

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
2021-2022

IES Zaurín
Jorge Láinez Judez
Antonio Som Castillo



**GOBIERNO
DE ARAGON**
Departamento de Educación,
Universidad, Cultura y Deporte

ZAURÍN
I.E.S.  **ATECA**

ÍNDICE

1. Fase I. Diagnóstico	
1.1.-Marco normativo y legislativo	6
1.2.-Distribución horaria del profesorado	7
1.2.1-Niveles, grupos y distribución horaria de cada docente.....	7
1.2.2-Distribución horaria	8
1.3.-Contextualización.....	9
1.4.-La educación física en el centro escolar	12
1.5.-Mecanismos de revisión, evaluación y modificación de PD	14
2. Fase II. Elementos del currículo	
2.1.-Adquisición de competencias clave	16
2.2.-Objetivos	21
2.2.1.-Objetivos generales de ESO.....	21
2.2.2.-Objetivos generales de Bachillerato.....	23
2.2.3.-Objetivos específicos de EF para la ESO	24
2.2.4.-Objetivos específicos de EF para Bachillerato	25
2.2.5.-Objetivos distribuidos por nivel	27
2.2.5.1.-Objetivos de 1º ESO	27
2.2.5.2.-Objetivos de 2º ESO	28
2.2.5.3.-Objetivos de 3º ESO	29
2.2.5.4.-Objetivos de 4º ESO	31
2.2.5.5.-Objetivos de 1º Bachillerato	32
2.2.6.-Jerarquización horizontal de los objetivos	34
2.3.-Contenidos	37
2.3.1.-Organización y secuenciación de contenidos por nivel	39
2.3.1.1.-Contenidos de EF para 1º ESO	39
2.3.1.2.- Contenidos de EF para 2º ESO	42
2.3.1.3.- Contenidos de EF para 3º ESO	45
2.3.1.4.- Contenidos de EF para 4º ESO	48
2.3.1.5.-Contenidos de EF para 1º Bachillerato	51
2.3.2.-Distribución temporal de los contenidos de EF por niveles.	54
2.4.-Tratamiento de los elementos transversales.....	57

2.5.-Evaluación	60
2.5.1.-Criterios de evaluación	61
2.5.1.1.-Criterios de evaluación para 1º ESO	61
2.5.1.2.-Criterios de evaluación para 2º ESO	61
2.5.1.3.-Criterios de evaluación para 3º ESO	61
2.5.1.4.-Criterios de evaluación para 4º ESO	62
2.5.1.5.-Criterios de evaluación para 1º Bachillerato	62
2.5.2.- Estándares de aprendizaje evaluables	63
2.5.2.1.-Estándares evaluable para 1º ciclo	63
2.5.2.2.-Estándares evaluable para 2º ciclo	64
2.5.2.3.-Estándares evaluables para 1º Bach	64
2.5.3.-Indicadores mínimos evaluables	65
2.5.4.- Contenidos evaluables.....	65
2.5.4.1.-Contenidos evaluables para 1º ESO	65
2.5.4.2.-Contenidos evaluables para 2º ESO	67
2.5.4.3.-Contenidos evaluables para 3º ESO	69
2.5.4.4.-Contenidos evaluables para 4º ESO	71
2.5.4.5.-Contenidos evaluables para 1º Bachillerato	73
2.5.4.6.-Contenidos mínimos evaluables para 1º ESO	76
2.5.4.7.-Contenidos mínimos evaluables para 2º ESO	79
2.5.4.8.-Contenidos mínimos evaluables para 3º ESO	82
2.5.4.9.-Contenidos mínimos evaluables para 4º ESO	85
2.5.4.10.-Contenidos mínimos evaluables para 1º Bach....	88
2.5.5.-Procedimientos e instrumentos de evaluación	91
2.5.6.-Criterios de calificación.....	91
2.5.6.1.-Especificaciones de los criterios de calificación ...	96
2.5.6.2.-Especificaciones relativas a la evaluación trimestral y final. Información de los resultados.....	96
2.5.7.- Redondeo de boletín	98
2.5.8.-Criterios de recuperación. Especificaciones relativas a la pérdida de la evaluación continua.....	98
2.5.9.-Pruebas extraordinarias	99
2.5.10.-Asignatura pendiente de cursos anteriores.....	99
2.5.10.1.-Alumno con asignatura pendiente del curso anterior al actual	99
2.5.10.2.-Alumno con asignatura pendiente de, al menos, dos cursos anteriores	100
2.5.11.-Mecanismo de revisión, evaluación de la programación didáctica docente, del proceso de Enseñanza-Aprendizaje y modificaciones relevantes académicas.....	100
2.5.12.-Evaluación inicial.....	101
2.5.12.1.-Evaluación inicial 1º ESO	102
2.5.12.2.-Evaluación inicial 2º ESO	103
2.5.12.3.-Evaluación inicial 3º ESO	104
2.5.12.4.-Evaluación inicial 4º ESO	105
2.5.12.5.-Evaluación inicial 1º Bachillerato	106
2.5.13.-Tratamiento de los estándares. Procedimiento de calificación por estándares	107
2.5.13.1.-Grado de complejidad de los estándares.....	108
2.5.13.2.-Estándares por apartado evaluable y nivel.....	109
2.5.13.3.-Criterios por nivel en cada trimestre	114

3. Fase III. Elementos relacionados con la PD	
3.1.-Principios metodológicos que orientan la práctica	119
3.1.1.-Orientaciones metodológicas. Métodos de enseñanza ..	119
3.1.2.-Concreción metodológica. Estrategias de enseñanza	120
3.1.3.-Concreción metodológica	121
3.2.-Materiales y recursos didácticos del alumno	122
3.2.1.-Materiales	122
3.2.2.-Instalaciones	124
3.2.3.-Libro de texto	125
3.2.4.-Vestimenta deportiva. Indumentaria	125
3.3.-Medidas de utilización de las TIC como recurso metodológico	126
3.3.1.-Medidas de utilización por el profesor.....	126
3.3.2.-Medidas de utilización por los alumnos.....	126
3.4.-Plan de competencia lingüística que incorpora el plan de lectura específico de Educación Física	127
3.5.-Trabajo interdisciplinar con otras materias. Coordinación con profesores de otros departamentos	129
3.6.-Plan de atención a la diversidad y adaptaciones curriculares para alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo	129
3.6.1.-ANEAE	130
3.6.2.-Enfermos y lesionados temporales	130
3.6.3.-Plan de atención a la diversidad para la ESO	131
3.6.3.1.-Medidas generales	131
3.6.3.2.-Medidas ordinarias de apoyo y refuerzo.....	132
3.6.3.3.-Medidas extraordinarias	132
3.6.4.-Atención a la diversidad específica	132
3.6.5.-Atención específica en casos comunes	133
3.6.5.1.-Alumnos trastorno transitoria o permanente.....	133
3.6.5.2.-Alumnos superdotados o altas capacidades.....	134
3.6.5.3.-Alumnos desconocedores del idioma	134
3.6.5.4.-Alumnos con síndrome de Ásperger	134
3.6.5.5.-Alumnos con discapacidad motórica.....	135
3.6.5.6.-Adaptación del alumnado de 1ºESO	135
3.7.-Actividades complementarias y extraescolares.....	136
3.7.1.-Liga de recreos deportivos	137
3.7.2.-Salidas del centro	137
3.7.5.-Rutas de senderismo	137
3.7.6.-Salidas al medio natural	17
4. Fase IV. Medidas para el seguimiento de la actividad lectiva a distancia.....	138
5. Fase V. Elementos conclusivos	
5.1.-Conclusión	140
5.2.-Bibliografía	141
5.2.1.-Bibliografía legislativa	141
5.2.2.-Bibliografía especializad	141

FASE I: DIAGNÓSTICO

1.1. MARCO NORMATIVO Y LEGISLATIVO

La presente programación didáctica se fundamenta en las indicaciones marcadas en la **LOMCE 8/2013 de 9 de diciembre** que modifica en su artículo único la **LOE 2/2006 de 3 de mayo**. El desarrollo normativo que da cabida a la norma establecida con la Educación Secundaria Obligatoria para el contexto escolar en el que nos encontramos se asienta en el **RD 1105/14 de 26 de septiembre** por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y de Bachillerato. Es concretado bajo la **Orden ECD/489/2016 de 26 de mayo** que aprueba el currículo de ESO y la **Orden ECD/496/2016 de 26 de mayo** que aprueba el currículo de Bachillerato y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad de Aragón.

La Programación Didáctica que seguidamente se expone cumple lo expuesto en el punto 10 del artículo único de la **Orden ECD/779/2016, de 11 de julio**, por la que se modifica el anexo de la **Orden de 18 de mayo de 2015**, por la que se aprueban las instrucciones que regulan la organización y el funcionamiento de los institutos de Educación Secundaria de la Comunidad Autónoma de Aragón.

Los apartados que contiene la mencionada programación son fruto de las indicaciones expuestas en los referentes normativos anteriormente nombrados y a lo mostrado por Raquel Font (2009) y Jesús Viciano (2002).

Se han tenido en consideración una serie de directrices para la elaboración de la misma:

- Normativa legislativa vigente estatal y regional. Partiendo del desarrollo normativo expresado mediante la Ley de Educación y los Reales Decretos del Ministerio de Educación, cultura y Deporte y la concreción para la comunidad autónoma de Aragón mediante los Decretos, Órdenes e Instrucciones.
- Las características de la localidad, del centro y alumnado.

- Las instalaciones y el material disponible.
- Trabajo interdisciplinar con otras materias.
- Conocimientos previos, inquietudes, motivaciones e intereses del alumnado.
- Atención a los alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo.
- La utilización de una metodología didáctica rica, variada y en la que se planteen alternativas de trabajo hacia la indagación o búsqueda, el aprendizaje significativo, el esfuerzo, la constancia y el razonamiento.

La presente programación trata de ser una guía útil y práctica para todos los colectivos que deseen acercarse a ella. Los alumnos son informados a principio de curso de que está a disposición de ellos en la Sala de Profesores y que sólo tienen que pedirla. Los padres en las reuniones con el tutor también son informados de ello.

1.2.-DISTRIBUCIÓN HORARIA DEL PROFESORADO

El Departamento de Educación Física del IES Zaurín de Ateca (Zaragoza), lo forman los profesores:

D. Jorge Láinez Judez, profesor funcionario interino a jornada parcial del 45% (9 horas). La carga horaria destinada a docencia es de 8 horas, dedicando, de ellas, 2 horas a la preparación de la tutoría de 3º ESO B y 1 hora a la función honorífica de Jefe de Departamento de Educación Física.

D. Antonio Som Castillo, profesor funcionario de carrera a jornada completa, que ejerce durante el presente curso como Jefe de Departamento de Extraescolares y la función práctica de la jefatura de Educación Física. La carga horaria destinada a la docencia es de 20 horas, dedicando 2 horas a la preparación de la tutoría de 1º Bachillerato, 2 horas a la jefatura de extraescolares. La distribución horaria de ambos miembros del departamento es la siguiente:

1.2.1.-Niveles, grupos y distribución horaria de cada docente:

Nivel educativo	Grupos	Horas	Docente
1º ESO	3 GRUPOS	6 HORAS	Antonio Som
2º ESO	2 GRUPOS	4 HORAS	Antonio Som/Jorge Láinez
3º ESO	3 GRUPOS	6 HORAS	Antonio Som/Jorge Láinez
4º ESO	2 GRUPOS	4 HORAS	Antonio Som/Jorge Láinez
1º BACHILLERATO	1 GRUPO	2 HORAS	Antonio Som
2º BACHILLERATO	0 GRUPOS	1 HORA	-

Tabla 1. Relación de niveles, grupos y horas por grupo de cada profesor.

1.2.2.-Distribución horaria.

La distribución horaria será de un total de dos sesiones por grupo. Los docentes configuran los grupos de la siguiente forma:

D. Jorge Láinez Judez - 9 horas: 3 grupos de 3º ESO (3ºA+PMAR, 3ºB+PMAR y 3ºC), y tutor de 3ºB. Tendrá, además, una hora de jefatura de departamento de EF.

D. Antonio Som Castillo – 20 horas: 3 grupos de 1º ESO (A+PAI, B+PAI y C), 2 grupos de 2º ESO (A+PMAR y B+PMAR), 2 grupos 4º ESO (A+ Reducido y B + Reducido), 1 grupo de bachillerato (HCS +CIE) y tutor 1º Bachillerato. Tendrá, además, 2 horas de jefatura de departamento de extraescolares.

	Grupos de docencia en EF					Otras funciones		
	1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO	1º BACH	Tutor grupo	Jefe de Extraescolares	Jefe de Educación Física
Antonio Som	3 gr	1 gr	2 gr	1 gr	1 gr	X	X	
Jorge Láinez		1 gr	1 gr	1 gr		X		X
Nº grupos	3	2	3	2	1	4	2	1

Tabla 2. Distribución organizativa de grupos y docencia.

Los grupos con los que cuenta el profesorado, son grupos naturales ordinarios a los que se les suma los alumnos pertenecientes a: PAI, en 1º de ESO, PMAR, en 2º y 3º ESO y Reducido en 4º ESO.

- 1º ESO A+PAI: martes 3ª y jueves 2ª (21 alumnos).
- 1º ESO B+PAI: martes 1ª y viernes 1ª (25 alumnos).
- 1º ESO C: miércoles 6ª y jueves 1ª (20 alumnos).
- 2º ESO B+PMAR: lunes 4ª y viernes 5ª (27 alumnos).
- 3º ESO A+PMAR: lunes 6ª y miércoles 3ª (23 alumnos).
- 3º ESO C: miércoles 2ª y jueves 5ª (21 alumnos).
- 4º ESO B + Reducido: martes 5ª y viernes 2ª (27 alumnos).
- 1º Bachillerato HCS + CIE: jueves 6ª y viernes 3ª (25 alumnos).

