

PROGRAMACIÓN

MATERIA: Educación Física

NIVEL: 3º ESO

PROFESORES/AS:

**D. Jaime Morente Sánchez
D^a. Nieves Baca Lara**

Fecha de aprobación de la PROGRAMACIÓN
Fecha de revisión de la PROGRAMACIÓN

Acta del Departamento de 16-10-2018
Acta de Departamento curso 2018 - 2019

1. CONTEXTO

A. CONTEXTO LEGISLATIVO

- Ley Orgánica 2/2006, de Educación modificada por la Ley 8/2013 para la mejora de la calidad educativa.
- [REAL DECRETO 1105/2014](#), de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
- [CORRECCIÓN de errores del Real Decreto 1105/2014](#), de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato (BOE 01-05-2015).
- [ORDEN ECD/65/2015](#), de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato (BOE 29-01-2015).
- [DECRETO 111/2016](#), de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía (BOJA 28-06-2016).
- [ORDEN de 14 de julio de 2016](#), por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado (BOJA 28-07-2016).
- [REAL DECRETO 310/2016](#), de 29 de julio, por el que se regulan las evaluaciones finales de Educación Secundaria Obligatoria y de Bachillerato (BOE 30-07-2016).

B. CONTEXTO DEL CENTRO Y ALUMNADO.

La presente programación didáctica se enmarca en el Centro Educativo I.E.S. Salvador Serrano de Alcaudete.

Se trata de un centro dividido en dos edificios separados por un Km. A nivel general se puede decir que la zona es de nivel socioeconómico y cultural medio. El citado centro es un instituto bilingüe y tiene una oferta educativa que abarca la Educación Secundaria, Bachillerato en las modalidades de Ciencias, Humanidades y Ciencias Sociales, FPB de Servicios Administrativos y Ciclos Formativos de grado medio y superior de la familia profesional de Administración y Electricidad. En horario de tarde se imparte la Educación Secundaria de Adultos semipresencial.

La programación está dedicada a los alumnos/as de 3º de la ESO, divididos en 5 grupos, de los cuales, dos de ellos son bilingües, con un nivel alto en la mayoría de las asignaturas, y un buen comportamiento en clase. De los otros tres grupos, dos de ellos, se mezclan entre sí, y el otro tiene un número menor de alumnos/as, pero con unas características que hacen más complicado el trabajo en el aula.

No encontramos ningún alumno/a que requiera una adaptación curricular significativa.

2. RELACIÓN OBJETIVOS DE ETAPA CON LOS DE LA MATERIA	
<p>OBJETIVOS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA (Basado en Art. 11 RD 1105/2014 y Decreto 111/2016)</p>	<p>OBJETIVOS DE LA MATERIA (Basado en Orden de 14 de julio 2016)</p>
<p>La Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:</p> <p>a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.</p> <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</p> <p>e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.</p> <p>f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.</p> <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos</p>	<p>La enseñanza de la Educación Física en Enseñanza Secundaria Obligatoria tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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, prácticas 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 índole artístico-creativa, expresiva y comunicativa 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.

<p>y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.</p> <p>j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p> <p>l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.</p> <p>Además de los objetivos descritos en el apartado anterior, la Educación Secundaria Obligatoria en Andalucía contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que le permitan: a) Conocer y apreciar las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades. b) Conocer y apreciar los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, así como su medio físico y natural y otros hechos diferenciadores de nuestra Comunidad, para que sea valorada y respetada como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.</p>	<p>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.</p> <p>11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.</p> <p>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.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>3. COMPETENCIAS CLAVE</p>
<p>Las competencias hacen referencia a las capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos. Con la consecución de estas competencias se pretende la realización y desarrollo personal del alumnado, así como su preparación para la ciudadanía activa, la inclusión social y el empleo.</p> <p>El Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, identifica siete competencias clave identificadas igualmente en el Decreto 111/2016.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Comunicación Lingüística. 2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. 3. Competencia digital. 4. Aprender a aprender. 5. Competencias sociales y cívicas. 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 7. Conciencia y expresiones culturales.

