

**PROGRAMACIÓN
DIDÁCTICA
DE 2º Y 4º DE LA ESO
DE
EDUCACIÓN FÍSICA
-.-
IES BURGUILLOS
(CURSO ACADÉMICO)**

- 2022/2023 –

INDICE

1. INTRODUCCIÓN	página 3
2. CONTRIBUCIÓN DEL ÁREA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVES	página 6
3. OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESO	página 7
4. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS.....	página 8
5. ELEMENTOS TRANSVERSALES	página 9
6. RECOMENDACIONES METODOLÓGICAS.....	página 11
7. OBJETIVOS PARA SEGUNDO CURSO DE LA ESO.....	página 12
8. CONTENIDOS PARA SEGUNDO CURSO DE LA ESO	página 13
9. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTANDARES DE APRENDIZAJE EN SEGUNDO DE LA ESO	página 16
10. OBJETIVOS PARA CUARTO CURSO DE LA ESO	página 26
11. CONTENIDOS PARA CUARTO CURSO DE LA ESO	página 27
12. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTANDARES DE APRENDIZAJE EN CUARTO DE LA ESO.....	página 30
13. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS: ACTIVIDADES, TÉCNICAS METODOLÓGICAS Y RECURSOS DIDÁCTICOS.....	página38
14. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE LAS UDD	página 40
15. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	página 41
16. EVALUACIÓN.....	página 43
17. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.....	página 46

INTRODUCCIÓN

Esta programación tiene como referencia la Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas.

Además, y en general, lo establecido en sus Anexos II y IV; y en particular y con mayor seguimiento en el Anexo III (*Materias del bloque de asignaturas específicas*) por lo que regulan y desarrollan los aspectos curriculares de las distintas materias que conforman esta etapa, entre ellas la Educación Física. Dichos desarrollos incluyen una introducción o descripción de cada materia que expresa su relevancia y sentido educativo, su relación con los elementos transversales y su contribución a la adquisición de las competencias clave. Seguidamente se incorporan los objetivos de la misma, las estrategias metodológicas, la secuenciación de los contenidos y la vinculación de estos con los criterios de evaluación y las competencias clave correspondientes, teniendo en cuenta lo recogido en la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato. Los distintos criterios de evaluación, a su vez, se relacionan con los estándares de aprendizaje evaluables establecidos en la normativa básica y que permiten orientar la evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje.

La Educación Física es una materia del bloque de asignaturas específicas en todos los cursos de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria. La materia Educación Física se orientará a profundizar en los conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones vinculados al propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como fin en sí mismas y como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida.

El desarrollo armónico e integral del ser humano conlleva ineludiblemente la inclusión en la formación de los jóvenes de aquellas enseñanzas que potencian el desarrollo de las capacidades y habilidades motrices, profundizando en el significado que adquieren en el comportamiento humano, y asumiendo determinadas actitudes relativas al cuerpo y al movimiento.

La materia de Educación física en la Educación Secundaria Obligatoria debe contribuir no sólo a desarrollar las capacidades instrumentales y a generar

hábitos de práctica continuada de la actividad física, sino que, además, debe vincularla a una escala de valores, actitudes y normas, y al conocimiento de los efectos que tiene sobre el desarrollo personal, contribuyendo de esta forma al logro de los objetivos generales de la etapa.

El enfoque de esta materia, tiene un carácter integrador e incluye una multiplicidad de funciones: cognitivas, expresivas, comunicativas y de bienestar. Por una parte, el movimiento es uno de los instrumentos cognitivos fundamentales de la persona, tanto para conocerse a sí misma como para explorar y estructurar su entorno inmediato. Por medio de la organización de sus percepciones sensoriomotrices, se toma conciencia del propio cuerpo y del mundo que rodea, pero además, mediante el movimiento, se mejora la propia capacidad motriz en diferentes situaciones y para distintos fines y actividades, permitiendo incluso demostrar destrezas y superar dificultades. Por otro lado, en tanto que la persona utiliza su cuerpo y su movimiento corporal para relacionarse con los demás, no sólo en el juego y el deporte, sino en general en toda clase de actividades físicas, la materia favorece la consideración de ambos como instrumentos de comunicación, relación y expresión. Igualmente, a través del ejercicio físico se contribuye a la conservación y mejora de la salud y el estado físico, a la prevención de determinadas enfermedades y disfunciones y al equilibrio psíquico, en la medida en que las personas, a través del mismo liberan tensiones, realizan actividades de ocio, y disfrutan de su propio movimiento y de su eficacia corporal. Todo ello resulta incluso más necesario dado su papel para compensar las restricciones del medio y el sedentarismo habitual de la sociedad actual.

En esta materia los contenidos se organizan alrededor de cinco grandes bloques: *Salud y calidad de vida, Condición física y motriz, Juegos y deportes, Expresión corporal y Actividades físicas en el medio natural.*

La salud y la calidad de vida constituyen el eje primordial de Educación Física y así se refleja en este currículo con la inclusión de un bloque de contenidos específico para esta temática. A su vez, el desarrollo del resto de bloques de contenidos siempre se orientará a la mejora de la salud y de la calidad de vida, tanto individual como colectiva, teniendo en cuenta la valoración de los riesgos asociados a la práctica de actividades físicas y la adquisición de hábitos posturales correctos. A través de los contenidos de Educación Física se trabajará un amplio repertorio de acciones motrices, promoviendo que el alumnado adquiera las destrezas, los conocimientos y las actitudes necesarias para desarrollar su competencia motriz en contextos variados.