Grupos impartidos por Antonio Som

- 2º ESO A+PMAR: lunes 4ª y viernes 5ª (26 alumnos).
- 3º ESO B+PMAR: lunes 3ª y viernes 4ª (23 alumnos).
- 4º ESO A + Reducido: lunes 2ª y viernes 2ª (26 alumnos).

Grupos impartidos por Cristina Cidoncha

	lunes		martes		miércoles	jueves	viernes	
1ª hora			1ºB			1ºC	1ºB	
2ª hora	4ºA		Guardia		3ºC	1ºA	4ºA	4ºB
3ª hora	3ºB		Tutor.	1ºA	3ºA		1ºBach h	Reuni ón tutor
4ª hora	2ºA	2ºB	CCP	CCP	Reunión Extraescolares	Reunión Tutores	3ºB	
5ª hora	Reunión Dpto.		4ºB		Guardia	3ºC	2ºA	2ºB
6ª hora	3ºA	G			1ºC	1ºBach	Guardia	

	Horario de Antonio Som
	Horario de Jorge Láinez

Tabla 3. Distribución horaria de los diferentes grupos de docencia de Educación Física distribuido por día de la semana y profesor.

1.3. CONTEXTUALIZACIÓN

El desarrollo curricular expresado en esta Programación Didáctica depende de las características contextuales del centro en el que nos encontramos. La presente programación tiene carácter transitorio, flexible y está abierta al conocimiento en el aula de la realidad educativa de la que partimos.

Nuestro I.E.S. es un centro rural que recoge al alumnado procedente de distintas localidades, así como de diferentes nacionalidades como: Marruecos, Rumanía, Colombia, etc. Se encuentra ubicado en el casco antiguo de la localidad de Ateca, en un enclave paisajístico inigualable al encontrarse junto al río Manubles y divisarse desde él, algunos de los principales monumentos de la localidad. Estas connotaciones particulares, hacen al IES Zaurín como un centro único.

Es el único centro de Educación Secundaria Obligatoria con el que cuenta la localidad, aunque existe otro centro educativo que da cabida a la educación infantil y primaria. El centro acoge alumnos procedentes de hasta 30 municipios que se encuentran al Norte, Oeste y Sur de la provincia de Calatayud a cuya comarca pertenece. Los municipios cuyo ámbito pertenecen a nuestro centro educativo son los que se muestran en la imagen:



Figura 1. Localidades pertenecientes al ámbito del centro educativo.

El Centro IES Zaurín alberga sobre 330 alumnos repartidos entre los diferentes cursos de la ESO, Bachillerato, FPB y Ciclos Formativos de Grado Medio.

El claustro está compuesto por 54 docentes de edades comprendidas entre los 26 y 60 años. El 55% es interino.

La programación estará presidida por la contextualización (características socioculturales del centro y alumnado), el realismo (elementos reales que tenemos a nuestro alcance), la concreción (compromiso del profesor con la tarea) y la flexibilidad (adaptación continua de proceso a la respuesta de los alumnos), las directrices normativas legislativas vigentes, las características de centro (alumnos e instalaciones.), la P.G.A. y el P.E.C., La interrelación de contenidos propios de la materia y con otras materias, Los conocimientos previos del alumno, La atención a la diversidad de motivaciones, capacidades e intereses del alumno, La metodología didáctica: El aprendizaje significativo y los principios básicos del método científico, Trabajando los términos de esfuerzo y constancia (en este caso hacia la práctica de actividad física) como un medio necesario para alcanzar los objetivos buscados, La importancia de la actividad física y el deporte en la sociedad actual y La importancia de la sociedad de la información y las nuevas tecnologías.

Las instalaciones en las que podemos desarrollar los diferentes contenidos de la asignatura de Educación Física las dividimos en distintas zonas de trabajo:

1-Instalaciones del centro:

-zona polideportiva: alberga dos pistas con medidas reglamentarias para impartir contenidos como balonmano, baloncesto o fútbol-sala, una pista de tenis y dos espacios habilitados con canastas.

-Pabellón: de dimensión estándar (equivalentes a dos pistas polideportivas de voleibol), lo que posibilita la práctica de casi la totalidad de contenidos y actividades que impliquen ciertos rangos de acción y movimiento. El techo es algo bajo, pero posibilita la práctica de juegos y actividades con implemento móvil. En definitiva, es una instalación útil para el desarrollo de casi la totalidad

de contenidos de Educación Física. Sería necesaria la sustitución de uno de sus cristales, roto, la limpieza de tela de arañas de los techos, una nueva capa de pintura y la decoración de los espacios.

-Aulas polivalentes: en algunas ocasiones son utilizadas aulas polivalentes para impartir contenidos teóricos, la sala de informática para familiarizar al alumnado con las nuevas tecnologías, la biblioteca para utilizar recursos bibliográficos sobre contenidos relacionados con posibles trabajos o la sala multiusos para la impartición de contenidos teóricos. No obstante, se ha habilitado un espacio dentro del pabellón para impartir contenidos teóricos gracias a la disposición de cañón y un panel blanco a modo de pantalla.

2-Instalaciones de la localidad:

-Pabellón municipal de dimensiones óptimas para la práctica de cualquier contenido de Educación Física, Pista de fútbol sala, frontón y piscina municipal. La ubicación de estas instalaciones municipales que podrían ser utilizadas bajo convenio con el Ayuntamiento, están algo distantes del centro por lo que, la lejanía a las mismas, imposibilita el normal uso de ellas, aunque sería muy beneficioso disponer de un horario que facilitase el uso y disfrute de esas instalaciones.

3-Otros espacios:

-Casco urbano del pueblo: la disposición urbanística y la baja afluencia de tráfico en la localidad, posibilita desarrollar contenidos fuera del centro. Esto ayuda a encontrar en los alumnos, nuevos ambientes distintos a los cotidianos.

-Comarca será nuestro espacio de trabajo para la realización del bloque de contenidos de Actividades en el Medio Natural. El entorno rural y cercano a puntos de interés medioambiental y cultural, nos posibilita la salida al entorno natural cercano para el aprendizaje de contenidos en entornos naturales.

El material didáctico encontrado en el departamento para el adecuado proceso de enseñanza-aprendizaje tras la inversión inicial realizada años anteriores, mejoró notablemente, no obstante, este curso se ha vuelto a realizar otra inversión entorno a los 400-500€. Aún queda una nueva inversión de coste similar al actual, unos 400€ para equilibrar el adecuado material para el departamento. En la actualidad, el centro educativo cuenta con un adecuado número de elementos materiales, aunque aún es escaso en balones o material polivalente. Es adecuado ir reponiendo, además, materiales deteriorados o que se encuentran en malas condiciones. La previsión para el próximo curso escolar es la reposición y dotación de un mayor número de material como balones de distintas disciplinas deportivas, material de atletismo, material de condición física, además de jaulas para guardar el material y porterías de touchball.

El actual material, con la inversión realizada en el presente curso escolar, aún sigue siendo carente para algunos contenidos, pero ayuda a la realización de un gran número de contenidos de Educación Física, no obstante, es necesario seguir implementando el departamento de nuevo y mejorado material, ya que el deterioro del mismo por el uso diario, es parte implícita de las características de la asignatura. Existe una clara voluntad de los miembros de

este departamento de incrementar progresivamente la compra de nuevos materiales.

Los pasados cursos escolares no han conllevado una adecuada inversión, encontrando que incluso este último curso escolar se ha perdido, deteriorado y roto numeroso material, no siendo repuesto.

La directiva del centro, un nuevo año, nos apoya y contribuye a realizar un desembolso económico considerable que es deber agradecer por el esfuerzo que ello implica.

El planteamiento en base a las necesidades materiales es fruto del consenso de los dos profesores que componen el departamento de Educación Física quienes ven mermadas sus capacidades por encontrar escaso material. La reposición del material posibilita dotar de nuevos contenidos a la asignatura.

1.4. LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL CENTRO ESCOLAR

La Educación Física ha sufrido innumerables cambios a lo largo de su existencia como materia de estudio. Tradicionalmente se ha caracterizado por la presencia única de contenidos físicos enmarcada en la consecución del producto y de un resultado final. El docente presentaba los ejercicios y los discentes se limitaban a repetirlos sin más. Las metodologías activas han implicado que el alumnado cobra cada vez mayor importancia y ha conllevado a intelectualizar la materia que se imparte.

Son muchos los contenidos de relevancia asociados a la práctica deportiva que los alumnos precisan saber. Conceptos, estructuras, bases, mecanismos, funciones y razones por las que el cuerpo humano se manifiesta de forma motriz para alcanzar unos resultados observables en términos de eficacia.

La necesaria implicación en la enseñanza de contenidos teórico-prácticos hacen que la Educación Física se caracterice por un aumento en cantidad y calidad de los aspectos motóricos que los alumnos deben dominar al completar la etapa de educación secundaria o bachillerato. Se pretende el desarrollo de las capacidades y habilidades instrumentales que perfeccionen las posibilidades de movimiento, haga adquirir capacidades útiles para la vida, condicione las competencias enmarcadas en la legislación como habilidades perfeccionadas en el conocimiento de la conducta motriz y contribuya a asumir actitudes, valores y normas responsables con su propio cuerpo y con la sociedad.

La educación del cuerpo y el movimiento a través de la asignatura pretende contribuir a que el alumnado adquiera los medios necesarios que les permitan planificar su propio desarrollo y observar mejoras en sus capacidades físicas y habilidades motrices atendiendo a aspectos socio-biológicos y socio-culturales que influyen en la práctica de la actividad física. Es, por tanto, que el proceso de enseñanza-aprendizaje no puede reducirse a aspectos perceptivos

o motores, sino que debe implicar formas de expresión, comunicación y conocimiento más allá de lo meramente práctico. Se convierte así en una formación integrada en el contexto educativo general donde la educación corporal asume la responsabilidad requerida por la sociedad moderna en la que vivimos.

La auto-aceptación corporal y el sentirse bien con el propio cuerpo, en la sociedad actual en la que vivimos tan influenciada por unos marcados y estandarizados cánones de belleza, es muy importante. Es necesario dotar de madurez y conciencia a los alumnos sobre lo corporal y dotar de herramientas y útiles necesario a los alumnos para un adecuado trabajo que se encamine a modelar su propio criterio de belleza mejorándolo en la medida que se considere adecuada y basándonos en la vivencia de sus posibilidades lúdicas, expresivas y comunicativas.

Dado que nuestra asignatura facilita las relaciones interpersonales, bien por el contacto personal y físico que se derivan de ciertas actuaciones motrices y expresivas, o por las continuas comunicaciones establecidas entre componentes del contexto educativo, es una clara oportunidad para detectar las actitudes emanadas de dichas relaciones. El profesor buscará que los alumnos alcancen cotas de relación elevadas debido a las múltiples situaciones creadas en el proceso diario del desarrollo práctico. Desde este punto de vista, el aspecto relacional, toma gran importancia en nuestro campo; el profesor debe saber descubrir y aprovechar estas circunstancias en beneficio de la enseñanza, modificando, alterando o potenciando comportamientos.

El valor de la educación física ha sido demostrado desde las épocas más remotas y utilizado por las culturas más sobresalientes de la historia. Aunque durante muchos siglos fue olvidada por cuestiones ideológicas, religiosas y políticas, más que por razones prácticas, se retomó y surgió con mayor intensidad en el siglo XIX, desvelando la importancia que poseía la práctica física como benefactora en las distintas funciones biológicas y pedagógicas, especialmente en las primeras etapas de la vida del individuo.

La educación física en los jóvenes y en la sociedad en general no precisa, hoy en día, justificación alguna; ya quedó demostrada a través de los tiempos su importancia en todas las culturas y ámbitos de la vida. El movimiento que demanda el organismo y la conveniencia de actividad física durante todos los periodos de la vida constituyen reglas básicas que toda la sociedad conoce, respeta y practica cada vez con mayor asiduidad, y que la administración educativa ha aprovechado para hacer llegar a los centros escolares una educación física basada en criterios de formación corporal, autonomía motriz y aspectos saludables. Una educación física conectada a su vez con los aspectos intelectuales y morales que reclama su práctica, ya sea de forma educativa, recreativa o competitiva.

Nuestra sociedad siente gran predilección por la actividad deportiva, es una manifestación abordada por la educación física y recibida con interés por gran parte del colectivo de alumnos. Algunos relacionan la educación física sólo y exclusivamente con el deporte, si bien constituye una buena parte del programa, supone una dificultad en la forma de plantearlo y practicarlo. El

componente agonista y la finalidad de triunfo son los alicientes que demanda la sociedad en los eventos deportivos, pero si se trata de educar a niños y adolescentes, la competición, la selección de los mejores y la especialidad, no son los cauces que debe seguir la actividad deportiva, sino la cooperación y la no discriminación, la diversión, la mejora de actitudes y valores personales y sociales.

Comprender el verdadero valor de la educación física significa una práctica razonada en el centro educativo que trascenderá posteriormente a los modos de vida que se practican en la sociedad una vez superada la etapa educativa. Su carácter proyectivo será inculcado constantemente.

1.5.- MECANISMOS DE REVISIÓN, EVALUACIÓN Y MODIFICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

La programación del departamento es un instrumento de trabajo y de coordinación pedagógica que debe cumplir dos funciones básicas: hacer explícitas las intenciones educativas que se pretenden satisfacer a través de la materia y servir de guía para orientar y coordinar la práctica pedagógica cotidiana del profesorado del departamento.