La Educación Física está directamente comprometida con la adquisición del máximo estado de bienestar físico, mental y social posible, en un ambiente saludable. La contribución del área a todas las competencias favorece la perspectiva sistémica de los aprendizajes y el tratamiento integral de los contenidos. La materia de Educación Física, contribuye a las competencias clave de la siguiente manera:

- **C. Matemática (CM):** aplicar el razonamiento matemático para resolver situaciones asociadas a la cantidad, espacio, resultados, clasificaciones, relación entre ingesta y gasto calórico, frecuencia cardíaca.
- **C. Básica en Ciencia y Tecnología (CT):** uso de instrumentos utilizados frecuentemente en nuestro ámbito, funcionamiento del cuerpo humano...
- **C. Social y cívica (CSC):** fomentando el respeto, igualdad, cooperación, trabajo en equipo, las reglas que se establecen en juegos y deportes, normas de seguridad, prevención de lesiones, primeros auxilios...
- **C. Aprender a aprender (CAA):** potenciando la capacidad de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumno/a diseñar su propio plan de acción, para alcanzar su meta.
- **C. sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP):** responsabilidad para la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el trabajo en equipo y la superación personal.
- **C. Comunicación Lingüística (CCL):** a través de las situaciones comunicativas que ofrece la asignatura, como la exposición del calentamiento, o explicación de los juegos.
- **C. Conciencia y expresiones culturales (CEC):** reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales a través del juego y actividades físicas tradicionales de la zona.
- **C. Digital en el alumnado (CD):** realización de tareas de acceso y gestión de la información para la búsqueda de información para realizar un calentamiento...

4. ELEMENTOS BÁSICOS DEL CURRÍCULO		
BLOQUE 1. Salud y Calidad de vida		
CONTENIDOS (Según Orden 14/7/2016)	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS CLAVE (Según Orden 14/07/2016)	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE (Según RD 1105/2014)
<ul style="list-style-type: none"> - Fomento de la actividad física para la mejora de la salud. - Efectos positivos de la actividad física sobre los diferentes sistemas del cuerpo humano, y posibles contraindicaciones. - La alimentación, principales nutrientes. Importancia del desayuno. - Sistemas metabólicos para la obtención de energía. - Técnicas de relajación. - Fomento de la higiene personal y hábitos de vida saludables (educación postural, alimentación, tiempo libre, tabaco, sedentarismo...). - Prevención de lesiones, primeros auxilios, emergencias... 	<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p> <p>5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.</p>	<p>5. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo</p> <p>6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.</p> <p>7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.</p> <p>9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.</p> <p>11. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.</p> <p>12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa, y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.</p> <p>13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.</p>
INDICADORES DE LOGRO (Se elaborarán a lo largo del curso)		
UNIDADES DIDÁCTICAS (Opcional)		

BLOQUE 2. Condición Física y Motriz		
CONTENIDOS (Según Orden 14/7/2016)	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS CLAVE (Según Orden 14/07/2016)	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE (Según RD 1105/2014)
<ul style="list-style-type: none"> - Cualidades Físicas Básicas: <ul style="list-style-type: none"> - Resistencia I. - Juegos de Fuerza. - Flexibilidad - Velocidad - Calentamiento General. - Desarrollo de la condición física y motriz - Test de Condición Física. - Músculos, Articulaciones y Huesos 	<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p> <p>5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA.</p> <p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p> <p>2. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.</p> <p>6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.</p> <p>7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.</p> <p>8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.</p> <p>11. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.</p> <p>12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa, y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.</p> <p>13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.</p>
INDICADORES DE LOGRO		
<p>1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.2. Adapta la habilidad motriz básica de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio- temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.3. Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.</p> <p>1.4. Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas teniendo en cuenta los tres ejes corporales y los dos sentidos, y ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.5. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.</p> <p>1.5. Realiza actividades físicas y juegos en el medo natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.</p>		

BLOQUE 3. Juegos y Deportes		
CONTENIDOS (Orden 14/7/2016)	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS CLAVE (Orden 14/07/2016)	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE (RD 1105/2014)
<p>-Habilidades Básicas y Específicas.</p> <p>-Juegos y deportes populares, tradicionales y alternativos</p> <p>-Organización de ataque y defensa en actividades lúdico-deportivas.</p> <p>-Fomento de actitudes de tolerancia tanto como participante, como espectador.</p> <p>-Análisis de situaciones reales del mundo deportivo.</p> <p>-Desarrollo de habilidades en equipo y cooperación, desde el respeto hacia cada uno.</p> <p>-El deporte en Andalucía.</p> <p>-Historia de los deportes.</p> <p>-Fundamentos técnicos y tácticos básicos de los siguientes deportes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deportes de raqueta - Balonmano - Fútbol - Voleibol - Kim – Ball 	<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>3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p> <p>3. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.</p> <p>4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico deportivas y artístico expresivas.</p> <p>5. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.</p> <p>7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.</p> <p>8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.</p> <p>9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.</p> <p>11. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.</p> <p>12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa, y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.</p> <p>13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.</p>
INDICADORES DE LOGRO		