El bloque Salud y calidad de vida agrupa los contenidos relacionados con los hábitos de vida saludable (alimentación, actividad física programada y descanso),

los estilos de vida activos, prevención de conductas y hábitos perjudiciales para la salud, técnicas básicas de respiración, relajación y alivio de la tensión y del estrés, y el uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación. El bloque Condición física y motriz se centra en aspectos asociados al desarrollo de las capacidades físicas y motrices, a la regulación de la práctica de actividad física y a los sistemas de obtención de energía. En el bloque de Juegos y deportes se incluyen contenidos como los juegos predeportivos, los deportes, los juegos populares, los juegos alternativos, etc. Este bloque de contenidos es un instrumento adecuado para desarrollar capacidades y habilidades propias de la materia. Los juegos y los deportes favorecen y desarrollan la motivación, el trabajo en equipo y la solidaridad del alumnado. Los contenidos del bloque de Expresión corporal desarrollan la comunicación y la expresión creativa y artística a través del cuerpo y la expresión y la regulación de emociones y sentimientos. El bloque de Actividades físicas en el medio natural se orienta hacia la interacción del alumnado con el medio natural y urbano, valorando sus beneficios positivos, a la integración de estos en su vida cotidiana y a la concienciación de la necesidad de su conservación.

Por consiguiente, el área de Educación Física actúa en este sentido como factor de prevención de primer orden. El cuerpo y el movimiento son, por tanto, los ejes básicos en los que se centra la acción educativa en esta materia. Se trata, por un lado, de la educación del cuerpo y el movimiento en el sentido de la mejora de las cualidades físicas y motrices y con ello de la consolidación de hábitos saludables. Y por otro, de la educación a través del cuerpo y el movimiento para adquirir competencias de carácter afectivo y de relación, necesarias para la vida en sociedad.

CONTRIBUCIÓN DEL ÁREA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVES

La Educación Física contribuye al desarrollo de todas las competencias claves siguientes:

1. *Competencia en comunicación lingüística*: como las demás asignaturas, la Educación Física ofrece el conocimiento y dominio de un vocabulario específico de gran variedad y riqueza; además de ofrecer una variedad de intercambios comunicativos.
2. *Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología*. Esta competencia la utilizaremos en todo tipo de mediciones y en un enfoque científico en la fundamentación de todas las acciones.
3. *Competencia digital*. Esta competencia la utilizaremos fundamentalmente en la búsqueda de información y documentación, así como la visualización de imágenes.
4. *Competencia para aprender a aprender*: la Educación Física ofrece recursos para la planificación del propio aprendizaje y práctica de la actividad física y los deportes en el tiempo libre.
5. *Competencias sociales y cívicas*. En nuestra asignatura esta competencia se trabajará asiduamente resaltando los valores de trabajo en equipo, la colaboración y el respeto a las normas y adversarios.
6. *Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor*. Al igual que la competencia anterior, la actividad física se enfocará en el fomento de la iniciativa personal y que el alumnado sea proclive para emprender acciones positivas con autonomía.
7. *Conciencia y expresiones culturales*. La actividad físico-deportiva participa en las expresiones culturales de los pueblos y de la sociedad actual con un gran protagonismo, pero seremos críticos con ciertos aspectos que afecten negativamente al individuo y a las relaciones de este con sus semejantes.

OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESO

La enseñanza de la materia Educación Física en Educación Secundaria Obligatoria tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos:

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludable, práctica de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índoles artístico-creativas, expresivas y comunicativas de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y

deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artísticas- expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

Serán los estilos de enseñanza adecuados y las estrategias metodológicas las que generen climas de aprendizaje que faciliten el desarrollo integral del alumnado y eleven su calidad de vida.

La Educación Física debe contribuir a contrarrestar la inercia de los estereotipos de género y otras posturas de exclusión social, respetando la individualidad y las peculiaridades propias de cada persona. Esta asignatura ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, teniendo presente la seguridad física y emocional del alumnado.

La Educación Física propiciará ambientes positivos de aprendizaje y un alto grado de compromiso motor repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz; y en la realización de las tareas se buscará implicar de forma responsable al alumnado en el proceso de aprendizaje, orientándolo hacia la autonomía de su trabajo.

Es conveniente que el alumnado pueda participar en la toma de decisiones de determinados aspectos, como la elección de actividades, que tenga en cuenta sus apetencias y preferencias con el objetivo de una mayor implicación en el trabajo de la sesión. En relación a la evaluación, se fomentará la evaluación compartida, invitando a la autoevaluación responsable del alumnado, si fuera posible.

La Educación Física proporcionará al alumnado técnicas de concentración, relajación y regulación emocional, trasladables posteriormente a la vida cotidiana.

Es importante reconocer y apoyar el esfuerzo y la progresión del alumnado desde la base del respeto a sus características personales.

La equidad del profesorado es necesaria para favorecer una visión positiva del alumnado hacia todos los componentes de la asignatura, eliminando supuestos prejuicios.

Se fomentará el uso razonable y controlado de Internet como herramienta en la búsqueda de conocimientos.

Para el mejor desarrollo de los contenidos de esta asignatura, tiene especial relevancia la realización de actividades complementarias y extraescolares, pudiéndose establecer cooperaciones externas con personas u organizaciones del entorno.

La realización de actividades en los entornos próximos al centro, tanto urbanos como rurales, y también en los espacios naturales de Andalucía, contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos saludables y aumento de la calidad de vida.