Es importante que un documento institucional de referencia de este tipo tenga un carácter más o menos estable, también es un reto seguir mejorándola, y la aplicación de estrategias para su revisión es importante. Así, diferenciamos cronológicamente tres momentos claves para la revisión y evaluación de nuestra programación:

-INICIO DE CURSO: el momento principal para la revisión en profundidad es el mes de septiembre, en el que se comprueba que se recogen los apartados exigidos por la normativa y se revisa el sentido de los mismos en nuestro trabajo para evitar una redacción rutinaria. Se incorporan aquí, las consideraciones oportunas a partir de la memoria del curso anterior y las novedades normativas recogidas en las instrucciones de inicio de curso, quedando la redacción final del texto bajo la responsabilidad del Jefe de Departamento.

-A LO LARGO DEL CURSO: en el seguimiento y la evaluación de la programación a lo largo del curso, en las correspondientes reuniones ordinarias de coordinación de los miembros del Departamento, se presta especial atención para posibles modificaciones a lo siguiente: si la concreción de los diferentes apartados ha sido clara y útil para el equipo docente, la adecuación de la organización temporal de los contenidos, la eficacia de las propuestas para facilitar la adquisición de los mínimos exigibles, la claridad de la información para familias y alumnado (en especial sobre la evaluación y calificación), y la posible contextualización a las características específicas de cada grupo-clase. La valoración compartida entre los profesores que imparten clase en cada curso, así como las opiniones del alumnado, serán referencia importante para la posible reorientación de la programación. Se dejará constancia de las propuestas en las actas de las reuniones de seguimiento

mensual que requiere la norma vigente.

-FIN DE CURSO: la aplicación total de la programación permitirá realizar una valoración más global de su adecuación, completada con los resultados de la evaluación del alumnado. Así, se concretarán en la memoria final los apartados que se propone modificar para el próximo curso.

FASE II: ELEMENTOS DEL CURRÍCULO

2.1.-ADQUISICIÓN DE COMPETENCIAS CLAVE

La relación de competencias clave son recogidas en el artículo 2.2 del **RD 1105/2014 de 26 de diciembre** y en el artículo 7 de la **Orden ECD/489/2016 de 26 de mayo** y de la **Orden ECD/494/2016, de 26 de mayo**. De igual forma, la **Orden ECD/65/2015 de 21 de enero**, establece la relación entre las competencias, contenidos y criterios de evaluación en educación secundaria y bachillerato. La relación de competencias clave son:

Competencia en comunicación lingüística. Se contribuye ofreciendo una variedad de intercambios comunicativos, desde la comunicación oral a los trabajos escritos que realiza el alumno, y a través del vocabulario específico que aporta. A su vez, por medio de esta materia se puede reforzar el aprendizaje de otras lenguas. El desarrollo normalizado de las clases implica una comunicación, utilización de vocabulario específico y desarrollo de esta competencia. De forma concreta se incidirá en ella mediante: la exposición de sesiones al resto de sus iguales, el descifrado de mensajes transmitidos con lenguaje verbal y no verbal, la interpretación y transcripción a palabras de imágenes y la interpretación y transcripción de sensaciones corporales y emociones. La lectura de textos o libros relacionados con la materia aportarán valor a la consecución de esta competencia, junto con el tratamiento de algunos contenidos normativos propuestos por la administración.

Competencia matemática y en ciencia y tecnología. Esta competencia se trabajará a lo largo de todas las unidades didácticas de todos los niveles educativos. Se verá reflejada con el trabajo de: superficies, espacialidades, trayectorias, elaboración de gráficas, operaciones matemáticas y porcentajes relacionadas con clasificaciones y tablas de resultados de los enfrentamientos deportivos, operaciones porcentuales para conocer las zonas de trabajo de la frecuencia cardíaca y variabilidad de la misma. La innovación en el aula, los avances científicos en el campo de la Educación Física y el material tecnológico utilizado en el campo de la práctica deportiva, será recogido mediante esta competencia.

Competencia digital. Búsqueda, selección, recogida y procesamiento de información relacionada con la Educación física para la realización de los trabajos solicitados por el profesorado. Trabajo con aplicaciones móviles para aprender a manejar otros recursos novedosos y motivantes que dotan de mayor autonomía a la práctica deportiva del alumnado. El empleo cotidiano de vídeos que ayudan a facilitar la ejemplificación y representación gráfica de ciertos contenidos, la utilización de PowerPoint y otros medios tecnológicos como apoyo didáctico en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Aprender a aprender. Esta materia ofrece recursos para la planificación de determinadas actividades físicas a partir de un proceso de experimentación. Todo ello permite que el alumnado sea capaz de regular su propio aprendizaje y práctica de actividad física en su tiempo libre de forma organizada y estructurada. Asimismo, desarrolla habilidades para el trabajo en equipo en diferentes actividades colectivas deportivas y expresivas y contribuye a adquirir aprendizajes técnicos, estratégicos y tácticos que se pueden transferir a distintas actividades deportivas. A través de la actividad física, una persona aprende a conocer cuáles son sus capacidades, sus puntos fuertes y débiles, y a partir de ello puede plantearse objetivos reales que puede alcanzar con su propio esfuerzo y perseverancia.

Competencias sociales y cívicas. Esta competencia se desarrolla transversalmente en todos los contenidos de la materia, ya que continuamente deben convivir entre ellos y respetar sus diferencias, desde que entran en el vestuario hasta que salen de éste pasando por las múltiples tareas que llevan a cabo juntos: por parejas, tríos, grupos más numerosos... Aprenden a que si uno molesta repercute negativamente a toda la clase, igual que si uno no trabaja, porque en esta materia se ve, tanto cuando funcionan las cosas como cuando no lo hacen.

Aprenden constantemente habilidades sociales que les permiten resolver conflictos, respetarse, colaborar. Ya que aparecen conflictos muy frecuentemente (uno se cae porque otro le ha empujado, otro se ríe del compañero, otro trata mal el material, etc.) y constantemente ellos participan en la resolución por el bien común de la clase y por la construcción de la paz para el bienestar grupal.

Sentido de la iniciativa y del espíritu emprendedor. La transversalidad de los contenidos de esta materia permite el desarrollo de una multitud de experiencias encaminadas a que el alumnado adquiera unos conocimientos que le permitan ser capaz de planificar y gestionar proyectos, responsabilizándose de ellos, con el fin de alcanzar objetivos tanto de forma individual como colectiva. Unidas a estas también son necesarias capacidades de resolución de problemas, de dominio emocional (relajación, control del riesgo, actuación ante un público, etc.), iniciativa, esfuerzo, superación y la búsqueda de éxito.

Nuestra forma de trabajar permite que, en muchas ocasiones, tanto puntuales como de larga duración, se deban realizar proyectos colectivos, cuyo resultado es directamente proporcional a la colaboración entre los compañeros, supeditando a veces los intereses propios a los del grupo,

aportando lo mejor de cada unidad para los demás y sintiéndose imprescindibles e importantes para que se tenga éxito, para que el proyecto se lleve a cabo.

Competencia de conciencia y expresiones culturales. Esta materia contribuye a la valoración de las manifestaciones culturales de la motricidad humana, tales como los deportes, los juegos tradicionales, las actividades expresivas o la danza y su consideración como parte del patrimonio cultural de los pueblos. Con las actividades de expresión corporal se fomenta ciertas habilidades comunicativas, de sensibilidad y sentido estético, así como imaginación y creatividad. Además, el conocimiento de las manifestaciones lúdicas, deportivas y de expresión corporal propias de otras culturas ayuda a la adquisición de una actitud abierta hacia la diversidad cultural

Relación de las competencias clave con la materia de EF

Comunicación lingüística	-Mediante la exposición oral en clase, vocabulario, escritura y lectura de textos o libros relacionados con la Educación Física.
Matemáticas y ciencias y Tecnología	-Matemáticas: geometría, medidas, parábolas, cálculos y operaciones. -Ciencia y Tecnología: manipular maquinaria y sistemas biológicos.
Competencia Digital	-A través de estereotipos sobre el cuerpo, mensajes de salud y demás contenidos que se emiten en medios de información y comunicación. Utilización de app específicas que facilitan el recuento, análisis y funcionamiento de contenidos deportivos relacionados y la utilización por parte de los alumnos de recursos digitales en los que apoyarse para sus trabajos y exposiciones.
Aprender a aprender	-Conocimiento de sí mismo y de sus posibilidades. -Con metas alcanzables para generar autoconfianza. -Con Actividad Física colectivas que faciliten la cooperación. -Conocimiento, práctica y valoración de la Actividad Física-salud. -Adquisición de hábitos saludables y mejora de Condición Física. -Contenidos teóricos y prácticos que posibilitan mejorar la concepción personal y dotar de madurez a los alumnos. -Dotar de responsabilidad en las acciones y actuaciones cotidianas de clase a los alumnos.
Competencias sociales y cívicas	-Con AF que facilitará la integración, cooperación y solidaridad. -Convivir con aceptación de reglas y valoración de la diversidad. -Asumir posibilidades y limitaciones propias y ajenas. -Negociación y dialogo como resolución de conflictos. -Conocimiento de riqueza cultural de juegos y danzas. -AF como equilibrio psicofísico y ocupación del tiempo de ocio.
Iniciativa y espíritu emprendedor	-Toma de decisiones con autonomía y auto-superación. -Metodología con mayor protagonismo al alumnado. -Ser creativo e imaginativo. Empezar en tareas. -Dar responsabilidad al dirigir situaciones o partes de la sesión.
Competencia y expresiones culturales	-Exploración de los recursos del cuerpo. -Interacción con el cuerpo y el espacio. -Mediante el empleo de expresiones artísticas individuales, en pequeños grupos o en grandes grupos. -Valorando manifestaciones culturales: deportes, Juegos tradicionales, Actividades Expresivas o Danzas.

Tabla 4. Relación de cada competencia clave con las actuaciones específicas para la materia de Educación Física.

Las competencias clave en todas las áreas educativas			
	Saber	Saber hacer	Saber ser
Competencia comunicación lingüística (CL)	-Diversidad de lenguaje y comunicación. o Estilos y registros de la lengua. -Vocabulario y gramática.	-Expresar de forma oral y escrita. -Comprender distintos tipos de textos. o Escuchar con atención e interés.	-Dialogo como herramienta de convivencia. -Interés por la interacción con los demás. -Consciencia de la repercusión de la lengua.
Competencia matemática y en ciencia y tecnología. (CMCT)	-Términos y conceptos matemáticos. -Geometría, estadística, medidas y números. -Lenguaje e investigación científica.	-Aplicar e interpretar procesos matemáticos. -Resolver problemas y usar datos científicos. -Manipular maquinas tecnológicas.	-Respetar los datos y su veracidad. -Asumir criterios éticos de ciencia. -Valorar la investigación y ciencia.
Competencia digital (CD)	-Derechos y riesgos en el mundo digital. -Principales aplicaciones informáticas. -Lenguaje: textual, visual, gráfico y sonoro. -Fuentes de información.	-Utilizar recursos para resolver problemas. o Crear contenidos sencillos. -Buscar, obtener y tratar información. -Usar y procesar información con crítica.	-Tener actitud crítica y realista hacia las TIC. -Valorar fortalezas y debilidades de las TIC. -Motivarse hacia un aprendizaje de uso TIC. -Respetar los principios éticos de utilización.
Aprender a aprender (CAA)	-Procesos implicados en cómo aprender. -Conciencia sobre el sabe y el desconocer. -Estrategias para afrontar tareas.	-Planificar la resolución de tareas. -Supervisar acciones que se desarrollen. -Evaluar el proceso y resultado individual.	-Motivarse para aprender. -Tener la curiosidad de aprender. -Sentirse protagonista del aprendizaje.
Competencias sociales y cívicas (CSC)	-Códigos de conducta de las sociedades. -Conceptos de Igualdad y no discriminación. -Comprender ciudadanía y derechos humanos	-Comunicar de manera constructiva y tolerar. -Manifestar solidaridad en resolver conflictos. -Tomar decisiones en diferentes contextos.	-Contribuir al bienestar social. -Superar prejuicios y respetar las diferencias. -Participar en la toma de decisiones.
Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (CEE)	-Funcionamiento sindical y empresarial. -Diseño e implementación de un plan. -Oportunidades profesionales y personales.	-Analizar, planificar, gestionar y organizar. -Adaptación al cambio y resolver problemas. -Saber comunicar, respetar y negociar.	-Ser creativo e imaginativo. -Tener autoconocimiento y autoestima. -Iniciativa, interés e innovación en la vida.
Conciencia y expresiones culturales (CEC)	-Herencia cultural, histórica y artística. -Diferentes géneros y estilos de bellas artes. -Manifestaciones artístico-culturales.	-Habilidades de sensibilidad y estética. -Iniciativa, imaginación y creatividad. -Emplear distintos materiales y diseños.	-Respetar el derecho a la diversidad cultural. o Valorar la libertad de expresión. -Valorar las obras artísticas y culturales.

Tabla 5. Formación integral de las competencias clave en todas las áreas educativas en base al **anexo II de la Orden ECD 65/2015**. Elementos del currículo.

Relación de las competencias clave con los contenidos de EF

Comunicación lingüística	De forma transversal en todas las Unidades didácticas y para todos los bloques de contenidos de todos los niveles educativos.
Matemáticas y ciencias y Tec.	Bloque 1. Acciones motrices individuales. Bloque 2 Acciones motrices de oposición. Bloque 3. Acciones m. de cooperación y colaboración-oposición.
Competencia Digital	De forma transversal en todas las Unidades didácticas y para todos los bloques de contenidos.
Aprender a aprender	De forma transversal en todas las Unidades didácticas y para todos los bloques de contenidos.
Competencias sociales y cívicas	Bloque 4. Acciones motrices en el medio natural. Bloque 6. Gestión de la vida activa y valores.
Iniciativa y espíritu emprendedor	Bloque 1. Acciones motrices individuales. Bloque 6. Gestión de la vida activa y valores.
Competencia y expresiones culturales	Bloque 4. Acciones motrices en el medio natural. Bloque 5. Acciones motrices artísticas o expresivas.