BLOQUE 4. Expresión Corporal

CONTENIDOS (Orden 14/7/2016)	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS CLAVE (Orden 14/07/2016)	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE (RD 1105/2014)
<ul style="list-style-type: none"> - El cuerpo, como medio de expresión corporal. - Juegos de expresión corporal: desinhibición, imitación, presentación. - Movimientos corporales ajustados al ritmo. - Participación creativa en montajes expresivo-artísticos. - Creación y ejecución de composiciones coreográficas individuales y colectivas. - Actitud favorable hacia la participación de actividades de expresión corporal. 	<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 como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.</p>	<p>2. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.</p> <p>7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.</p> <p>12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa, y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.</p>
INDICADORES DE LOGRO		

BLOQUE 5. Actividades Físicas en el Medio Natural		
CONTENIDOS (Orden 14/7/2016)	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS CLAVE (Orden 14/07/2016)	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE (RD 1105/2014)
<ul style="list-style-type: none"> - Iniciación a la Orientación. Técnicas básicas - Reglas y Normas en el medio natural. - Deportes en la Naturaleza: Acampada, Senderismo y Deportes de Aventura. - Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida. Ocupación activa del ocio. - Respeto al entorno y necesidad de conservarlo. - Fomento de medidas preventivas y seguridad en las actividades que se desarrollan en el medio natural. 	<p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.</p> <p>11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>5. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo</p> <p>10. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.</p> <p>12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa, y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.</p> <p>13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.</p>
INDICADORES DE LOGRO		

4. RELACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS Y TEMPORALIZACIÓN POR EVALUACIONES

RELACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS Y TEMPORALIZACIÓN POR EVALUACIONES			
3º ESO			
UNIDAD DIDÁCTICA Nº	TÍTULO	EVALUACIÓN	HORAS
1 Evaluación Inicial	TESTS FÍSICOS	1ª*	3
2 Condición Física	RESISTENCIA		7
3 Condición Física	FUERZA		7
4 Salud y Calidad de Vida	ADM, HÁBITOS SALUDABLES y RELAJACIÓN		5
Evaluación	TESTS FÍSICOS		+2
Total horas 1ª Evaluación			24
5 Juegos y deportes	JUEGOS POPULARES Y TRADICIONALES	2ª*	6
6 Juegos y deportes	DEPORTES INDIVIDUALES		6
7 Juegos y deportes	DEPORTES COLECTIVOS		6
8 Juegos y deportes	DEPORTES DE ADVERSARIO		6
Evaluación	TESTS FÍSICOS		+2
Total horas 2ª Evaluación			26
9 Actividades en el Medio Natural	ORIENTACIÓN, SENDERISMO, SALIDAS AL MEDIO	3ª*	5
10 Expresión corporal	BAILES POPULARES Y TRADICIONALES: RITMO, ETC.		8
11 Expresión corporal	REPRESENTACIONES, MÚSICA Y COMUNICACIÓN NO VERBAL		10
Evaluación	TESTS FÍSICOS		+2
Total horas 3ª Evaluación			25
TEMPORALIZACIÓN	HORAS SEMANALES	HORAS ANUALES	
	2	75	

*La secuenciación de los contenidos se podrá alterar en función de las necesidades del docente

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

ATENCIÓN AL ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO (ACI no significativa, significativa y altas capacidades)

El proyecto educativo del centro define de forma transversal todas las medidas y recursos de atención a la diversidad necesarios para alcanzar el éxito y la excelencia de todo el alumnado, de acuerdo a sus capacidades y potencialidades.

No presenta ningún alumno la necesidad de una adaptación curricular significativa, pero de manera general, tendremos presentes los siguientes aspectos en el departamento:

ADAPTACIONES NO SIGNIFICATIVAS:

- Los alumnos/as trabajan en función del **nivel de partida**. Para ello se utilizan como base los resultados de las diferentes evaluaciones iniciales realizadas.
- Se ofrecen **actividades alternativas** o la posibilidad de realizarlas con distintos niveles de intensidad y/o volumen de trabajo en los diferentes sistemas de entrenamiento de las cualidades físicas básicas.
- Se proponen tareas de diferentes dificultades.
- En algunas sesiones en las que se realizan actividades más complejas cada alumno/a las realizará dentro de sus posibilidades y nivel técnico. Se valorará la práctica de las mismas, aunque no consigan todos el mismo nivel.
- Se adapta el **ritmo de enseñanza y** aprendizaje al nivel específico de cada grupo de alumnos/as, seleccionando los ejercicios más adecuados y prescindiendo de los más complejos.
- Se dedica más o menos **tiempo** a la práctica de situaciones reales de juego, dependiendo del nivel y de las necesidades de cada grupo de alumnos/as.
- Cada alumno/a puede adaptar individualmente la **intensidad** de la actividad a su nivel de partida. El profesor tiende a prestar mayor atención y ayuda a aquellos alumnos/as que más lo precisen, sin descuidar a los de mayor nivel, proporcionándole incluso actividades de perfeccionamiento.