ELEMENTOS TRANSVERSALES

1. El respeto al Estado de Derecho y a los derechos y libertades fundamentales recogidos en la Constitución Española y en el Estatuto de Autonomía para Andalucía.
2. El desarrollo de las competencias personales y las habilidades sociales para el ejercicio de la participación y promover los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, el pluralismo político y la democracia.
3. La educación para la convivencia y el respeto en las relaciones interpersonales, la competencia emocional y el rechazo y prevención del acoso escolar, la discriminación o el maltrato, promoviendo la seguridad y la protección de todos los miembros de la comunidad educativa.
4. El fomento de los valores y las actuaciones necesarias para una igualdad real entre los sexos, evitando cualquier tipo de discriminación y respetando la orientación y la identidad sexual.
5. Fomentar los valores inherentes a la igualdad de oportunidades y la prevención de la violencia contra las personas con discapacidad.
6. El fomento de la tolerancia y el reconocimiento de la diversidad cultural y otras civilizaciones, como el pueblo gitano dentro del marco de una educación para la paz, el respeto a la libertad de conciencia y el rechazo a todo tipo de terrorismo, violencia, racismo o xenofobia.

7. El desarrollo de las habilidades básicas para la comunicación interpersonal, la capacidad de escucha activa, la empatía, la racionalidad y el acuerdo a través del diálogo.
8. Utilización crítica y el autocontrol en el uso de las tecnologías de la información y la comunicación y los medios audiovisuales.
9. Promoción de valores para la convivencia vial, la prudencia y la prevención de accidentes de tráfico y la actuación adecuada ante situaciones de emergencia y catástrofes.
10. La promoción de la actividad física para el desarrollo de la competencia motriz, de los hábitos de vida saludable, la utilización responsable del ocio y del tiempo libre y el fomento de la dieta equilibrada para el bienestar personal y colectivo.
11. La adquisición de competencias para la actuación en el ámbito económico y para la creación y desarrollo de los diversos modelos de empresas dentro del desarrollo sostenible, la justicia social, la lucha contra el fraude y la igualdad de oportunidades.
12. La toma de conciencia sobre temas y problemas que afectan al mundo globalizado, como la salud, la pobreza, la emigración y la toma de conciencia de las repercusiones de las actividades humanas sobre el Planeta, como el agotamiento de los recursos naturales, la superpoblación, la contaminación o el calentamiento global, con el objeto de fomentar la contribución activa de la defensa, conservación y mejora de nuestro entorno.

RECOMENDACIONES METODOLÓGICAS

- 1.- El proceso de enseñanza-aprendizaje debe caracterizarse por su transversalidad, su dinamismo y su carácter integral.
- 2.- Los métodos deben de partir de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo del alumnado.
- 3.- Los centros docentes fomentarán la creación de condiciones y entornos de aprendizaje caracterizados por la confianza, el respeto y la convivencia como base necesaria para un buen ambiente laboral del alumnado y del profesorado.
- 4.- Las líneas metodológicas de los centros docentes tendrán la finalidad de favorecer la implicación del alumnado en su propio aprendizaje, estimulando la superación personal y fomentar el trabajo en equipo.
- 5.- Las programaciones didácticas incluirán actividades que estimulen el interés por la lectura, la práctica de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público.
- 6.- Se estimulará la reflexión y el pensamiento crítico en el alumnado y se fomentará la investigación, el espíritu emprendedor y la iniciativa personal.
- 7.- Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información.
- 8.- Se adoptarán estrategias interactivas que permitan compartir y construir el conocimiento y dinamizarlo mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas.
- 9.- Se emplearán metodologías activas que contextualicen el proceso educativo, que presenten de manera relacionada los contenidos y que fomenten el aprendizaje por proyectos o centros de interés, favoreciendo la participación, la experimentación y la motivación del alumnado.
- 10.- Se fomentará el enfoque interdisciplinar del aprendizaje por competencias con la realización por parte del alumnado de trabajos de investigación que permitan avanzar en más de una competencia al mismo tiempo.

(2º) ESO**OBJETIVOS PARA SEGUNDO CURSO DE LA ESO**

1. Comprender los beneficios de la actividad física y la importancia del calentamiento en la práctica deportiva.
2. Aprender la secuencia de ejercicios para el calentamiento general.
3. Explicar la importancia del trabajo aeróbico y aprender los principales métodos para desarrollar la resistencia aeróbica.
4. Comprender el concepto de fuerza explosiva y los factores relacionados con la misma y aprender los principales métodos para desarrollar la fuerza explosiva.
5. Comprender el concepto de velocidad y tiempo de reacción y aprender los principales métodos para mejorar las destrezas relacionadas con la velocidad de reacción.
6. Comprender el concepto de flexibilidad y los factores que la determinan y aprender las técnicas básicas de *stretching* y aplicarlas para mejorar la flexibilidad del cuerpo.
7. Comprender el concepto de equilibrio, los tipos y los factores que lo determinan.
8. Descubrir cómo se realiza en nuestro cuerpo el control del equilibrio y cómo se puede mejorar.
9. Profundizar en el concepto de relajación y en las técnicas básicas.
10. Integrar la relajación y el control de la respiración en la actividad física.
11. Enumerar los hábitos de vida saludable.
12. Conocer las principales causas de accidentes en la actividad física.
13. Enumerar las principales lesiones que se producen durante la actividad física y aprender a evitarlas.
14. Profundizar en el concepto de dieta y los factores implicados en la misma.
15. Descubrir cómo mejorar la dieta para hacerla más saludable.
16. Conocer mejor nuestro cuerpo, tomando conciencia del espacio y del tiempo.
17. Aplicar ejercicios de improvisación que mejoren nuestra expresión corporal.
18. Conocer la relación entre música, juego y deporte.
19. Practicar ejercicios con música para mejorar las capacidades rítmicas.
20. Comprender la importancia de la actividad física durante toda la Historia de la humanidad.
21. Conocer y valorar la tradición deportiva de la Comunidad.
22. Conocer algunos deportes alternativos y valorar sus ventajas.
23. Practicar algún deporte alternativo con los compañeros de clase.
24. Descubrir qué es el balonmano y cuál fue su origen.
25. Aprender las reglas del balonmano.
26. Practicar algunas técnicas básicas del balonmano.
27. Descubrir qué es el bádminton y cuál fue su origen.
28. Aprender las reglas del bádminton.
29. Practicar algunas técnicas básicas del bádminton.