Tabla 6. Relación de cada competencia clave con los bloques de contenidos de la materia de Educación Física.

Competencias	Capacidades de las Competencias a desarrollar en Educación Física.	Actuación específica desarrollada en las UD para alcanzar las competencias.	Medios de comprobación para la consecución de las competencias.
Competencia comunicación lingüística.	-Desarrollar la expresión oral y comunicativa mejorando el vocabulario. -Mejorar la expresión escrita incidiendo en la ortografía, caligrafía y gramática.	-Actividades de fichas/cuadernos. -Trabajos a realizar. -Debates y resolución de conflictos. -Teatros, exposición y soy docente.	-Realiza lecturas recomendadas y textos. -Participación activa en debates. -Vocabulario apropiado en las sesiones prácticas. -Realización correcta de las actividades en sesión.
C. matemática y en ciencia y tecnología.	-Aplicar operaciones matemáticas. -Identificar trayectorias y volúmenes y discernir espacios.	-Medición y cálculo de CF, test físicos, FC, IMC, metabolismo y nutrición. -Cálculo de % y trayectorias.	-Cálculo correcto de parámetros. -Realización correcta de las actividades de sesión destinadas a la competencia matemática.
Competencia digital.	-Conocer y utilizar aplicaciones móviles, programas informáticos y herramientas web. -Valorar de forma crítica los mensajes estereotipados del cuerpo.	-Internet, aplicaciones móviles paquetes informáticos de elaboración de trabajos. -Vídeos, grabaciones, pulsómetros, GPS. -Prestar atención a problemas de valoración del cuerpo en medios de comunicación.	-Realización de trabajos. -Análisis de técnica en deportes. -Valoración crítica por parte de los alumnos de los mensajes estereotipados referentes al cuerpo en medios de comunicación. Aceptación de su cuerpo
Aprender a aprender.	-Conocerse a sí mismo y conocer las posibles carencias para trabajarlas. -Establecerse metas alcanzables.	-Soy docente por un día, desarrollo de partes de sesión, explicación de juegos y actividades, elaboración creativa. -Actividades grupales que fomenten el aprendizaje. -Otorgar protagonismo a los alumnos.	-Realización correcta de las actividades de sesión. -Elaboración de trabajos individuales. -Exposición al resto de la clase de acciones creativas y actividades.
Competencia social y cívica.	-Conocer el entorno cercano. -Reconocer señales viales y civismo. -Valorar la Actividad Física como un elemento de salud. -Interaccionar con el entorno cercano. -Conocer su cuerpo y las posibilidades del mismo junto a recapacitar sobre las limitaciones.	-Utilización de recursos que el entorno cercano nos brinda. -Utilización de una dinámica de aula que posibilite el desarrollo de actitudes favorecedoras de esta competencia. -Actividades en entornos urbanos o naturales cercanos. -Actividades encaminadas a adquirir hábitos de vida saludables.	-Realización de actividades en sesión. -Desarrollo de actitudes y valores adecuados. -Actividades en el entorno urbano y natural. -Actividades deportivas en recreo, STRAVA y extraescolares.
Sentido iniciativa y emprendedor.	-Ser capaz de tomar decisiones con progresiva autonomía, superación, perseverancia y actitud positiva.	-Actividades en la que los alumnos sean auto suficientes. -Metodología de trabajo indagatoria. -Elaboración de actividades por parte de alumnado.	-Adquisición de autonomía y responsabilidad. -Alumnos realizan las actividades que se les encomiendan y participan de forma activa en clase.
C. expresiones culturales.	-Conocer los monumentos locales. -Desarrollar acciones en la sociedad.	-Vídeos y sesiones de EF en el entorno social. -UD Expresión corporal y medio natural.	-Realización de las actividades de: expresión corporal, medio natural, STRAVA y actividades complementarias.

Tabla 7. Grado de adquisición de las competencias en la etapa de la ESO.

2.2.-OBJETIVOS

En la elaboración de los objetivos y consideración de los contenidos, hemos respetado el principio de educación multidisciplinar, ofreciendo al alumnado una visión amplia de la Educación Física. Se ha optado por un enfoque globalizador que pretende asegurar un desarrollo armónico de las capacidades motrices, evitando especializaciones excesivas y atendiendo a la mejora de la salud, práctica de actividad física como estilo de vida activo, disposición crítica ante la vida, cooperación e integración social. Se busca que nuestros alumnos se desarrollen entendiendo que el esfuerzo y la constancia los llevarán al éxito, es decir, a conseguir aquello que se propongan.

Por su carácter de orientación para el desarrollo curricular y por la necesidad de adaptarnos a las singularidades del contexto, debemos contemplar para los objetivos, diferentes niveles de concreción. Estos parten de la administración mediante los objetivos generales de etapa (OGE) y objetivos específicos de EF (OEA) expuestos en el **RD 1105/14** y en la **Orden ECD/489/16** para la ESO y en el **RD 1105/14** y en la **Orden ECD/494/16 para Bachillerato**. En el centro educativo se concretarán con los objetivos de programación didáctica para cada nivel educativo en base a las características del contexto y el docente volverá a concretarlos una vez más para cada uno de los grupo-clase en los objetivos de programación de aula y de unidad didáctica.

Jerarquización vertical de los objetivos	
Administración (RD 1105/14, Orden ECD 489/16 y Orden ECD 494/16)	Fines de la educación
	Objetivos generales de etapa
	Objetivos específicos de EF
Contexto de la localidad, características del centro y del alumnado	
Centro (Dpto. EF)	Objetivos de Programación Didáctica
Contexto del grupo-clase específico	
Docente	Objetivos de Programación didáctica
	Objetivos de unidad didáctica
	Objetivo de sesión

Tabla 8. Jerarquización vertical de los objetivos desde la administración hasta el docente, atendiendo a la institución y el tipo de objetivos a tratar.

2.2.1.-Objetivos Generales de Educación Secundaria Obligatoria

La Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que les permitan alcanzar los siguientes objetivos (artículo 11 del **RD 1105/2014, de 26 de diciembre** y artículo 6 de **Orden ECD 489/2016, de 26 de mayo**):

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.

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.

c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre género, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.

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, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

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.

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.

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.

h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, en su caso, en aragonés o en catalán de Aragón, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.

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.

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.

l) Apreiciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

2.2.2.-Objetivos Generales de Bachillerato

El Bachillerato contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que les permitan alcanzar los siguientes objetivos (artículo 25 del **RD 1105/2014, de 26 de diciembre** y artículo 6 de **Orden ECD 494/2016, de 26 de mayo**):

- a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- b) Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.
- c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición o circunstancia personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad.
- d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, el aragonés o el catalán de Aragón.
- f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
- g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
- h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
- i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
- l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.

m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.

n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.

2.2.3.-Objetivos Específicos de EF para la ESO

La enseñanza de la Educación Física tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos (anexo II del currículo de Educación Física de la **Orden ECD 489/2016, de 26 de mayo**):

Obj.EF.1. Adquirir conocimientos, capacidades, actitudes y hábitos que les permitan incidir de forma positiva sobre la salud y realizar adecuadamente la gestión de su vida activa.

Obj.EF.2. Realizar tareas dirigidas a la mejora de la gestión de la condición física para la salud dosificando diferentes esfuerzos con eficacia y seguridad en función de las propias posibilidades y de las circunstancias de cada actividad, así como conocer las técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir tensiones producidas por la vida cotidiana.

Obj.EF.3. Conocer y adquirir las técnicas básicas de primeros auxilios y de la RCP de accidentes derivados de la práctica deportiva.

Obj.EF.4. Aprender a resolver situaciones motrices y deportivas tanto individuales en entornos estables, como en situaciones de oposición, en situaciones de cooperación y colaboración con o sin oposición y en situaciones de adaptación al entorno con intensidad y esfuerzo necesario.

Obj.EF.5. Realizar actividades físicas en el medio natural o en el entorno próximo, conociendo y valorando el patrimonio cultural de los lugares en los que se desarrollan, participando de su cuidado y conservación e integrando aspectos de seguridad y de prevención de accidentes.

Obj.EF.6. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas utilizando los recursos del cuerpo y el movimiento para comunicar ideas, sentimientos y situaciones, de forma desinhibida y creativa.

Obj.EF.7. Conocer y practicar juegos y actividades deportivas, con diversas formas de interacción y en diferentes contextos de realización, aceptando las limitaciones propias y ajenas, aprendiendo a actuar con seguridad, trabajando en equipo, respetando las reglas, estableciendo relaciones equilibradas con los demás y desarrollando actitudes de tolerancia y respeto que promuevan la paz, la interculturalidad y la igualdad entre los sexos.

Obj.EF.8. Utilizar sus capacidades y recursos motrices, cognitivos y afectivos para conocerse, valorar su imagen corporal y potenciar su autoestima adoptando una actitud crítica con el tratamiento del cuerpo y práctica físico-deportivas.

Obj.EF.9. Conocer las posibilidades que ofrece el entorno próximo para la práctica de AF en tiempo de ocio, así como las posibilidades de formación que tiene el alumno en temas relacionados con la actividad física y deportiva a través de federaciones, ciclos formativos y universidad.

Obj.EF.10. Confeccionar proyectos sobre las AF-deportivas encaminados al desarrollo de un estilo de vida activo, saludable y crítico ante prácticas sociales no saludables, usando su capacidad de buscar, organizar y tratar la información y siendo capaz de presentarla oralmente y/o por escrito, apoyándose en las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

2.2.4.-Objetivos Específicos de EF para Bachillerato

La enseñanza de la Educación Física tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos (anexo II del currículo de Educación Física de la **Orden ECD 494/2016, de 26 de mayo**):

Obj.EF.1. Resolver situaciones motrices deportivas, dando prioridad a la toma de decisiones y utilizando elementos técnicos aprendidos en la etapa anterior y diseñar y practicar, en pequeños grupos, composiciones con o sin base musical, como medio de expresión y de comunicación.

Obj.EF.2. Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural aplicando conductas motrices específicas con seguridad, demostrando actitudes que contribuyan a su conservación y conociendo las posibilidades de la Comunidad Autónoma de Aragón.

Obj.EF.3. Conocer y valorar los efectos positivos de la práctica regular de la actividad física en el desarrollo personal y social, facilitando la mejora de la salud y la calidad de vida, así como conocimiento de las diferentes salidas profesionales en este ámbito.

Obj.EF.4. Elaborar y poner en práctica un programa de actividad física y salud, incrementando la gestión de las cualidades físicas implicadas, a partir de la evaluación del estado inicial, como medio de conocimiento personal y como recurso para reducir desequilibrios y tensiones producidas en la vida diaria, incluyendo técnicas de relajación y mostrando valores positivos personales y sociales.

Obj.EF.5. Anticipar los posibles accidentes y aplicar los protocolos que deben seguirse para la realización de la RCP, lesiones y situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.

Obj.EF.6. Organizar y participar en actividades físicas como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva.

A continuación, se presenta una tabla con la relación entre los objetivos generales y los objetivos específicos de EF para la ESO y Bachillerato.

Objetivos generales de ESO Orden ECD/489/2016 de 26 de mayo	Objetivos específicos EF en ESO									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
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.										
b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo, como condición necesaria para una realización eficaz de tareas de aprendizaje y desarrollo personal.										
c) Valorar y respetar la igualdad de oportunidades entre género. Rechazar la discriminación de personas por cualquier condición personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación de género, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.										
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.										
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.										
f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, conocer métodos para identificar problemas en diversos campos del conocimiento.										
g) Desarrollar el espíritu emprendedor, confianza, participación, sentido crítico, iniciativa personal y capacidad para aprender a aprender, tomar decisiones y asumir responsabilidades.										
h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.										
i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.										
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.										
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 EF y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad. 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.										
l) Apreiciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.										

Objetivos generales de Bachillerato Orden ECD/494/2016 de 26 de mayo	Objetivos específicos EF-BACH					
	1	2	3	4	5	6
a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa.						
b) Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver los conflictos personales.						
c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad.						
d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.						
e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana.						
f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.						
g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.						
h) Conocer y valorar las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes y los factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.						
i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos y dominar las habilidades básicas.						
j) Comprender los procedimientos de los métodos científicos. Valorar la contribución de la ciencia y la tecnología en las condiciones de vida y afianzar el respeto hacia el medio ambiente.						
k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.						
l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.						
m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.						
n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.						