ADAPTACIONES SIGNIFICATIVAS, para el alumnado con discapacidades físicas o psíquicas que requiera adaptaciones curriculares significativas, se plantearán los diferentes instrumentos en función de las necesidades de cada alumno/a. (No es el caso, en el presente curso)

- EXENTOS

Los alumnos / as pueden tener diferentes tipos de exenciones de la parte práctica de la asignatura: **Exentos totales de la parte práctica.** Aquellos casos excepcionales que el médico considere que no debe realizar ninguna actividad física. Deberán presentar un **certificado médico oficial**, donde se indique que la exención es completa y que no puede realizar ningún tipo de actividad física. Estos alumnos/as alcanzarán los objetivos prácticos mediante otro tipo de ejercicios que no requieran la práctica física de los mismos, en los casos que no se pueda, se realizará de forma teórica, mediante otro tipo de trabajos o pruebas escritas.

Exento parcial de parte práctica. Presentación del **certificado médico oficial** donde se indique la exención parcial y los ejercicios que no debe realizar, realizando aquellos que no cubran la exención. Según el volumen de ejercicios de los que quede exento, se evaluará como en los exentos totales, o bien se evaluará también de la parte práctica, como los demás alumnos / as cambiándoles algunas pruebas.

-Exento parcial por lesión, enfermedad u otro tipo de falta justificada. Deberá presentar un certificado médico oficial en caso de enfermedad o lesión indicando el tiempo que no debe realizar ejercicio físico. Si es otro tipo de falta de asistencia, un justificante firmado por padres o tutores. Si el alumno/a no asiste a más de un 25% de sesiones de una Unidad Didáctica deberá realizar un trabajo y/o prueba teórica- práctica y cuestionarios.

En los tres casos se valorará: la asistencia a clase y actitud, pruebas, trabajos teóricos, participación activa (según posibilidades) y registro de datos, como por ejemplo la hoja diario del alumno/a, donde recogerá de forma escrita lo realizado en la sesión práctica por el resto de compañeros / as que deberá entregarse en la clase siguiente a la tomada por escrito y al final de cada trimestre, o la actividad que se le haya indicado para el trabajo de esa clase).

PLAN DE RECUPERACIÓN DE APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS (PENDIENTES)

La evaluación de los alumnos/as con la asignatura de Educación Física pendiente se llevará a cabo mediante la realización de un ejercicio específico o trabajo teórico práctico (fichas), en función de los contenidos no superados, durante los tres trimestres, dándole una nota trimestral del trabajo realizado de los contenidos pendientes.

La parte práctica la recuperará con el desarrollo de las sesiones del curso en el que se encuentre. El alumnado afectado será informado de la fecha de examen por su profesor/a correspondiente.

PLAN ESPECÍFICO PERSONALIZADO PARA EL ALUMNADO QUE NO PROMOCIONA (REPETIDORES)

El alumnado que no promocio de curso seguirá un plan específico personalizado, orientado a la superación de las dificultades detectadas en el curso anterior.

Durante la evaluación inicial se llevará a cabo el trasvase de información del curso anterior que coordinará el tutor y jefatura de estudios. En dicha evaluación se informará al profesorado de las dificultades detectadas en el curso anterior.

Una vez informado en la evaluación inicial de las dificultades detectadas en el curso anterior en esta materia, el profesor realizará un seguimiento durante todo el curso programando actividades de refuerzo para que el alumno/a supere dichas dificultades.

7. EVALUACIÓN

Los criterios de evaluación junto con los estándares de aprendizaje se han relacionado por bloques temáticos.

La evaluación será continua, formativa, integradora, diferenciada y objetiva.

Los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y el logro de los objetivos de la etapa en las evaluaciones continua y final de las distintas materias serán los criterios de evaluación y su concreción en los estándares de aprendizaje evaluables.

La evaluación del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo que curse las enseñanzas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria se regirá por el principio de inclusión y asegurará su no discriminación, la igualdad efectiva en el acceso y la permanencia en el sistema educativo, para lo cual se tomarán las medidas de atención a la diversidad.

Los instrumentos de evaluación que vamos a usar, de manera general son los siguientes:

- Ejercicios escritos individuales. Actividades de clase.
- Trabajo en casa.
- Trabajo en equipo.
- Cuaderno (presentación, orden).
- Participación activa en clase, asistencia y puntualidad.
- Comportamientos y actitud.
- Exposiciones orales.
- Presentación práctica de trabajos físicos de manera individual o en grupo.