30. Profundizar en el conocimiento del fútbol y sus variaciones.
31. Aprender y practicar las técnicas básicas de algunas de las variantes del fútbol.
32. Aprender qué es un evento deportivo y cuáles son los más importantes.
33. Comprender la importancia cultural de los eventos deportivos.
34. Conocer los elementos y técnicas básicas de la orientación deportiva.

(2º)

CONTENIDOS PARA SEGUNDO CURSO DE LA ESO**Bloque 1. Salud y calidad de vida.**

1. Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana.
2. Características de las actividades físicas saludables.
3. Actitud crítica hacia las prácticas físicas con efectos negativos para la salud.
4. El descanso y la salud.
5. Técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
6. Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables.
7. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.
8. Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
9. El calentamiento general y específico.
10. Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico- expresivas.
11. Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva.
12. La igualdad en el ámbito de la actividad físico- deportiva.
13. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

Bloque 2. Condición física y motriz.

1. Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico- expresivas.
2. Indicadores de la intensidad de esfuerzo.
3. Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.

4. Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz.
5. Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable. Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud.
6. Control de la intensidad de esfuerzo.
7. Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.

Bloque 3. Juegos y Deportes.

1. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico- deportivas individuales y colectivas.
2. Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos.
3. Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición.
4. Las fases del juego en los deportes colectivos.
5. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración- oposición seleccionadas.
6. Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración- oposición, para cumplir el objetivo de la acción.
7. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.
8. Situaciones reducidas de juego.
9. Juegos populares y tradicionales.
10. Juegos alternativos y predeportivos.
11. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.
12. Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo.
13. Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual..

Bloque 4. Expresión Corporal.

1. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
2. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal.
3. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
4. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
5. El mimo y el juego dramático. Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas.
6. Los bailes y danzas como manifestación artístico- expresiva.

7. Bailes tradicionales de Andalucía.
8. Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.

Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.

1. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.
2. Técnicas de progresión en entornos no estables.
3. Técnicas básicas de orientación. Interpretación de la simbología, identificación mapa-terreno/terreno- mapa, orientación del mapa, recorridos guiados, etc.
4. Juegos de pistas y orientación.
5. Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.
6. Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc.
7. El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana.
8. Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
EN SEGUNDO DE LA ESO**

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 1. Salud y calidad de vida	
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.</p>	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para mejora de las habilidades motrices en función de propias dificultades.</p> <p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades física deportivo.</p> <p>8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de v relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto actual.</p>

<p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.</p>	<p>10.1. Utiliza las tecnologías de la información y comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis selección de información relevante.</p> <p>10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>
<p>Bloque 2. Condición física y motriz</p>	
<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artísticas- expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración- oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo CMCT, CAA.</p> <p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.</p>	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p> <p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos-tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico- deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p>

	<p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>5.4. Analiza 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> <p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>
Bloque 3. Juegos y deportes	
<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración- oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico- expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación y como formas de inclusión social facilitando la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos-tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico- deportivas de oposición o de colaboración-oposición.</p> <p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico- deportivas y artístico- expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca</p>

	<p>correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>
Bloque 4. Expresión corporal	

<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación y 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. CAA, CSC, SIEP. 10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.</p> <p>1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p> <p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales,</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. 10.1. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido, ...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.
Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural	

<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p> <p>5. Desarrolla las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA.</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas.</p> <p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.</p> <p>1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p> <p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>4.3. Relaciona adaptaciones orgánicas con actividad física sistemática, así como con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p> <p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos.</p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. Analiza 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>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

(4º) ESO**OBJETIVOS PARA CUARTO CURSO DE LA ESO**

1. Comprender los efectos duraderos del entrenamiento de las distintas capacidades físicas sobre el desarrollo y funcionamiento de los distintos aparatos (cardiovascular, locomotor y respiratorio).
2. Conocer y valorar los efectos beneficiosos que la práctica regular de actividad física tiene para la salud física y psíquica y también sus riesgos, contraindicaciones, precauciones y medidas higiénicas.
3. Asumir la responsabilidad en el mantenimiento y desarrollo de la condición física como medio de mejora de la salud y en consecuencia de la calidad de vida.
4. Adquirir nociones sobre teoría y metodología del entrenamiento y utilizar pruebas de evaluación de las capacidades físicas y habilidades motrices.
5. Realizar de forma autónoma calentamientos generales y específicos basándose en el análisis de las actividades para las que se preparan.
6. Conocer y practicar modalidades deportivas colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego tanto adaptadas como reales.
7. Participar en juegos y deportes de carácter recreativo colaborando en la organización de campeonatos, mostrando actitudes de tolerancia y deportividad.
8. Realizar tareas de mejora de la condición física haciendo un tratamiento discriminado de cada capacidad, prestando especial atención a las de flexibilidad y resistencia aeróbica e incrementar éstas capacidades.
9. Aprender a utilizar los recursos que proporciona el medio natural y el entorno para la realización de actividades físicas, desarrollando actividades que contribuyan a la mejora de la calidad de vida y a la ocupación del Tiempo Libre.
10. Realizar actividades deportivas, recreativas y en el medio natural respetando los diferentes niveles de destreza de los demás participantes y valorando los aspectos de relación social.
11. Fomentar actitudes de reflexión y crítica frente al fenómeno sociocultural del deporte.
12. Conocer y utilizar técnicas básicas de relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas tanto en la vida cotidiana como en la práctica físico-deportiva.
13. Valorar y utilizar como medio de comunicación las actividades físicas de ritmo y expresión.