Tabla 9. Relación entre objetivos de etapa y materia para ESO y Bachillerato

2.2.5.-Objetivos didácticos distribuidos por niveles educativos:

2.2.5.1.-Objetivos didácticos de 1º ESO

- Conocer las diferentes partes de la sesión, el nivel de intensidad de las mismas los efectos positivos que implican en el organismo identificando las diferentes actividades que componen un calentamiento general y sabiendo desarrollarlo de forma autónoma.
- Conocer y saber aplicar pruebas de forma continua para la evaluación del estado de condición física y controlar el proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la Actividad Física y la valoración de las posibilidades y limitaciones personales.
- Conocer la definición, tipos y características de las capacidades físicas básicas, los efectos beneficiosos en el organismo del desarrollo de las capacidades relacionadas con la salud y desarrollar actividades que fortalezcan la musculatura sostén del organismo mediante ejercicios adecuados y mediante una participación física activa en las clases y consolidación de un adecuado trabajo autónomo por parte de cada alumno.
- Descubrir y utilizar las posibilidades expresivas del cuerpo y valorar el movimiento como medio de comunicación y expresión creativa mediante la aplicación de técnicas de desinhibición.
- Afianzar el dominio de las habilidades motrices básicas y desarrollar las habilidades motrices genéricas mediante la resolución de diversos problemas motores expuestos en actividades pre-deportivas, iniciación deportiva y juegos lúdico-recreativos.
- Conocer los fundamentos básicos de la Educación Física entendiendo su idiosincrasia particular y las características que la hacen una materia global e integradora con carácter teórico-práctico, atender a la anatomía básica y a la fisiología del ser humano.
- Conocer y desarrollar las cualidades motrices básicas mediante actividades coordinativas y gimnásticas que impliquen una mejora manipulativa y un fortalecimiento de la musculatura sostén del organismo.
- Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante diferentes juegos de danzas y pasos de bailes populares y tradicionales y relacionarse con todos los compañeros independientemente de su género, mostrando actitudes de desinhibición.
- Identificar mediante actividades práctica diferentes juegos y deportes alternativos y mostrar una correcta actitud de participación e interés.
- Conocer, valorar y practicar, con independencia del nivel alcanzado, diferentes juegos cooperativos, populares, tradicionales y autóctonos y deportes convencionales como medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetar reglas y establecer relaciones socio-afectivas.
- Relacionarse con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza, concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y desarrollar acciones de reconocimiento de señales, rastreos, espacialidad y grandes juegos en la naturaleza. Practicar senderismo y fomentar el compañerismo y la igualdad de género en un medio que genera incertidumbre.
- Conocer e interesarse por los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física,

psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).

- Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales.
- Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de educación física, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.

2.2.5.2.-Objetivos didácticos de 2º ESO

- Diferenciar las partes en las que se divide una sesión, adecuar el organismo al correcto nivel de intensidad en relación al trabajo encomendado en cada parte de sesión, consolidar la identificación de las diferentes actividades que componen un calentamiento general e iniciarse en el conocimiento de las actividades que componen el calentamiento específico, ser capaz de desarrollar un calentamiento general con autonomía y madurez al resto de compañeros del grupo y consolidar los efectos beneficiosos que implican un adecuado uso del calentamiento y vuelta a la calma en el organismo.
- Clasificar y proyectar pruebas y test físicos de evaluación del estado de condición física y controlar el proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la Actividad Física y la valoración de las posibilidades y limitaciones personales.
- Consolidar el conocimiento sobre las CFB (definición, tipos, características y desarrollo), atender a la intensidad subjetiva del esfuerzo aplicando actividades encaminadas a reforzar diferentes efectos beneficiosos en el organismo relacionados con la salud que hagan mejorar las propias CFB, participar de forma activa en las clases y consolidar un adecuado trabajo autónomo por parte del alumnado.
- Aplicar y desarrollar las posibilidades expresivas del cuerpo y valorar el movimiento como medio de comunicación y expresión creativa mediante la aplicación de técnicas de dramatización.
- Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teórico-prácticos del deporte del balonmano, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición.
- Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teórico-prácticos del deporte del Judo, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de oposición.
- Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teórico-prácticos del deporte del atletismo, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas específicas de sus diferentes pruebas y el conocimiento de las

principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices individuales.

- Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante la iniciación a bailes grupales polarizando la atención en el uso de las extremidades, así como en el empleo de juegos y movimientos coreográficos expresivos atendiendo a la relación entre iguales con independencia de su género y mostrando una correcta actitud desinhibida.
- Perfeccionar las habilidades motrices básicas y las cualidades motrices mediante la familiarización con el uso de la comba, descubrir las posibilidades que ofrecen este tipo de actividades en relación a la variedad de saltos (individuales, por parejas o en grupo) así como experimentar con distintos tipos de saltos a la comba y combinaciones que favorezcan una mejora de la salud y la aceptación de sus propias limitaciones en relación con el grado de coordinación.
- Conocer, valorar y practicar, con independencia del nivel alcanzado, diferentes juegos cooperativos, actividades y deportes alternativos como: floorball, korfbal, pinfuvote o baloncodo, atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetando las reglas y mostrando una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.
- Relacionarse con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza, concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y desarrollar actividades de orientación, brújula, acampada y senderismo, fomentando el compañerismo y la igualdad de género en un entorno inestable.
- Conocer e interesarse por los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física, psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).
- Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales.
- Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de educación física, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.
- Desarrollar una base de conocimiento relacionado con elementos que envuelven a la actividad física y el deporte en relación a la fisiología del ejercicio, la biomecánica, los análisis comportamentales mediante las emociones y la historia del deporte.

2.2.5.3.-Objetivos didácticos de 3º ESO

- Perfeccionar las actividades que componen un calentamiento general, desarrollar las del calentamiento específico en base a diferentes modalidades deportivas y conocer diferentes técnicas de relajación y de vuelta al estado de homeostasis del organismo. Ejecutar con autonomía y madurez un calentamiento completo al resto de compañeros.

- Planificar y utilizar con soltura diferentes pruebas y test físicos de evaluación del estado de condición física y control del proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la Actividad Física y la valoración de las posibilidades y limitaciones personales.
- Perfeccionar en el conocimiento sobre las CFB (definición, tipos, características y desarrollo) e investigar sobre aplicaciones al campo del entrenamiento y rendimiento deportivo, iniciarse en el conocimiento de la medición y usos de la frecuencia cardíaca y perfeccionar la aplicabilidad del uso de la intensidad subjetiva del esfuerzo en actividad físico-saludables. Participar de forma activa en las clases y consolidar un adecuado trabajo autónomo.
- Aplicar y desarrollar las posibilidades expresivas del cuerpo y valorar el movimiento como medio de comunicación y expresión creativa mediante la aplicación de técnicas de improvisación y el perfeccionamiento de la dramatización.
- Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del baloncesto y el rugby, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición.
- Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del béisbol, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de oposición.
- Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante la iniciación a bailes latinos, así como en el empleo de juegos y movimientos coreográficos expresivos atendiendo a la relación entre iguales con independencia de su género y mostrando una correcta actitud desinhibida.
- Perfeccionar las habilidades motrices básicas y las cualidades motrices de forma combinada con el movimiento coreográfico como medio de expresión a través de formaciones de acrosport desarrollando la comunicación y el uso de un lenguaje corporal fluido mediante actividades artístico-expresivas.
- Conocer, valorar y practicar, con independencia del nivel alcanzado, diferentes juegos cooperativos, actividades relacionadas con el deporte adaptado con el propósito de concienciarnos con la discapacidad y con el deporte alternativo atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetando las reglas y mostrando una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.
- Relacionarse con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza, concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y perfeccionar actividades de orientación y senderismo, fomentando el compañerismo y la igualdad de género en un entorno inestable.
- Conocer e interesarse por los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física, psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).

- Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales.
- Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de educación física, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.
- Contribuir a la adquisición de una adecuada dieta equilibrada mediante el tratamiento de contenidos teórico-prácticos relacionados con el análisis y la valoración nutricional, profundizar en la diferencia de los componentes del aparato locomotor conociendo de forma concreta los principales músculos, huesos y articulaciones del cuerpo humano, sabiendo diferenciar los tipos de palancas y contracciones, la bioquímica del ejercicio físico y la fisiología deportiva.

2.2.5.4.-Objetivos didácticos de 4º ESO

- Ejecutar de forma autónoma un calentamiento general y específico mediante la utilización de pautas y una variada batería de actividades, tareas y juegos que contribuyan a la elaboración correcta y perfeccionar diferentes técnicas de relajación y de vuelta al estado de homeostasis del organismo.
- Manipular y diseñar con soltura diferentes pruebas y test físicos de evaluación del estado de condición física y control del proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la Actividad Física y la valoración de las posibilidades y limitaciones personales.
- Recordar lo perfeccionado en cursos anteriores sobre el conocimiento de las CFB (definición, tipos, características y desarrollo), utilizar apps tecnológicas específicas como proceso de investigación sobre la mejora en el entrenamiento y el rendimiento deportivo, perfeccionar el conocimiento de la medición y usos de la frecuencia cardiaca y de la aplicabilidad en el uso de la intensidad subjetiva del esfuerzo en actividad físico-saludables. Participar de forma activa en las clases y consolidar un adecuado trabajo autónomo.
- Aplicar y desarrollar las posibilidades comunicativas y expresivas del cuerpo mediante el uso de técnicas creativas que profundizan en el lenguaje no verbal y en el uso de un mayor bagaje motriz con la aplicación en técnicas teatralizadas y en el uso de sombras.
- Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teórico-prácticos del deporte del fútbol-sala, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición.
- Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teórico-prácticos del deporte de la lucha canaria y greco-romana, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de oposición.
- Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos

teóricos-prácticos del deporte del voleibol y deportes de raqueta, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de oposición en cancha dividida.

- Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante la iniciación a bailes de salón, latinos y rock and roll, así como en el empleo de juegos y movimientos coreográficos expresivos atendiendo a la relación entre iguales con independencia de su género y mostrando una correcta actitud desinhibida.
- Profundizar y perfeccionar el desarrollo de las habilidades motrices básicas, genéricas y específicas, junto las cualidades motrices de forma combinada para la adecuada adquisición y dominio del empleo de técnicas circenses y el uso de los malabares.
- Conocer, valorar y practicar, con independencia del nivel alcanzado, diferentes juegos cooperativos, actividades adaptadas y el deporte alternativo del disco volador atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetando las reglas y mostrando una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.
- Relacionarse con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza, concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y perfeccionar actividades de senderismo, kayak y alborismo, fomentando el compañerismo y la igualdad de género en un entorno inestable.
- Conocer e interesarse por los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física, psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).
- Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales.
- Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de educación física, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.
- Conocer y desarrollar conceptos de AF y salud relacionados con la asignatura, profundizar en el entrenamiento deportivo desde diferentes enfoques, incidir en el aparato locomotor, diferenciar los tipos de palancas y contracciones, conocer los principios básicos del control y desarrollo motor, profundizar en el desarrollo de la fisiología del ejercicio y de la psicología deportiva junto a la sociología.

2.2.5.5.-Objetivos didácticos de 1º BACHILLERATO

- Ejecutar con madurez, responsabilidad y autonomía diferentes tipos de calentamiento y de vueltas a la calma en base a diferentes tipos de entrenamientos específicos y modalidades deportivas. Saber diferenciarlos y utilizar una extensa y variada batería de actividades que contribuyan de forma específica al adecuado estado óptimo del organismo.

- Consolidar diferentes pruebas y test físicos de evaluación del estado de condición física y control del proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la Actividad Física y la valoración de las posibilidades y limitaciones personales.
- Las CFB como pilar básico de mejora del rendimiento deportivo. Planificar rutinas de entrenamientos específicos basándose en el uso de los principios y sistemas del entrenamiento deportivo y de los métodos y medios de entrenamiento. Investigar en el uso de apps tecnológicas que contribuyan a mejorar el rendimiento deportivo y perfeccionar sobre lo aprendido en cursos anteriores relacionado con la percepción subjetiva del esfuerzo, los procesos de fatiga-recuperación y la frecuencia cardiaca.
- Perfeccionar las posibilidades comunicativas y expresivas del cuerpo mediante el uso de técnicas creativas que profundizan en el lenguaje no verbal y en el uso de un mayor bagaje motriz con la aplicación en técnicas de clown y magia.
- Afianzar y perfeccionar el dominio de habilidades específicas y destrezas mediante la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del atletismo y el ciclismo, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices individuales.
- Afianzar y perfeccionar el dominio de habilidades específicas y destrezas mediante la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del bádminton, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de oposición en cancha dividida.
- Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante la iniciación a coreografías de sala de gimnasios y bailes callejeros, así como en el empleo de juegos y movimientos coreográficos expresivos atendiendo a la relación entre iguales con independencia de su género y mostrando una correcta actitud desinhibida.
- Perfeccionar, con pretensión de mejora del nivel físico, diferentes juegos cooperativos, actividades adaptadas y deportes alternativos atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetando las reglas y mostrando una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.
- Utilizar el fomento de la creatividad a través de la creación de juegos y deportes propios con materiales auto-construidos base de la unión de modalidades deportivas existentes o de la creación de nuevas modalidades deportivas inexistentes que favorezca la participación cooperativa e integradora mostrando interés por la práctica.
- Cooperar con acciones solidarias en el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza. Concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y perfeccionar actividades de senderismo, kayak y buceo con las que fomentar el compañerismo y la igualdad de género en un entorno inestable y desconocido.
- Experimentar los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física, psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).

- Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales.
- Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de educación física, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.
- Conocer una gran variedad de opciones deportivas como mecanismos de servicios, ya sea a nivel de actividades dirigidas, servicios turísticos, etc., profundizar sobre el uso de recursos deportivos desde la gestión de instalaciones y contribuir al conocimiento como promotores de eventos deportivos y de ocio-activo mediante la ejecución de diferentes propuestas de eventos de centro (festival de navidad, cross atlético y bicicletada).