Medidas de recuperación durante el curso: la parte práctica, la recuperarán en el siguiente trimestre durante las sesiones prácticas. La parte teórica la tienen que recuperar en los siguientes ejercicios escritos, con algunas preguntas de los contenidos del primer trimestre.

Las pautas de valoración de la expresión oral se llevarán a cabo a través del Anexo III-A del PLC. Respecto a la expresión escrita se seguirá el Anexo IV-A del PLC. La valoración del cuaderno a través de del anexo V-B o V-BII y de los trabajos de investigación a través del Anexo V-A.

La penalización máxima asignada por el no cumplimiento de las normas ortografías será como máximo del 10%. Se tendrá en cuenta los errores en la escritura, acentuación o puntuación, vocabulario adecuado, evitar repeticiones, concordancias, caligrafía, pulcritud y limpieza, márgenes, empleo de léxico conveniente y transmisión con claridad de la idea.

La incorrección de las expresiones gramaticales y textuales junto al uso inadecuado de ortografía debe corregirse para evitar reiteración del error. Atendiendo a los criterios de corrección se tendrá en cuenta las siguientes sanciones:

1º y 2º de ESO

- Cada falta de tildes o de grafía se penalizará con un 0.1
- La mala presentación, puntuación, caligrafía y expresión puede bajar hasta un máximo del 50% de la ponderación del departamento.

3º y 4º ESO

- Cada falta de tildes o de grafía se penalizará con 0.2.
- La mala presentación, puntuación, caligrafía y expresión puede bajar hasta 100% de la ponderación establecida.

Con el objetivo de retrotraer lo aprendido se establece que los alumnos podrán recuperar o restablecer la primera nota siempre que presenten al profesor, por cada falta ortográfica, la correspondiente corrección, establecidas en el PLC.

DISTRIBUCIÓN DE LOS PORCENTAJES REFERIDOS A LAS CALIFICACIONES (% aprox)
(según criterios de evaluación, en e) Procedimientos y criterios de evaluación, promoción y titulación, apartado 1.4)

Pruebas escritas y orales y pruebas de evaluación teórica	20%
Tareas y trabajos diarios en clase	50%
Actitud, asistencia, puntualidad...	30%

8. METODOLOGÍA

De acuerdo con lo establecido en el artículo 7 del *Decreto 111/2016*, de 14 de junio, las recomendaciones de metodología didáctica para la Educación Secundaria Obligatoria, en Educación Física, tendremos en cuenta, los siguientes aspectos metodológicos:

Se pretende que el alumno se implique y participe de forma activa para que el aprendizaje sea verdaderamente significativo. Esto nos obliga a elegir métodos que procuren unos procesos reflexivos y críticos: la aplicación de un determinado método se hará en función de las características de las actividades a realizar, pero no hay un único método que haga frente a todos los tipos y estilos de aprendizaje.

En el departamento optamos por métodos receptivos en los que el alumno/a reproduce de forma consciente sus acciones relacionando aprendizajes (el profesor le proporcionará la ayuda para ir encontrando soluciones y adquiriendo nuevos contenidos), y también llegaremos a los métodos por descubrimiento en los que se persigue un auto-aprendizaje y tiene validez en caso de las actividades en las que se pretende desarrollar el componente perceptivo; el objetivo es que el alumnado procese información en el menor tiempo posible y decidiendo la alternativa más conveniente.

Con relación a lo establecido, nuestra línea de trabajo sigue un modelo constructivista encaminado a conseguir la autonomía del alumno, para que planifique y elabore su propia actividad física (sobre todo en los cursos superiores). En éste sentido, los contenidos han sido ordenados desde 1º de E.S.O. hasta 1º de Bachillerato respetando la lógica interna de la asignatura, con actividades que comienzan desde lo más básico y con adaptación a las posibilidades de aprendizaje en un determinado momento y a cada alumno/a de forma individual. Es importante que se produzcan relaciones entre lo que ya se sabe y lo que se está aprendiendo porque así se consigue un **aprendizaje significativo**. En Educación Física esto se produce con mucha frecuencia porque los movimientos y gestos tienen transferencia entre ellos o se apoyan en habilidades básicas.

La asignatura es muy motivante para la mayoría de los alumnos/as y las condiciones de trabajo favorecen el desarrollo de la misma (instalaciones y material), lo que facilita, de manera determinante, los buenos resultados. También contribuye el empleo de una metodología más directa y de descubrimiento, según lo requiera la actividad. En resumen, el fin didáctico que perseguimos es el de utilidad aprendizaje significativo a través del empleo de técnicas activas, tanto en el proceso como en la evaluación, concediendo mayor importancia a la asimilación y no al rendimiento.