(4º)

CONTENIDOS PARA CUARTO CURSO DE LA ESO**Bloque 1. Salud y calidad de vida.**

1. Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva.
2. La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
3. Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc.
4. La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas.
5. La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza.
6. Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
7. Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma.
8. Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz. Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas.
9. El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas.
10. Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
11. Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana.
12. Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc.
13. Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
14. Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso.
15. Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

Bloque 2. Condición física y motriz.

1. Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud.
2. La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.
3. Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas.
4. Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

Bloque 3. Juegos y deportes.

1. Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas.
2. Juegos populares y tradicionales.
3. Juegos alternativos.
4. La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico-deportivas.
5. Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración- oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambio de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc.
6. La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones.
7. Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices.
8. Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores.
9. Las características de cada participante. Los factores presentes en el entorno.
10. Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.
11. Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico- deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
12. Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador o espectadora.

Bloque 4. Expresión corporal.

1. Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal.
2. Creación y realización de montajes artístico- expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas.
3. Diseño y realización de los montajes artístico-expresivos como por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc.

Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.

1. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo: escalada, vela, kayaks, etc.
2. Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía.
3. La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes.
4. Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura.
5. Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura.
6. Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural.
7. Fomento de los desplazamientos activos.
8. Sensibilización de los efectos de las diferentes actividades físicas realizadas en el medio natural y su relación con la forma de vida, la salud y la calidad de vida.
9. Fomento de hábitos y actitudes de conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano.

(4º) CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA CUARTO CURSO DE LA ESO

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
Bloque 1. Salud y calidad de vida	
<p>4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA.</p> <p>10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes. CAA, CD, SIEP.</p> <p>12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. CCL, CAA, SIEP, CEC.</p>	<p>4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.</p> <p>4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.</p> <p>4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.</p> <p>4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.</p> <p>10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.</p> <p>10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.</p> <p>10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.</p> <p>12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.</p> <p>12.2. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.</p> <p>12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados</p>

	en los soportes y en entornos apropiados.
Bloque 2. Condición física y motriz	
<p>2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CAA, SIEP.</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración- oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos . CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. CMCT, CAA, CSC.</p>	<p>2.1. Elabora composiciones de carácter artístico- expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.</p> <p>2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.</p> <p>3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.</p> <p>3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.</p> <p>3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración- oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.</p> <p>3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.</p> <p>3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.</p> <p>3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.</p> <p>6.1. Analiza la actividad física principal de la</p>

	<p>sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.</p> <p>6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de</p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.</p> <p>6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.</p>
Bloque 3. Juegos y deportes	
<p>7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados. CAA, CSC, SIEP.</p> <p>8 Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. CAA, CSC.</p> <p>11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas. CSC, SIEP, CEC.</p>	<p>7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.</p> <p>7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.</p> <p>7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.</p> <p>8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.</p> <p>8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.</p> <p>8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.</p> <p>11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.</p> <p>11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.</p>

Bloque 4. Expresión corporal

1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico- deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y

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

1.2. Ajusta la realización de las habilidades

<p>ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.</p> <p>11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas. CAA, SIEP.</p>	<p>específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.</p> <p>1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.</p> <p>2.1. Elabora composiciones de carácter artístico- expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.</p> <p>2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico- expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.</p> <p>11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.</p> <p>11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros en los trabajos en grupo.</p>
<p>Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural</p>	

<p>1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA.</p> <p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud. CMCT, CAA.</p> <p>9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno. CMCT, CAA, CSC.</p>	<p>1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.</p> <p>1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.</p> <p>1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.</p> <p>4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.</p> <p>4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.</p> <p>4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.</p> <p>4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.</p> <p>5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</p> <p>5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.</p> <p>5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.</p> <p>5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.</p> <p>9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.</p> <p>9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.</p> <p>9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.</p>
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**ORIENTACIONES METODOLÓGICAS:
ACTIVIDADES, TÉCNICAS METODOLÓGICAS Y RECURSOS DIDÁCTICOS.**

Para conseguir los Objetivos propuestos y contribuir a desarrollar las Competencias Claves vamos a utilizar las siguientes Actividades:

Respecto a este elemento de la programación, no pretendemos hacer un listado interminable o una enumeración de actividades que vayamos a realizar a lo largo del curso. Por el contrario reflejaremos unas bases generales para la construcción de futuras actividades que tendremos en cuenta a la hora de elaborar las Unidades Didácticas. Para conseguir los Objetivos marcados en esta Programación, nuestras actividades deben utilizar al cuerpo y al movimiento como ejes fundamentales, además estar en función de los recursos didácticos disponibles (recursos personales, ambientales, alternativos, etc.).

Al diseñar las actividades debemos tener presente unas series de principios: Principio de Actividad, P. Intuición, P. de Investigación-Acción, P. Individualización, P. Socialización, P. Lúdico y el P. Co-educativo, entre otros.

Respecto a esto último debemos resaltar:

- Evitaremos aquellas actividades que se etiqueten de "masculinas" o "femeninas".
- Modificaremos o adaptaremos actividades que favorezcan la participación de niñas.
- No valoraremos los aspectos cuantitativos.
- Diseñaremos actividades que requieran agrupamientos mixtos.