2.2.6.-Jerarquización horizontal de los objetivos:

Contenido eje	1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO	1º BACH
Calentamiento	Conocer las diferentes partes de la sesión, el nivel de intensidad de las mismas los efectos positivos que implican en el organismo identificando las diferentes actividades que componen un calentamiento general y sabiendo desarrollarlo de forma autónoma.	Diferenciar las partes en las que se divide una sesión, adecuar el organismo al correcto nivel de intensidad y trabajo encomendado en cada parte de sesión, consolidar actividades de un calentamiento general e iniciarse en el calentamiento específico ser capaz de desarrollar un calentamiento general con autonomía al resto de compañeros y consolidar los efectos beneficiosos del calentamiento y v. a la calma.	Perfeccionar las actividades que componen un calentamiento general, desarrollar las del calentamiento específico en base a diferentes modalidades deportivas y conocer diferentes técnicas de relajación y de vuelta al estado de homeostasis del organismo. Ejecutar con autonomía y madurez un calentamiento completo al resto de compañeros.	Ejecutar de forma autónoma un calentamiento general y específico mediante la utilización de pausas y una variada batería de actividades, tareas y juegos que contribuyan a la elaboración correcta y perfeccionar diferentes técnicas de relajación y de vuelta al estado de homeostasis del organismo.	Ejecutar con madurez, responsabilidad y autonomía diferentes tipos de calentamiento y de vueltas a la calma en base a diferentes tipos de entrenamientos específicos y modalidades deportivas. Saber diferenciarlos y utilizar una extensa y variada batería de actividades que contribuyan de forma específica al adecuado estado óptimo del organismo.
Capacidades físicas básicas	-Conocer y saber aplicar pruebas de forma continua para la evaluación del estado de condición física y controlar el proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la Actividad Física y la valoración de las posibilidades y limitaciones personales. -Conocer la definición, tipos y características de las CFB, los efectos beneficiosos en el organismo del desarrollo de las capacidades relacionadas con la salud y desarrollar actividades que fortalezcan la musculatura sostén del organismo mediante ejercicios adecuados y una participación activa y consolidación de un adecuado trabajo autónomo.	-Clasificar y proyectar pruebas y test físicos de evaluación del estado de condición física y controlar el proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la Actividad Física y la valoración de las posibilidades y limitaciones personales. -Consolidar el conocimiento sobre las CFB (definición, tipos, características y desarrollo), atender a la intensidad subjetiva del esfuerzo aplicando actividades encaminadas a reforzar diferentes efectos beneficiosos en el organismo relacionados con la salud que hagan mejorar las propias CFB, participar de forma activa en las clases y consolidar un adecuado trabajo autónomo por parte del alumnado.	-Planificar y utilizar con soltura diferentes pruebas y test físicos de evaluación del estado de condición física y control del proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la Actividad Física y la valoración de las posibilidades y limitaciones personales. -Perfeccionar en el conocimiento sobre las CFB (definición, tipos, características y desarrollo) e investigar sobre aplicaciones al campo del entrenamiento y rendimiento deportivo, iniciarse en el conocimiento de la medición y usos de la frecuencia cardiaca y perfeccionar la aplicabilidad del uso de la intensidad subjetiva del esfuerzo en actividad físico-saludables. Participar de forma activa en las clases y consolidar un adecuado trabajo autónomo.	-Manipular y diseñar con soltura diferentes pruebas y test físicos de evaluación del estado de condición física y control del proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la AF y la valoración de las posibilidades y limitaciones personales. -Recordar lo perfeccionado en cursos anteriores sobre el conocimiento de las CFB (definición, tipos, características y desarrollo), utilizar apps tecnológicas específicas como proceso de investigación sobre la mejora en el entrenamiento y el rendimiento deportivo, perfeccionar el conocimiento de la medición y usos de la FC y de la aplicabilidad en el uso de la intensidad subjetiva del esfuerzo en AF-S. Participar de forma activa en las clases y consolidar un adecuado trabajo autónomo.	-Consolidar diferentes pruebas y test físicos de evaluación del estado de condición física y control del proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la AFy la valoración de las posibilidades y limitaciones personales. -Las CFB como pilar básico de mejora del rendimiento deportivo. Planificar rutinas de entrenamientos específicos basándose en el uso de los principios y sistemas del entrenamiento deportivo y de los métodos y medios de entrenamiento. Investigar en el uso de apps tecnológicas que contribuyan a mejorar el rendimiento deportivo y perfeccionar sobre lo aprendido en cursos anteriores relacionado con la percepción subjetiva del esfuerzo, los procesos de fatiga-recuperación y la frecuencia cardiaca.
Cualidades motrices y habilidades motrices	Conocer y desarrollar las cualidades motrices básicas mediante actividades coordinativas y gimnásticas que impliquen una mejora manipulativa y un fortalecimiento de la musculatura sostén del organismo.	Perfeccionar las habilidades motrices básicas y las cualidades motrices mediante la familiarización con el uso de la comba, descubrir las posibilidades que ofrecen este tipo de actividades en relación a la variedad de saltos (individuales, por parejas o en grupo) así como experimentar con distintos tipos de saltos a la comba y combinaciones que favorezcan una mejora de la salud y la aceptación de sus propias limitaciones en relación con el grado de coordinación.	Perfeccionar las habilidades motrices básicas y las cualidades motrices de forma combinada con el movimiento coreográfico como medio de expresión a través de formaciones de acrosport desarrollando la comunicación y el uso de un lenguaje corporal fluido mediante actividades artístico-expresivas.	Profundizar y perfeccionar el desarrollo de las habilidades motrices básicas, genéricas y específicas, junto las cualidades motrices de forma combinada para la adecuada adquisición y dominio del empleo de técnicas circenses y el uso de las malabares.	

Contenido eje	1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO	1º BACH
Hábitos de vida saludables	Conocer e interesarse por los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física, psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).	Conocer e interesarse por los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física, psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).	Conocer e interesarse por los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física, psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).	Conocer e interesarse por los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física, psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).	Experimentar los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física, psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).
Deportes colectivos	Afianzar el dominio de las habilidades motrices básicas y desarrollar las habilidades motrices genéricas mediante la resolución de diversos problemas motores expuestos en actividades pre-deportivas, iniciación deportiva y juegos lúdico-recreativos.	Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del balonmano, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición.	Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del baloncesto y el rugby, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición.	Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del fútbol-sala y voleibol, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición.	Afianzar y perfeccionar el dominio de habilidades específicas y destrezas mediante la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del bádminton, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de oposición en cancha dividida.
Deportes individuales		Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del atletismo, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas específicas de sus diferentes pruebas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices individuales.			Afianzar y perfeccionar el dominio de habilidades específicas y destrezas mediante la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del atletismo y el ciclismo, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices individuales.
Deportes de oposición		Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del Judo, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de oposición.	Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del béisbol, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de oposición.	Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte de la lucha canaria y greco-romana y de raqueta, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de oposición.	Utilizar el fomento de la creatividad a través de la creación de juegos y deportes propios con materiales auto-construidos base de la unión de modalidades deportivas existentes o de la creación de nuevas modalidades deportivas inexistentes que favorezca la participación cooperativa e integradora mostrando interés por la práctica.
Deportes alternativos Y tradicionales	-Identificar mediante actividades prácticas diferentes juegos y deportes alternativos y mostrar una correcta actitud de participación e interés. -Conocer, valorar y practicar, con independencia del nivel alcanzado, diferentes juegos cooperativos, populares, tradicionales y autóctonos y deportes convencionales como medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetar reglas y establecer relaciones socio-afectivas.	Conocer, valorar y practicar, con independencia del nivel alcanzado, diferentes juegos cooperativos, actividades y deportes alternativos como: floorbal, korfbal, pinfuvote o baloncodo, atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetando las reglas y mostrando una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.	Conocer, valorar y practicar, con independencia del nivel alcanzado, diferentes juegos cooperativos, actividades relacionadas con el deporte adaptado con el propósito de concienciarlos con la discapacidad y con el deporte alternativo atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetando las reglas y mostrando una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.	Conocer, valorar y practicar, con independencia del nivel alcanzado, diferentes juegos cooperativos, actividades adaptadas y el deporte alternativo del disco volador atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetando las reglas y mostrando una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.	Perfeccionar, con pretensión de mejora del nivel físico, diferentes juegos cooperativos, actividades adaptadas y deportes alternativos atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetando las reglas y mostrando una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.

Contenido eje	1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO	1º BACH
Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas	-Descubrir y utilizar las posibilidades expresivas del cuerpo y valorar el movimiento como medio de comunicación y expresión creativa mediante la aplicación de técnicas de desinhibición. -Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante diferentes juegos de danzas y pasos de bailes populares y tradicionales y relacionarse con todos los compañeros independientemente de su género, mostrando actitudes de desinhibición.	-Aplicar y desarrollar las posibilidades expresivas del cuerpo y valorar el movimiento como medio de comunicación y expresión creativa mediante la aplicación de técnicas de dramatización. -Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante la iniciación a bailes grupales polarizando la atención en el uso de las extremidades, así como en el empleo de juegos y movimientos coreográficos expresivos atendiendo a la relación entre iguales con independencia de su género y mostrando una correcta actitud desinhibida.	-Aplicar y desarrollar las posibilidades expresivas del cuerpo y valorar el movimiento como medio de comunicación y expresión creativa mediante la aplicación de técnicas de improvisación y el perfeccionamiento de la dramatización. -Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante la iniciación a bailes latinos, así como en el empleo de juegos y movimientos coreográficos expresivos atendiendo a la relación entre iguales con independencia de su género y mostrando una correcta actitud desinhibida.	-Aplicar y desarrollar las posibilidades comunicativas y expresivas del cuerpo mediante el uso de técnicas creativas que profundizan en el lenguaje no verbal y en el uso de un mayor bagaje motriz con la aplicación en técnicas teatralizadas y en el uso de sombras. -Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante la iniciación a bailes de salón, latinos y rock and roll, así como en el empleo de juegos y movimientos coreográficos expresivos atendiendo a la relación entre iguales con independencia de su género.	-Perfeccionar las posibilidades comunicativas y expresivas del cuerpo mediante el uso de técnicas creativas que profundizan en el lenguaje no verbal y en el uso de un mayor bagaje motriz con la aplicación en técnicas de clown y magia. -Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante la iniciación a coreografías de sala de gimnasios y bailes callejeros, así como en el empleo de juegos y movimientos coreográficos expresivos atendiendo a la relación entre iguales con independencia de su género.
Actividades en el medio natural	-Relacionarse con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza, concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y desarrollar acciones de reconocimiento de señales, rastreos, espacialidad y grandes juegos en la naturaleza. Practicar senderismo y fomentar el compañerismo y la igualdad de género en un medio que genera incertidumbre.	Relacionarse con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza, concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y desarrollar actividades de orientación, brújula, acampada y senderismo, fomentando el compañerismo y la igualdad de género en un entorno inestable.	Relacionarse con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza, concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y perfeccionar actividades de orientación y senderismo, fomentando el compañerismo y la igualdad de género en un entorno inestable.	Relacionarse con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza, concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y perfeccionar actividades de senderismo, kayak y alborismo, fomentando el compañerismo y la igualdad de género en un entorno inestable.	Cooperar con acciones solidarias en el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza. Concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y perfeccionar actividades de senderismo, kayak y buceo con las que fomentar el compañerismo y la igualdad de género en un entorno inestable y desconocido.
Fundamentos y contenidos teóricos	Conocer los fundamentos básicos de la Educación Física entendiendo su idiosincrasia particular y las características que la hacen una materia global e integradora con carácter teórico-práctico, atender a la anatomía básica y a la fisiología del ser humano.	Desarrollar una base de conocimiento relacionado con elementos que envuelven a la actividad física y el deporte en relación a la fisiología del ejercicio, la biomecánica, los análisis comportamentales mediante las emociones y la historia del deporte.	Contribuir a la adquisición de una adecuada dieta equilibrada mediante el tratamiento de contenidos teórico-prácticos relacionado con el análisis y la valoración nutricional, profundizar en la diferencia de los componentes del aparato locomotor conociendo de forma concreta los principales músculos, huesos y articulaciones del cuerpo humano, sabiendo diferenciar los tipos de palancas y contracciones, la bioquímica del ejercicio físico y la fisiología deportiva.	Conocer y desarrollar conceptos de AF y salud relacionados con la asignatura, profundizar en el entrenamiento deportivo desde diferentes enfoques, incidir en el aparato locomotor, diferenciar los tipos de palancas y contracciones, conocer los principios básicos del control y desarrollo motor, profundizar en el desarrollo de la fisiología del ejercicio y de la psicología deportiva junto a la sociología.	Conocer una gran variedad de opciones deportivas como mecanismos de servicios, ya sea a nivel de actividades dirigidas, servicios turísticos, etc., profundizar sobre el uso de recursos deportivos desde la gestión de instalaciones y contribuir al conocimiento como promotores de eventos deportivos y de ocio-activo mediante la ejecución de diferentes propuestas de eventos de centro (festival de Navidad, cross atlético y bicicleta).
Actitudes, valores y norma	-Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales. -Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de educación física, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.	-Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales. -Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de educación física, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.	-Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales. -Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de educación física, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.	-Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales. -Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de educación física, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.	-Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales. -Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de educación física, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.

Tabla 10. Relación de bloques de contenidos con los objetivos de cada curso.

	Calentam.	CFB	Cualidad	Salud	Colectivo	Individual	Oposición	alternativ	Exp. Corp.	M. Natural	Teoría	Valores
1º ESO	X	X	X	X	X			X	X	X	X	X
2º ESO	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
3º ESO	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X
4º ESO	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X
1º BACH	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X

Tabla 11. Relación de contenidos ejes mostrados en la redacción de los objetivos que son trabajados en cada nivel educativo.

2.3.-Contenidos

Los contenidos quedan establecidos por la **Orden ECD 489/2016, de 26 de mayo** para la Comunidad de Aragón, y para cada una de las materias de la etapa educativa de secundaria y **Orden ECD 494/2016, de 26 de mayo** para bachillerato. Se dividen en bloques de contenidos para cada curso escolar. Se debe atender a los contenidos de forma global e integral, abordándolos en las programaciones didácticas de esa forma.

En el Anexo II de la **Orden ECD 489/2016** y la **Orden ECD 494/2016**, para la materia de EF se distinguen 6 bloques de contenidos diferenciados para cada uno de los cursos escolares. Los bloques de contenidos para cada curso siguen el principio de jerarquización horizontal aumentando en complejidad conforme aumentamos en curso educativo. Estos bloques de contenidos se adecuan a la edad y características de los alumnos y son tomados en consideración para el desarrollo de la presente programación didáctica.