- En relación al **alumnado**, tendremos presente los siguientes principios:

Principio de actividad: el alumno es protagonista activo de su propio aprendizaje.

- Principio de progresión: los aprendizajes deben de ser útiles y estar estructurados en progresión consecuente.
- Principio de funcionalidad: el aprendizaje no sólo debe de ser útil, sino que además debe ser base para otros posteriores.
- Principio de adaptación: toda actuación docente debe adaptarse al alumnado y en especial a aquellos con características específicas.
- Principio de evaluación individualizada: lo que permite fijar metas a alcanzar por cada alumno, partiendo de criterios derivados de su estado inicial.
- Principio de la autoevaluación y co-evaluación: el alumno debe participar, con implicación autónoma y responsable, en su propia evaluación.

- Orientaciones sobre el **profesorado**:

- Es el que diagnostica, pronostica, planifica y evalúa el proceso de aprendizaje, pero siempre teniendo en cuenta los objetivos, los contenidos, los alumnos/as, el contexto...
- Puede y debe ser un elemento motivador, aunque el alumnado puede y debe tomar otros modelos de referencia.
- El profesor/a debe programar actividades que lleven al alumnado a la reflexión y valoración crítica de los modelos positivos y negativos del ejercicio físico y la salud.
- El profesor/a debe procurar mejorar los niveles de aprendizaje, no como valoración cuantitativa de conocimientos acumulados, sino como expresión de desarrollo de las capacidades humanas.

- Principios metodológicos inherentes al profesor:

- Principio de ayuda: el profesorado no debe ser protagonista del proceso educativo, sino el guía que posibilite el cambio educativo en el alumno/a, facilitando los aprendizajes y proporcionando oportunidades para poner en práctica todo lo aprendido.
- Principio de interrelación: los contenidos deben presentarse de forma interrelacionada (en una misma área o en áreas distintas), favoreciendo la transferencia positiva entre contenidos.
- Principio de practicidad: el planteamiento didáctico (proyecto y programación) debe plantearse con un enfoque eminentemente práctico.
- Principio de adaptación: material, metodología y actividades deben adaptarse a las características particulares del alumnado y al contexto.
- Principio de evaluación: ésta ha de ser continua y personalizada. Debe evaluarse el aprendizaje del alumnado, el proceso de enseñanza, la programación y la intervención del profesor/a en el proceso. Debe apoyarse en instrumentos y situaciones adecuadas a los objetivos, contenidos y criterios de evaluación. En resumen, lo que vamos a procurar en este departamento es que el alumnado sea el verdadero constructor de sus aprendizajes, quedando el profesorado en un segundo plano, ya que nuestro papel debería ser “únicamente” el de asesorar y guiar a los alumnos haciendo que éstos se impliquen en el proceso, que no tengan un papel pasivo.

Por otra parte, cabe destacar, algunos de los aspectos motivadores dentro de nuestra asignatura, que hacen que el aprendizaje sea más significativo, como por ejemplo:

- La utilización de música. La música constituye un potente estímulo dinamizador. Siempre que sea posible y esté en consonancia con la planificación, utilizaremos música durante las actividades. Se escogerán fundamentalmente ritmos ágiles que inviten al movimiento. Al inicio de la clase, mientras van llegando los alumnos/as, puede ponerse una melodía de fondo, para ir animando a la clase.
- Creación de un sistema de actitudes que refuerce la participación activa. Esta estrategia trata de, a lo largo de todo el curso, establecer un sistema de actitudes basado en el refuerzo positivo, para lograr una mayor implicación de la clase. En este sentido, preferimos que las buenas actitudes individuales repercutan en un grupo, y no en un individuo únicamente, favoreciendo así un sistema de valores sociales. Como por ejemplo puede ser el concurso por clases de KM de salud, premiando a la clase que consiga realizar más kilómetros.
- Los circuitos. La organización de actividades paralelas en circuito procura una actividad continuada y variada en la que cada grupo cambia de estación de forma autónoma.
- La moneda saludable o healthies, en la ESO, mediante la cual, los diferentes grupos podrán obtener monedas healthies, para al final conseguir premio, como salidas a la montaña, una clase de deporte en equipos... Las podrán conseguir demostrando una actitud positiva frente a la asignatura, mediante el trabajo de clase, con la práctica de actividades físicas en el tiempo libre, como puede ser el recreo o fines de semana...