Dentro de nuestra Programación aparecerán varios tipos de Actividades:

1.- Actividades con función de evaluación diagnóstica: Podremos utilizar algunas pruebas concretas relacionadas con las Cualidades Físicas Básicas, algunos ítems para comprobar el estado de nuestro alumnado con respecto a la temática que vamos a trabajar, etc.

2.- Actividades de Desarrollo: Que son las actividades propiamente dichas de la programación y que diseñaremos atendiendo a las bases anteriormente expuestas, objetivos, competencias básicas y contenidos.

3.- Actividades de Refuerzo o de Ampliación: Que las utilizaremos de no alcanzar los objetivos o bien en caso de alcanzarlos con suficiente facilidad, respectivamente. Para los primeros recurriremos a las originalmente diseñadas y para los segundos aumentaremos en complejidad.

4.- Actividades con función de evaluación final: Las realizaremos al final de la Programación. Vamos a utilizar algunas actividades llevadas a cabo en las

Unidades Didácticas o bien cualquier test estandarizado que sean objetivo, válido y fiable.

Dentro de nuestras actividades, se planteará la obligatoriedad de realizar trabajos escritos que serán complementarios a los contenidos trabajados en clase. En la búsqueda de la información necesaria, se utilizarán los recursos que ofrecen las TIC e internet. Dichos trabajos serán expuestos en clase para que el resto de compañeros/as comparta de sus hallazgos y exposiciones. Con todo ello, se contribuirá a que el alumnado deba utilizar la expresión oral y escrita como habilidades básicas de la competencia lingüística y a la necesidad de recurrir a las tecnologías de la información y la comunicación.

Estas Actividades las pondremos en práctica con una METODOLOGÍA:

Fundamentalmente utilizaremos Métodos Deductivos, tanto analíticos como sintéticos. Como son:

- Mando Directo.
- Mixto: Sintético-Analítico-Sintético.
- Asignación de Tareas.

Sin descartar la utilización de los Métodos Inductivos. Prioritariamente:

- Resolución de Problemas.
- Libre Exploración.

Así como Programaciones Individuales.

En cuanto a los Recursos Didácticos que necesitamos son de varios tipos:

- R. Personales: Fundamentalmente los alumnos/as y el profesorado de E.F.; posibilitando la participación de otros profesores del Centro, así como de padres si lo desean; incluso solicitaremos la participación de algunos familiares para la exposición de algunos contenidos.(juegos tradicionales).
- R. Ambientales:
 - R.A. Socioculturales que utilizaremos: Polideportivo y Pabellón Municipal, competiciones organizadas, etc.
 - R.A. Naturales: Campos y montes cercanos al Centro, Parques de la localidad, etc.
- R. Materiales:
 - R.M.TIC: Equipos informáticos y demás periféricos, pizarras digitales, etc.
 - R.M. Propios del Área: Todos los disponibles en el Centro, tales como: bancos, suecos, colchonetas, espalderas, picas, balones y pelotas de diversos tipos y características, aros, etc.
- R. Alternativos: Es difícil establecer cuáles y cuántos vamos a utilizar, pero citaremos, indiacas, platos voladores, papel de periódicos, palas, vasos de yogurts, globos, etc.

DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE LAS UD_s

CUARTO DE LA ESO

TRIMESTRES	FECHAS APROX. DE APLICACIÓN	Nº DE SESIONES APROX.	SÍNTESIS DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS
PRIMER TRIMESTRE Aproximadamente 25 sesiones	Mes de septiembre.	6 sesiones	Presentación, Toma de contacto, Normas y Pautas a seguir en las clases de EF, Evaluación Inicial
	03 Oct - 18 Nov	14 sesiones	1ª UD: El Calentamiento General y Específico y la Valoración de la Condición Física.
	21 Nov – 15 Dic	5 sesiones	2ª UD: Mejoramos y Trabajamos nuestra Condición Física.
SEGUNDO TRIMESTRE Aproximadamente 25 sesiones	19 Dic - 20 Ener	6 sesiones	2ª UD: Continuación del trabajo Unidad Didáctica anterior.
	23 Ener – 03 Marz	11 sesiones	3ª UD: Habilidades Motrices Específicas: El Balonmano.
	06 Marz – 31 Marz	08 sesiones	4ª UD: Juegos Cooperativos/Colaborativos.
TERCER TRIMESTRE Aproximadamente 20 sesiones	10 Abr – 28 Abr	6 sesiones	5º UD: Juegos Populares, Autóctonos y Tradicionales.
	02 May – 11 May	3 sesiones	6º UD: La Relajación: El Método de Schultz.
	15 May – 15 Jun	10 sesiones	7ª UD: Me comunico y expreso con/ sin mis movimientos y mi cuerpo.

Tanto los contenidos como la temporalización de los mismos de esta programación son abiertos y flexibles, sujetos a posibles modificaciones en función de los recursos materiales, espacios o condiciones climatológicas.

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Si, por Atención a la Diversidad entendemos el conjunto de actuaciones y medidas educativas que garantizan la mejor respuesta a las necesidades y diferencias de todos y cada uno de los alumnos y alumnas en un entorno inclusivo, ofreciendo oportunidades reales de aprendizaje en contextos educativos ordinarios, en esta PD se tendrán en cuenta.

Ampliando la idea anterior aquel alumnado que requiera una atención educativa diferente a la ordinaria, por presentar *necesidades educativas especiales, por dificultades específicas de aprendizaje, Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), por sus altas capacidades intelectuales, por haberse incorporado tarde al sistema educativo, o por condiciones personales o de historia escolar*, para que pueda alcanzar el máximo desarrollo posible de sus capacidades personales y los objetivos y competencias de cada curso, se establecerán las medidas curriculares y organizativas oportunas que aseguren su adecuado progreso. Se prestará atención a la diversidad y a las necesidades educativas individuales de cada niño/a, respetando los propios ritmos de aprendizaje y la ayuda individualizada en los momentos en que se presten a ello.