Bloque de contenido normativo	Relación de bloques de contenidos con contenidos y niveles Contenido eje	Nivel
Bloque 1. Acciones motrices individuales.	-Condición física I -Habilidades motrices -Fundamentos gimnásticos. Hab. coordinativas	1º ESO
	-Condición física II -Atletismo	2º ESO
	-Condición física III	3º ESO
	-Condición física IV -Malabares	4º ESO
	-Condición física. Autoentrenamiento -Atletismo II -Bicicleta	1º BACH
Bloque 2. Acciones motrices de oposición.	-Actividades dirigidas de gimnasio	
	-Iniciación pre-deportiva	1º ESO
	-Juegos populares y tradicionales -Judo	2º ESO
	-Béisbol -Indiaca	3º ESO
	-Lucha canaria y greco-romana. -Palas	4º ESO
Bloque 3. Acciones motrices de colaboración-oposición.	-Bádminton	1º BACH
	-Juegos recreativos y cooperativos I -Deportes alternativos -Deportes alternativos II	1º ESO
	-Juegos recreativos y cooperativos II -Balonmano -Comba	2º ESO
	-Deportes alternativos III -Floorball	
	-Juegos recreativos y cooperativos III -Baloncesto -Rugby	3º ESO
	-Juegos recreativos y cooperativos IV -Fútbol-sala -Voleibol	4º ESO
	-Disco volado Deportes alternativos IV	

	-Juegos recreativos y cooperativos V -Deportes alternativos	1ºBACH
Bloque 4. Acciones motrices en el medio natural.	-Actividades en el medio natural	1º ESO
	-Actividad física en el medio natural II	2º ESO
	-Actividad física en el medio natural III	3º ESO
	-Actividad física en el medio natural IV	4º ESO
	-Actividad física en el medio natural V	1ºBACH
Bloque 5. Acciones motrices artísticas o expresivas.	-Desinhibición	1º ESO
	-Bailes y danzas tradicionales del mundo	
	-Dramatización	2º ESO
	-Bailes de extremidades y bailes grupales	
	-Improvisación	3º ESO
	-Acrosport	
	-Bailes latinos: bachata y salsa	4º ESO
Bloque 6. Gestión de la vida activa y valores.	-Teatro/sombras	
	-Bailes de salón, latinos y rock and roll	4º ESO
	- Clown/Festival/Magia	1ºBACH
	-Coreografía: Hip Hop y danzas callejeras	
	-Calentamiento general y vuelta a la calma	1º ESO
	-Primeros auxilios	
	-Calentamiento general y específico y vuelta a la calma	2º ESO
	-Calentamiento general-específico y vuelta a la calma.	3º ESO
	-Deporte adaptado.	
	-Calentamiento específico, relajación y masajes	4º ESO
-Calentamiento y vuelta a la calma V	1ºBACH	

Tabla 12. Relación de bloques de contenidos y contenidos ejes a tratar en cada nivel educativo.

1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO	1º BACH
Presentación	Presentación	Presentación	Presentación	Presentación
Juegos recreativos I	Juegos recreativos II	Juegos recreativos III	Juegos recreativos IV	Juegos recreativos V
Evaluación Inicial	Evaluación Inicial	Evaluación Inicial	Evaluación Inicial	Evaluación Inicial
Calentamiento general y vuelta a la calma	Calentamiento general y específico y vuelta a la calma	Calentamiento general-específico y vuelta a la calma	Calentamiento. Trabajo específico. Recuperación: Relajación y masajes	Calentamiento adaptado a rendimiento y mecanismos de recuperación física
Condición Física I	Condición Física II	Condición Física III	Condición Física IV	Condición Física. Auto-entrenamiento
Desinhibición	Dramatización	Improvisación	Teatro/sombras	Clown/Festival/Magia
Iniciación pre-deportiva	Balonmano	Baloncesto	Fútbol sala	Bádminton
Habilidades motrices básicas/Parkour	Atletismo	Rugby	Voleibol	Atletismo
Habilidades gimnásticas	Judo	Acrosport	Lucha canaria y greco-romana	Invencción de un deporte y material auto-construido
Deportes alternativos I	Deportes alternativos III	Deportes adaptados	Deportes alternativos IV	Deportes alternativos V
Juegos populares y tradicionales	Comba	Béisbol	Malabares	Actividades dirigidas: aeróbic, step, zumba, body pum, King boxing
Bailes y danzas tradicionales del mundo	Bailes latinos	Bailes latinos	Bailes de salón y rock and roll	Coreografía: hip hop y danzas callejeras
Deportes alternativos II	Floorball	Indiacas	Disco volador/Palas	Bicicleta
AF medio natural I	AF medio natural II	AF medio natural III	AF medio natural IV	AF medio natural V

Tabla 13. Relación de niveles educativos y contenidos ejes.

2.3.1.-Organización y secuenciación de los contenidos por niveles

2.3.1.1.- Contenidos de Educación Física para 1º ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 1º CONTENIDOS
BLOQUE 1: Acciones motrices individuales	
<p>1.1. Actividades atléticas: correr, lanzar, saltar.</p> <p>1.2. Carreras de velocidad: salida rápida, carrera recta y finalización rápida, Técnica de carrera en velocidad; Carreras de obstáculos: encadenamiento de carrera y paso de obstáculos, salida y encadenamiento del primer obstáculo, rapidez en el final de carrera, ritmo de carrera entre obstáculos; Carreras de relevos: organizarse para entregar el testigo, conservar la velocidad del testigo.</p> <p>1.3. Carrera de larga duración: gestión del ritmo uniforme, regulación del esfuerzo, utilizar herramientas de medida, cálculo de tiempo y distancia, contrato de curso (distancia/tiempo) y técnica de carrera.</p> <p>1.4. Salto de altura: estabilización del pie de impulso, encadenamiento de carrera y de saltos hacia arriba, definición de la zona de impulso; Salto de longitud: diferenciación y encadenamiento de una carrera y de un salto hacia delante a partir de un límite, determinación y uso del pie de batida, organización de una carrera de impulso eficaz, organización de una trayectoria aérea.</p> <p>1.5. Multisaltos: encadenamiento correr-rebotar, estabilización del pie de batida, diferentes tipos de saltos, construcción de una carrera de impulso eficaz (longitud y velocidad), altura-longitud-ritmo de los saltos. Saltos con combas: encadenamientos de diferentes saltos en el sitio, con desplazamiento, etc.</p> <p>1.6. Lanzamientos: determinación del brazo lanzador, diferenciación y adaptación de las formas de lanzamientos en función del objetivo, la finalidad y el espacio de recepción (empuje, rotación, flexión de brazo), trayectorias del objeto, impulso previo de los lanzamientos. Lanzamientos con diferentes implementos. Roles de trabajo: anotador, atleta, cronometrador, juez, etc.</p> <p>1.7. Actividades de natación: estilos, zambullidas, juegos acuáticos, retos acuáticos combinados, salvamento y socorrismo (pruebas combinadas, arrastres de maniquís, nado con obstáculos), etc.</p> <p>1.8. Flotación-equilibrio, respiración-inmersión (control respiratorio, coordinación respiración-acción, apnea), propulsión-resistencias, gestión del esfuerzo en el nado, gestión del ritmo de nado uniforme.</p> <p>1.9. Organización de la actividad: preparación de mochilas para cambio de atuendo, indumentaria, protocolo de accidentes, etc. Roles de trabajo: anotador, nadador, cronometrador, etc.</p> <p>1.10. Actividades gimnásticas (rodar, girar, saltar, equilibrarse, desplazarse, etc.).</p> <p>1.11. Actividades gimnásticas: adaptación a situaciones corporales no habituales que exigen control de su cuerpo en el espacio (volteos, inversiones, etc.), control del riesgo (binomio riesgo-seguridad), priorizar la información a nivel propioceptivo (ayudas como refuerzo), disociación segmentaria, etc.</p> <p>1.12. Acciones gimnásticas prioritarias: desplazamientos (combinación de direcciones y superficies, balanceos, etc.), saltos/volar (minitramp y estructuras), giros (eje longitudinal, volteos adelante y atrás, sobre planos inclinados, etc.), inversiones (pino, tres apoyos, rueda lateral, rondada, etc.), equilibrios (un pie, la vela, etc.), saltos en minitramp, control corporal en los gestos, posturas alineadas, agrupadas, etc.</p> <p>1.13. Normas de seguridad. Movimientos desaconsejados, ayuda de materiales (quitamiedos, colchonetas, etc.), ayudas de compañeros/as, vigilancia de conductas arriesgadas, materiales en buen estado, etc.</p> <p>1.14. Confección de proyectos individuales de elementos para un encadenamiento y respetando las fases de entrada, ejercicio gimnástico y salida con limpieza gestual, pertinencia, comunicatividad e integridad.</p> <p>1.15. Roles de trabajo: anotador, gimnasta, juez, ayudante, etc.</p> <p>1.16. Actividades de patinaje: Patines en línea, patines 2-2, monopatines, patinetes, tablas rodantes, etc.</p> <p>1.17. El patinaje: posición de seguridad (sin y con ayuda de material o compañero), deslizamientos, frenada, giros, cambios de dirección, caer, levantarse, autonomía en colocación de patines. Educación vial.</p> <p>1.18. Encadenamiento de acciones en un recorrido combinando: deslizamiento con pies paralelos, curvas de slalom, pasar túneles, salto obstáculos, equilibrio sobre un patín, curvas y cruces, figuras, etc.</p> <p>1.19. Roles de trabajo: anotador, patinador, juez, ayudante, etc.</p> <p>1.20. Proyectos de curso o centro común al bloque de contenidos: visita de deportistas de las actividades que vamos a practicar, jornadas atléticas, carreras solidarias, demostraciones gimnásticas, etc.</p>	

Tabla 14. Bloque de contenidos normativos número 1 de la materia de Educación Física para 1º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 1º CONTENIDOS:
BLOQUE 2: Acciones motrices de oposición	
<p>Este tipo de prácticas exige a los protagonistas el leer o decodificar la conducta motriz, observar las características y anticipar las intenciones del adversario, dicha exigencia requiere de observación, anticipación y ajuste. Al mismo tiempo se necesita que nuestro adversario no decodifique nuestra conducta motriz y para ello tenemos que enviarle mensajes confusos y de difícil lectura. En esta etapa los alumnos desarrollarán la táctica de juego al tiempo que adquieren los fundamentos de algunas de las técnicas de las actividades elegidas.</p> <p>2.1. Actividades de lucha con distancia casi nula: juegos de contacto corporal, juegos de lucha, juegos de oposición, judo suelo, judo, lucha greco-romana, lucha libre, etc.</p> <p>2.2. La contra-comunicación se basa en el equilibrio y desequilibrio, la aproximación corporal, los empujes y tracciones, fijar e inmovilizar, volcar, caer, derribar y proyectar.</p> <p>2.3. Actividades de lucha con distancia de guardia 1 a 3 metros con o sin implemento. Incluimos aquí esgrima, kendo, karate, taekwondo...</p> <p>2.4. En este caso la contra-comunicación se basa en tocar, golpear, esquivar y cobran vital importancia los desplazamientos y el trabajo de acción y reacción, ataque y contraataque.</p> <p>2.5. Las actividades de lucha conllevan la necesidad de autocontrol ante el contacto físico y un estricto respeto a las reglas y a la integridad del oponente.</p> <p>2.6. Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, cronometrador, evaluador, experto, etc. Proyectos de curso o centro: visita de deportistas, torneos, juegos de retos, etc.</p> <p>2.7. Actividades de cancha dividida de red: mini tenis, bádminton, raquetas, indiacca, tenis de mesa, padel, juegos predeportivos de cancha dividida, etc.</p> <p>2.8. Actividades de cancha dividida de muro: pelota mano, frontenis, pala corta y larga, squash, juegos de frontón...</p> <p>2.9. La contra-comunicación se basa en la anticipación perceptiva, prever la intención del adversario y la posible trayectoria y velocidad del móvil. Se requiere el dominio de los desplazamientos para situarse detrás del móvil con una posición estable, etc.; el dominio del implemento y del golpeo, tipos de golpeo, efectos y secuencias de intercambio.</p> <p>2.10. Para mejorar en estas actividades debemos también realizar trabajo en el espacio propio (lugares centrales de referencia, movilidad constante, organización del espacio en situaciones de dobles, etc.) y trabajo en el espacio adverso (alternancia táctica, algoritmo de ataque, adaptación a la situación de fuerzas, zonas de interferencia en situaciones de dobles, etc.).</p> <p>2.11. Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, evaluador, experto, etc.</p> <p>2.12. Proyectos de curso o centro: visita de jugadores de alguna modalidad como tenis o bádminton, torneos, open del colegio con diferentes modalidades, etc.</p>	

Tabla 15. Bloque de contenidos normativos número 2 de la materia de Educación Física para 1º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 1º
BLOQUE 3: Acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición	
CONTENIDOS:	
3.1. Actividades de cooperación: actividades adaptadas del mundo del circo (acrobacias o malabares en grupo), juegos tradicionales (comba, torres humanas, etc.), los juegos cooperativos, los desafíos físicos cooperativos, los relevos, etc.	
3.2. Ajuste de la motricidad a la de los demás, sincronización de acciones, utilización común de estrategias básicas de juego (anticipación), práctica de actividades cooperativas que supongan un esfuerzo conjunto, establecimiento de proyectos de acción colectivos, cooperación con compañeros para conseguir un objetivo común, construcción de reglas cooperativas.	
3.3. Roles de trabajo: controlador, jugadores, árbitro, etc.	
3.4. Proyectos de curso o centro: desafíos cooperativos, jornadas de juegos para todos (sensibilización e integración de la discapacidad), etc.	
3.5. Actividades de colaboración-oposición: Juegos y deportes alternativos y recreativos, algunos juegos tradicionales y autóctonos, juegos de estrategia, deportes adaptados y emergentes (kin-ball, datchball, colpbol, touchball, etc.), juegos y deportes colectivos modificados basados en la comprensión (Teaching Games for Understanding-TGfU) como los juegos y deportes de bate y carrera (béisbol, entre otros), los juegos y deportes de cancha dividida (voleibol, entre otros) y los juegos y deportes de invasión (como hockey, baloncesto, korfbal, balonmano, rugby, fútbol, entre otros), desarrollar iniciativas pedagógicas dentro del modelo de educación deportiva (Sport Education-SE).	
3.6. Aspectos técnicos, tácticos y del reglamento de al menos una modalidad de colaboración-oposición diferente a las realizadas en años anteriores. Conservación/recuperación del balón, progresión hacia la meta contraria/evitación de la progresión hacia la meta propia, alternancia táctica entre la defensa y el ataque, aplicación del repertorio de acciones motrices como portador y no portador del móvil (pelota) en ataque y en defensa, puesta en práctica del algoritmo de ataque, puesta en práctica del algoritmo de defensa, reducción e incremento del espacio y la duración del juego, creación de un desequilibrio a su favor, reducción de la incertidumbre elaborando y utilizando estrategias de acción colectiva de ataque y defensa (contraataque y repliegue), ajuste de las conductas para hacerlas más eficaces (anticipar, actuar rápido, cambiar de ritmo, etc.), etc.	
3.7. Roles de trabajo: anotador, jugadores, árbitro, entrenador, afición, prensa, etc.	
3.8. Proyectos de curso o centro: visita de equipos y/o jugadores, torneos de clases, torneos de curso, torneos de equipos configurados con alumnos de diferentes cursos, etc.	