En los cursos bilingües, se usará la metodología AICLE, para la enseñanza del idioma en la clase de Educación Física. De esta manera, las órdenes que se dan en la clase, se harán en inglés, las explicaciones de las diferentes actividades, al igual que cuando los alumnos/as se comuniquen con la profesora intentarán hacerlo en inglés con frases como *Can I go to the toilet, please?, I have a question...*

En resumen:

- Utilizar una Metodología activa y participativa.
- Utilizar estrategias que promuevan el aprendizaje significativo.
- Plantear situaciones problemáticas para desarrollar la resolución de problemas de forma lógica.
- Cuidar y destacar la *funcionalidad* de los aprendizajes.
- Propiciar la participación del alumnado en las *tareas de clase*.
- Crear un clima agradable, solidario y estimulante.
- Proponer trabajos en grupo. El *contraste de ideas* facilita la comprensión de los contenidos.
- Actividades que fomente el uso del lenguaje tanto escrito como oral, ya sea en inglés o español.
- Fomentar el hábito a la lectura, mediante el uso de artículos de interés.

- Utilización de un lenguaje no sexista, donde los chicos y las chicas se sientan reflejados/as por igual.
- Promover una ocupación de espacios equitativa.

Seleccionar contenidos que contribuyan al desarrollo de las competencias básicas y donde los intereses de todos y todas las alumnas estén contemplados.

ACTIVIDADES

- De introducción – motivación- conocimientos previos. Se realizarán en la primera sesión de trabajo y se dirigirán a promover el interés del alumnado. También para detectar los conocimientos previos, como: Presentación del Tema • Lluvia de ideas • Asociación de palabras. • Analizar problemas, con emisión de hipótesis
 - Elaboración de mapas conceptuales. • Visualización de vídeos • Realización de salidas
 - De desarrollo. Encaminadas a adquirir los conocimientos programados. Se realizan las exposiciones precisas y se plantearán ejercicios o supuestos sobre los contenidos tratados, que permitan extraer las primeras conclusiones. Resolución y análisis de problemas.
 - Finales o de síntesis: Permitirán comprobar el estado del proceso de aprendizaje y la capacidad de los alumnos para transferir conocimientos. Resumen, obtención de conclusiones • Estudio de casos • Simulaciones • Elaboración de mapas conceptuales • Visitas, salidas • Realización de pruebas escritas, exámenes
 - De ampliación y refuerzo. Para aquellos alumnos y alumnas que superen con facilidad las propuestas de trabajo ordinarias, o para aquellos alumnos que tengan dificultad para seguir el ritmo del grupo.
- Refuerzo:** • Utilización de información básica • Utilización de los contenidos fundamentales. *Síntesis y resumen de conclusiones.
- Ampliación:** • Realización de pequeñas investigaciones e informes • Revisión bibliográfica* Resolución de ejercicios más complejos • Realización de lecturas guiadas.

ACTIVIDADES DE LECTURA, ESCRITURA Y EXPRESIÓN ORAL

Se seleccionarán, al menos, dos textos con los que se trabajará adaptados al itinerario fijado en PLC (Anexo II). Para las lecturas elegidas por cada Departamento se podrán utilizar fragmentos de libros de texto utilizados. Sobre cada lectura se realizarán las actividades previstas en el apartado 3.2 del PLC. Para mejorar la expresión oral y escrita, el Departamento seguirá las pautas de actuación establecidas en el punto 5 del PLC. La valoración de la expresión oral se realizará con las pautas establecidas en el anexo III del PLC. La expresión escrita a través del anexo IV-A. A través del anexo VI A podemos valorar las destrezas lectoras.

Lectura

- Lectura, análisis y comprensión de diferentes artículos narrativos, divulgativos o científicos relacionados con el ámbito deportivo y/o la salud.
- Uso de la bibliografía existente para la elaboración de trabajos teórico prácticos.

Escritura

- Elaboración de resúmenes de diferentes artículos de opinión relacionados con el ámbito deportivo y / o la salud.
- Breve resumen de la sesión, realizado cada día por dos alumnos/as.
- Hoja diario del alumno/a: donde se describe por escrito todo lo desarrollado en el aula de forma práctica.
- Recopilación de juegos tradicionales y/o populares.
- Carteles informativos de los contenidos trabajados

Expresión Oral

- Explicación y puesta en común de los juegos y actividades recopiladas.
- Dirigir actividades de calentamiento general y específico.

MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

- Material propio de la educación física: balones, espalderas, raquetas, redes, postes, colchonetas, sticks, bates, aros picas, balizas, pinzas, cuerdas....
- Material audiovisual: cámaras de vídeo y fotos, casete
- Equipo de música.
- Ordenadores.
- Uso de pulsómetros, podómetros...
- Material alternativo, reciclado y auto construido
- Fichas de control
- Fichas de auto-evaluación
- Cañón proyector
- Hoja diario del alumno/a

Los alumnos/as que por mal uso, deterioren, rompan o pierdan algún material del departamento, tendrá que abonar su coste o arreglarlo en el caso que fuera posible, siempre que sea por mal uso.