Estas medidas tienen como finalidad dar respuesta a las diferencias en competencia curricular, motivación, intereses, estilos y ritmos de aprendizaje mediante estrategias organizativas y metodológicas y están destinadas a facilitar la consecución de los objetivos y competencias clave de la etapa.

Con carácter general, tendremos en cuenta lo establecidos en esta materia en el Proyecto Educativo de este Centro; y con carácter particular, recurriremos a estas líneas de intervención:

- Diseño y aplicación de Programa de Refuerzo de Aprendizaje, Programas de Profundización y/o Adaptación Curricular significativa, si fuese el caso.
- Elaboración y realización de actividades de ampliación en cada UD diseñada.
- Colaboración a otros compañeros/as que sean más lento en su proceso de aprendizaje.
- Atribuirle responsabilidades en el desarrollo de las tareas de aula.
- Facilitarle tiempo para que pueda realizar actividades de libre elección.
- Proponer actividades que potencien el pensamiento creativo, que sean motivadoras.
- Hacer propuestas de adaptaciones curriculares de acceso.

- Modificar y flexibilizar a nivel metodológico y de organización escolar (espacios, agrupamientos, tiempos, etc.).
- Presentación y explicación de las tareas por todos los canales posibles: A-V-K-T.
- Utilización de las TIC como recurso motivador y enriquecedor del proceso.
- Explicación de las tareas con ritmo lento y claro.
- Utilización de frases sencillas.

ALUMNADO CON EDUCACIÓN FÍSICA PENDIENTES.

En estos casos, cuando no hayan superado la Educación Física del curso anterior y al tratarse de una materia con un carácter sistémico y de continuidad en la totalidad de sus contenidos y objetivos. Este departamento acuerda el seguimiento de aquel alumnado que tenga pendiente dicha materia, que si supera en la evaluación ordinaria lo trabajado en este curso, automáticamente supera la del curso anterior.

En el caso, de no superarlo, debería presentarse a la prueba extraordinaria, antes de finalizar el periodo lectivo ordinario en junio, donde se le diseñará un plan de trabajo sobre los objetivos y contenidos no alcanzados y la propuesta de actividades de recuperación.

EVALUACIÓN

La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria será continua, formativa e integradora.

Para llevar a cabo esta evaluación que será continua y formativa, constará de tres momentos claramente diferenciado; tales como:

1. Evaluación Inicial, que la realizaremos a comienzo de cada UD y nos facilitará datos sobre el estado del alumno/a respecto a los contenidos/temática que vamos a tratar en dicha Unidad, especificaremos los instrumentos a utilizar en su momento. Tales como: test de condición física, pruebas físicas, pruebas escritas con preguntas cerradas, sondeos orales, lista de control, etc.
2. Evaluación del Proceso, que se va a realizar a lo largo de la U.D., los instrumentos serán de diversos tipos y nos servirá la información obtenida para ver la evolución y/o consecución de los objetivos programados. Tales como: Sondeos Orales, Lista Control, Escala de Estimaciones, rúbricas, etc.
3. Evaluación Resultados Parciales, que la realizaremos al final de cada Unidad, para tomar decisiones sobre lo ocurrido en el proceso. Puede ser las mismas utilizadas en los anteriores momentos de la Evaluación.

Además de los anteriores serán utilizadas la *Observación directa del trabajo del alumno en clase a través de los Registros anecdóticos, Registro de faltas de asistencia, Pruebas o Control escritos, Trabajos escritos, Cuestiones de autocontrol, Pruebas Teóricas-prácticas, etc.*

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTANDARES DE APRENDIZAJE.

A la hora de evaluar tendremos presente los **criterios de evaluación**, los **estándares de aprendizajes** y la relación con las **competencias clave** que se pretende adquirir y desarrollar vinculados a los **contenidos** como instrumentos y vehículo de los mismos, recogidos en la Orden de 15 de Enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas.

De la relación de los anteriores (**criterios de evaluación, estándares de aprendizajes, competencias clave y contenidos**), se han expuesto en el apartado de esta Programación destina a 4º y 2º de la ESO, respectivamente.

Una mayor concreción se materializaran en las sucesivas UD que se irán diseñando y desarrollando a lo largo del presente curso. De esta manera, y en función de la UD, un mismo criterio de evaluación podrá repetirse un número de veces dentro de cada curso y en cada Unidad Didáctica.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN:

Para conocer el nivel de logro de los criterios de evaluación, debemos recoger la información necesaria que nos permita emitir el mencionado nivel. Por lo tanto, es necesario que en las UD, se asocie a cada criterio su o sus correspondientes instrumentos de evaluación. Un mismo instrumento puede evaluar varios criterios. Esto es muy aconsejable porque simplifica el proceso de evaluación.

En esta PD, utilizaremos:

A Observación Sistemática y Continuada.	80 %
Trabajos escritos y/o Pruebas Teórica-prácticas.	20 % *

* PD.: Dependiendo del diseño y desarrollo de determinadas unidades didácticas, el porcentaje destinado a los trabajos escritos y/o pruebas teóricas-prácticas pasaría a englobar el total de los porcentajes con la observación sistemática y continuada.

A modo de ejemplo, para llevar a cabo la observación sistemática y continuada del trabajo del alumnado, utilizaremos la siguiente rúbrica en las diferentes UD, con las correspondientes modificaciones/adaptaciones al criterio/s abordado.

