirán todos los contenidos del curso, y otro **práctico** correspondiente a los contenidos mínimos.

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.

ALUMNOS CON EVALUACIÓN SUSPENSA

En estos niveles, la **evaluación** es **continua**, por lo que un alumno con una evaluación suspensa podrá recuperar en la siguiente, aquellos contenidos que no haya superado anteriormente, realizando en todos los casos el examen teórico de la asignatura.

En la **convocatoria extraordinaria de junio** se realizará un **examen teórico** en el que se incluirán todos los contenidos del curso, y otro **práctico** correspondiente a los contenidos mínimos.

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 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, bolígrafo, reglas, y distintos colores para la realización de distintas actividades: orientación, apuntes ...
- Apuntes y fotocopias facilitados por el profesor

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 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.

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 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.

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.

Actividades complementarias y extraescolares

Durante el presente curso 2021-2022, iremos viendo cuales de las actividades que realizabamos antes vamos a poder realizar.

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**:

- 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.

CURSO 2022/23

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.