9. TRATAMIENTO DE LOS TEMAS TRANSVERSALES E INTERDISCIPLINARIEDAD.

ELEMENTOS TRANSVERSALES

De acuerdo con lo establecido en el artículo 6 del Decreto 111/2016, de 14 de junio, y sin perjuicio de su tratamiento específico en las materias de la Educación Secundaria Obligatoria que se vinculan directamente con los aspectos detallados a continuación, el currículo incluirá de manera transversal los siguientes elementos:

- El respeto a la normativa de los diferentes deportes, el derecho a la participación en cualquier actividad que se planteé en el centro con igualdad de oportunidades tanto para chicas como para chicos.
- El desarrollo de valores como la libertad, la justicia, el respeto, la igualdad, la democracia... en el ámbito deportivo.
- Mejora de la autoestima mediante la práctica deportiva, el desarrollo personal, la promoción del bienestar... mediante la seguridad en la práctica deportiva, el uso consciente de la actividades física de manera saludable, y la actitud crítica hacia situaciones que pueden ser perjudiciales para nuestra salud.
- Mediante la práctica de actividades deportivas, valoran las diferencias del cuerpo entre hombres y mujeres, pero entendiendo que tenemos las mismas oportunidades, y que tenemos que ser iguales ante la sociedad, respetando las diferencias claras entre sexos, sin que ello conlleve a discriminaciones. Por lo tanto el principio de igualdad de oportunidades está presente en todas nuestras actividades, así como la prevención de la violencia.
- Todo esto está muy ligado con la tolerancia, el reconocimiento de la diversidad, valorando las diferencias culturales y deportivas que podemos ver en nuestro entorno más cercano, rechazando por lo tanto cualquier gesto de racismo, xenofobia...
- Fomentar el desarrollo de las habilidades básicas de comunicación, ya sea en inglés o en castellano, tanto de manera oral como escrita, y por supuesto, el desarrollo de la comprensión lectora.
- Usar de manera responsable las nuevas tecnologías de la información y la comunicación, tanto para formarse como conocer los riesgos y peligros que podemos encontrar en ellos, tan habituales en el mundo de la actividad física, con falsos consejos o medios para llegar al mismo objetivo con menos esfuerzo. Maneras de detectar la información errónea.
- Prevención de accidentes, primeros auxilios, no sólo en el ámbito deportivo, también en la vida diaria del alumnado, ante situaciones catastróficas como puede ser un terremoto, un accidente de tráfico...

- Por supuesto, la promoción de la actividad física como medio para el desarrollo motriz, los hábitos saludables, uso responsable del tiempo libre, fomento de la una dieta equilibrada, alimentación saludable... incluyendo educación postural dentro de la salud laboral del propio alumnado.
- Toma de conciencia sobre las desigualdades humanas a través de la actividad deportiva, mediante el estudio de las diferentes prácticas, instalaciones...

INTERDISCIPLINARIEDAD

La interdisciplinariedad supone que los contenidos aprendidos en una materia sirven para avanzar en otras y que éstos permiten dar unidad al aprendizaje entre varias áreas.

En el caso de la materia en cuestión, Educación Física, su desarrollo permite el tratamiento interdisciplinario de muchos contenidos integrados en el currículo de otras materias de ESO:

- Matemáticas: mediante el trabajo de cálculo mental, en diferentes situaciones, como cálculo de FCM, distancias...
- Lengua: desarrollo de la expresión oral y escrita en los distintos trabajos.
- Biología: uso y aprendizaje de los sistemas del cuerpo, su función en el cuerpo en la práctica física.
- Inglés: mediante el uso del lenguaje, sobre todo oral, para expresar y comunicar diferentes ideas relacionadas con la actividad física y el deporte.

10. TRABAJOS MONOGRÁFICOS

Los trabajos que se realizarán en tercero, serán los siguientes:

- Sobre el calentamiento y deportes trabajados en el curso.
- Trabajos voluntarios sobre temas de interés social...

Para la elaboración de trabajos de investigación se seguirán las pautas del PLC en el punto 5.2.4. Se valorará conforme al anexo V-A del PLC.

11. SEGUIMIENTO DE LA PROGRAMACIÓN, PROCEDIMIENTOS DE AUTOEVALUACIÓN Y, EN SU CASO, MODIFICACIÓN DE LOS CONTENIDOS

Trimestralmente, se llevará a cabo un seguimiento de la programación y, en su caso modificación de los contenidos según el contexto del alumnado de este curso académico.

Por otra parte, se llevará a cabo un procedimiento de evaluación del proceso de enseñanza y práctica docente cada trimestre una vez observados los resultados y analizados estos.