INDICADORES DE LA RÚBRICA	SI	A VECES	NO
<ul style="list-style-type: none"> Presenta una Actitud Positiva y Afrontamiento con Motivación las Tareas motrices propuestas. 	Siempre presenta una actitud positiva y afronta con motivación las Tareas propuestas durante el desarrollo de las sesiones de EF. (2)	Regularmente y dependiendo de las tareas propuestas muestra una actitud positiva y afronta con motivación las Tareas propuestas durante el desarrollo de las sesiones de EF. (1)	Habitualmente presenta una actitud negativa y no afronta con motivación las Tareas propuestas durante el desarrollo de las sesiones de EF.(0)
<ul style="list-style-type: none"> Se esfuerza en obtener sus mejores Resultados posibles, en función de sus predisposiciones y limitaciones psicofisiomotrices. 	Siempre se esfuerza en obtener los mejores resultados posibles en las tareas y AF propuestas, en función de sus limitaciones y conociendo sus predisposiciones psicomotrices y fisiológicas. (2)	A veces se esfuerza en obtener los mejores resultados posibles en las AF y tareas físicas propuestas, aún disponiendo de buenas aptitudes y predisposiciones fisiológicas adecuadas. (1)	Nunca se esfuerza en obtener los mejores resultados posibles en las AF y tareas físicas propuestas, aún disponiendo de buenas aptitudes y predisposiciones fisiológicas adecuadas, manifestando que le da igual.(0)
<ul style="list-style-type: none"> Trae el Material e Indumentaria adecuada práctica de EF. 	Siempre trae el material e indumentaria adecuada para la realización de las clases prácticas de Educación Física; así como el que se requiera excepcionalmente. (1)	Casi siempre, trae el material e indumentaria adecuada para la realización de las clases prácticas de Educación Física; aun sabiendo que dispone del mismo y no dando explicaciones. (0.50)	Casi nunca, trae el material e indumentaria adecuada para la realización de las clases prácticas de Educación Física; aun sabiendo que dispone del mismo y no dando explicaciones o justificándolo.(0)
<ul style="list-style-type: none"> Respeto el Material de EF. 	Siempre respeta el material de Educación Física. (1)	A veces, hace un uso indebido del material de Educación Física. (0.50)	Nunca se hace responsable de hacer un buen uso del material.(0)
<ul style="list-style-type: none"> Asistencia y Puntualidad a las clases de Educación Física. 	Siempre asiste y es puntual a las clases de Educación Física y cuando se ausenta lo justifica adecuadamente. (1)	A veces tiene faltas de asistencias y de puntualidad a las clases de Educación Física. (0.50)	Tiene un elevado número de ausencias y de puntualidad a las clases de Educación Física y no están justificadas adecuadamente.(0)
<ul style="list-style-type: none"> Respeto las Normas y Reglas de las actividades físicas-deportivas que se proponen. 	Con carácter general, siempre respeta las normas y reglas de funcionamiento en las clases de EF; y en particular, en las AFD propuestas. (1)	A veces y con carácter general, respeta las normas y reglas de funcionamiento en las clases de EF; y en particular, en las AFD propuestas. (0.50)	Con carácter general, nunca respeta las normas y reglas de funcionamiento en las clases de EF; y en particular, en las AFD propuestas. (0)
<ul style="list-style-type: none"> Elabora los Trabajos escritos propuestos y/o Pruebas teóricas-prácticas. 	Siempre entrega en fechas y realiza, según el guión explicado, los Trabajos escritos propuestos y/o las Pruebas teóricas-prácticas. (2)	A veces, entrega y realiza los Trabajos escritos propuestos, según el guión explicado; aún sabiendo que dispone de medios para elaborarlos y/o las Pruebas teóricas-prácticas. (1)	Nunca entrega los Trabajos escritos propuestos; aún sabiendo que dispone de medios para elaborarlos, ni las Actividades teóricas-prácticas. (0)

(*) Los "exentos".

La palabra “exentos” va entre comillas porque este término ha desaparecido con la nueva normativa. Con ello, nos referimos a aquel alumnado que tienen algún problema físico que les impide, total o parcialmente, hacer cualquier actividad física.

Este alumnado debe comentarlo al profesor correspondiente, mostrando los informes o certificado médico donde se especifique qué tipo de ejercicio pueden y cuál no puede realizar; así como la duración de esta prescripción.

Si el problema les impide realizar la parte práctica de la asignatura, estos alumnos deberán presentar al final de trimestre:

- Un guión de cada una de las clases prácticas realizadas por sus compañeros, donde se recogen/describan los ejercicios realizados, gráficos, tiempos empleados,...que podrá ser objeto de una prueba escrita sobre lo recogido.
- Un trabajo escrito sobre un tema propuesto por el profesor.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

(Se agrupan tanto las de la ESO como las de Bto. pues pueden incluir a ambos alumnados)

- Senderismo a la Madroña (Burguillos). Horario lectivo. 2º y 4º de la ESO. (2º Trimestre), según meteorología.
- Ferisport 2022. Feria del deporte en abril. Horario lectivo.
- Vista al Bosque Suspendido. Centro de Naturaleza La Juliana. Bollullos de la Mitación. (3º Trimestre).

NOTAS:

- Esta Programación Didáctica está abierta a posibles modificaciones, adaptaciones, eliminaciones de cualquier tipo que consideremos interesante y/o necesario para obtener los mejores resultados posibles.
- Los objetivos y contenidos planteados pueden sufrir adaptaciones dependiendo de las características de cada alumno/a; pero como línea general consideramos que éstos son los más idóneos.