Tabla 16. Bloque de contenidos normativos número 3 de la materia de Educación Física para 1º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 1º
BLOQUE 4: Acciones motrices en el medio natural	
CONTENIDOS:	
4.1. Actividades en el medio natural: el senderismo, la marcha nórdica, las rutas en BTT, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza, actividades en la nieve (esquí nórdico, alpino, raquetas (y otras modalidades), la trepa (que puede evolucionar hacia la escalada), etc.	
4.2. Adopción de una motricidad adaptada y específica para ajustarse a un medio variado y, a veces, variable (natural o reproducido) y para manejar instrumentos, vehículos o materiales que produzcan problemas de equilibrio; toma de informaciones y referencias pertinentes para construir un desplazamiento razonado y reflexionado; familiarización con materiales soporte (mapas, etc.); gestión y regulación de la energía con el fin de llegar a buen término una actividad en el medio natural con economía y eficacia; funcionamiento como grupo en una salida en el medio natural; principios de seguridad activa y pasiva; características de las rutas según MIDE; progresión en los espacios de la actividad, etc.	
4.3. Trepa: tres apoyos, el centro de gravedad pegado a la pared, etc. Espacios de trabajo: escenarios con planos inclinados, espalderas, rocódromos, etc.	
4.4. Esquí nórdico: aprendizajes para actuar del estilo clásico (paso alternativo, paso de subida, paso empuja, posición de bajada y cuña, paso combinado), regulación del esfuerzo en la actividad y aprendizajes para gestionar una práctica autónoma (uso de instalaciones y espacios, seguridad pasiva y activa, autonomía en la gestión del material).	
4.5. BTT: Uso de los cambios de manera autónoma para adaptarse a las particularidades del terreno, acciones específicas para adaptarse a las condiciones de la ruta (retos variados en formato taller como zig-zag, trébol, taller de los lentos, juegos de equilibrio, el limbo, etc.), educación vial, principios de seguridad activa (comportamiento en ruta) y pasiva (cuidado y mantenimiento básico), indumentaria (casco, guantes, gafas, culote, etc.), funcionamientos como grupo en las salidas, etc.	
4.6. Orientación: conocimiento del plano, localización de puntos, orientación del plano, seguimiento de trayectorias, ataque a la baliza, uso de brújula, etc.	
4.7. Roles de trabajo: anotador, participante, cronometrador, asegurador, guía, etc.	
4.8. Organización de las actividades: determinación de límites espaciales y temporales de las actividades/situaciones, anticipación de permisos oportunos, vigilancia de la climatología, preparación de mochilas dependiendo si son salidas cortas o largas, indumentaria apropiada, protocolo de accidentes, préstamo entre alumnado de material, realización previa de la ruta (confeccionar una presentación para informar de la ruta -ir sin ir-, planificación paradas...), etc.	
4.9. Proyectos de curso o centro: Con la bici al instituto o a una actividad. Parques activos. Grupos de medio natural del centro. Preparación y realización de un proyecto de acción en el medio natural (excursiones, acampadas, cicloturismo, orientación, esquí nórdico, vías verdes, etc.) de acuerdo con las posibilidades del alumnado, del centro y respetando los principios de seguridad activa y pasiva. Realización de actividades que combinan prácticas físicas (por ejemplo: la orientación y BTT, el Tree-Athlon (carrera de larga duración-BTT-plantar y apadrinar un árbol), el esquí nórdico y alpino, senderismo con raquetas de nieve, la orientación, etc.) y que conlleva la preparación previa de esa tarea (cuadernos de campo, etc.), con una relación explícita con otras áreas para enriquecer el proyecto, etc.	

Tabla 17. Bloque de contenidos normativos número 4 de la materia de Educación Física para 1º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA

Curso: 1º

BLOQUE 5: Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas

CONTENIDOS:

- 5.1. Actividades con intenciones artísticas o expresivas: Prácticas teatrales (juego expresivo, juego simbólico y juego dramático, mimo, clown, teatro de sombras, match de improvisación, etc.); Prácticas rítmicas o coreografiadas (juegos bailados, danzas lúdicas, danza creativa, danzas urbanas, danza improvisación, bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, bailes de salón, coreografías grupales, etc.); Prácticas teatrales y rítmicas o coreografiadas danzadas (danza clásica, danza moderna, danza contemporánea, danzas folclóricas, danzas étnicas, musicales, etc.); Composiciones estéticas (iconografía, acrosport, habilidades circenses, etc.); Actividades físicas estéticas (danza clásica o ballet, gimnasia rítmica deportiva, natación sincronizada, etc.); Actividades sociales estandarizadas (bailes de salón y bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, etc.).
- 5.2. Motricidad expresiva (puesta en práctica de la movilización corporal, utilización del espacio, estructuración del tiempo, movilización de la energía y calidades del movimiento, puesta en práctica de las relaciones entre actores), simbolización (convertir las imágenes mentales o no en movimiento, función poética del movimiento, etc.) y comunicación (gestión de la mirada, relación entre los que danzan, relación entre éstos y los espectadores, etc.).
- 5.3. Fases del proceso creativo: solicitud a partir de un inductor, diversidad/variedad, enriquecimiento, elección individual o colectiva, producción y presentación ante los demás.
- 5.4. Recursos para las danzas y bailes en el centro: banco de danzas y bailes del mundo en páginas web especializadas (ejemplo: danzas del mundo)
- 5.5. Roles de trabajo: actor, coreógrafo, espectador, etc.
- 5.6. Proyectos de curso o centro: mostrar a otros cursos o compañeros/as las producciones, festivales de curso (invierno, etc.) o temáticos, conmemoraciones, exhibiciones, flashmob de centro, lipdub, posters fotográficos, proyectos interdisciplinares con educación artística (u otras áreas), etc.

Tabla 18. Bloque de contenidos normativos número 5 de la materia de Educación Física para 1º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA

Curso: 1º

BLOQUE 6: Gestión de la vida activa y valores

CONTENIDOS:

- 6.1. Conciencia de los efectos producidos tras la realización de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como medios de utilización adecuada del tiempo de ocio.
- 6.2. Medidas de seguridad en la práctica de actividad física y uso correcto de materiales y espacios.
- 6.3. Primeros auxilios: Protocolo de actuación básico ante un accidente; Método R.I.C.E. Reanimación cardiopulmonar básica (RCP) y maniobra de Heimlich; Prevención de lesiones; Lesiones más frecuentes relacionadas con las diferentes prácticas.
- 6.4. Relación de la actividad física con la salud y el bienestar. Adopción de hábitos posturales correctos.
- 6.5. Análisis y conciencia crítica de sus propios niveles de práctica de actividad física: sedentario, ligero, moderado, intenso; Grado de cumplimiento de las recomendaciones de práctica de actividad física.
- 6.6. Sistemas orgánico-funcionales relacionados con la actividad física: estructura y función; Respuestas del organismo y adaptaciones a la práctica sistemática.
- 6.7. Deporte como fenómeno sociocultural. Deporte adaptado. Juegos sensibilizadores e integradores.
- 6.8. Los valores en la actividad física y el deporte. Valores personales y sociales (trabajo en equipo, juego limpio, deportividad, respeto, superación, esfuerzo,...)
- 6.9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, de la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas.
- 6.10. Conciencia crítica ante las conductas surgidas durante la práctica de actividad física y que pueden ser generadoras de conflictos.
- 6.11. Utilización del diálogo y las normas básicas de comunicación social para la solución de conflictos.
- 6.12. Interés por participar en todas las tareas y valoración del esfuerzo personal en la actividad física.
- 6.13. Aceptación y respeto hacia las normas y reglas que participan en las diferentes situaciones didácticas.
- 6.14. Adquisición de hábitos de cuidado e higiene corporal.
- 6.15. Alimentación saludable, dieta equilibrada, balance energético, hidratación,...
- 6.16. Calentamiento (sus tipos) y vuelta a la calma.
- 6.17. Condición física: Acondicionamiento físico; Métodos y sistemas de desarrollo de las capacidades físicas; Uso de la frecuencia cardiaca y respiratoria como indicadores del esfuerzo, etc.
- 6.18. Relajación: juegos, técnicas de respiración, tensión-relajación muscular, yoga,...
- 6.19. Tecnología de la información y la comunicación: Recursos y aplicaciones informáticas como herramientas de aprendizaje (blogs colaborativos, cuadernos interactivos, etc.)

Tabla 19. Bloque de contenidos normativos número 6 de la materia de Educación Física para 1º curso de ESO.

2.3.1.2.- Contenidos de Educación Física para 2º ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 2º CONTENIDOS
BLOQUE 1: Acciones motrices individuales	
<p>1.1. Actividades atléticas: correr, lanzar, saltar.</p> <p>1.2. Carreras de velocidad: salida rápida, carrera recta y finalización rápida, Técnica de carrera en velocidad; Carreras de obstáculos: encadenamiento de carrera y paso de obstáculos, salida y encadenamiento del primer obstáculo, rapidez en el final de carrera, ritmo de carrera entre obstáculos; Carreras de relevos: organizarse para entregar el testigo, conservar la velocidad del testigo.</p> <p>1.3. Carrera de larga duración: gestión del ritmo uniforme, regulación del esfuerzo, utilizar herramientas de medida, cálculo de tiempo y distancia, contrato individual o colectivo y técnica de carrera.</p> <p>1.4. Salto de altura: estabilización del pie de impulso, encadenamiento de carrera y de saltos hacia arriba, definición de la zona de impulso; Salto de longitud: diferenciación y encadenamiento de una carrera y de un salto hacia delante a partir de un límite, determinación y uso del pie de batida, organización de una carrera de impulso eficaz, organización de una trayectoria aérea.</p> <p>1.5. Multisaltos: encadenamiento correr-rebotar, estabilización del pie de batida, diferentes tipos de saltos, construcción de una carrera de impulso eficaz (longitud y velocidad), altura-longitud-ritmo de los saltos. Saltos con combas: encadenamientos de diferentes saltos en el sitio, con desplazamiento, etc.</p> <p>1.6. Lanzamientos: determinación del brazo lanzador, diferenciación y adaptación de las formas de lanzamientos en función del objetivo, la finalidad y el espacio de recepción (empuje, rotación, flexión de brazo), trayectorias del objeto, impulso previo de los lanzamientos. Lanzamientos con diferentes implementos. Roles de trabajo: anotador, atleta, cronometrador, juez, etc.</p> <p>1.7. Actividades de natación: estilos, zambullidas, juegos acuáticos, retos acuáticos combinados, salvamento y socorrismo (pruebas combinadas, arrastres de maniqués, nado con obstáculos), etc.</p> <p>1.8. Flotación-equilibrio, respiración-inmersión (control respiratorio, coordinación respiración-acción, apnea), propulsión-resistencias, gestión del esfuerzo en el nado, gestión del ritmo de nado uniforme.</p> <p>1.9. Organización de la actividad: preparación de mochilas para cambio de atuendo, indumentaria, protocolo de accidentes, etc. Roles de trabajo: anotador, nadador, cronometrador, etc.</p> <p>1.10. Actividades gimnásticas (rodar, girar, saltar, equilibrarse, desplazarse, etc.).</p> <p>1.11. Actividades gimnásticas: adaptación a situaciones corporales no habituales que exigen control de su cuerpo en el espacio (volteos, inversiones, etc.), control del riesgo (binomio riesgo-seguridad), priorizar la información a nivel propioceptivo (ayudas como refuerzo), disociación segmentaria, etc.</p> <p>1.12. Acciones gimnásticas prioritarias: desplazamientos (combinación de direcciones y superficies, balanceos, etc.), saltos/volar (minitramp.), giros (eje longitudinal, volteos adelante y volteos atrás, sobre planos inclinados, etc.), inversiones (pino, tres apoyos, rueda lateral, rondada, etc.), equilibrios (un pie, la vela, etc.), saltos en minitramp, control corporal en los gestos, posturas alineadas, posturas agrupadas, etc.</p> <p>1.13. Normas de seguridad. Movimientos desaconsejados, ayuda de materiales para facilitar acciones (planos, quitamiedos, colchonetas, rodillos, etc.), ayudas de compañeros/as, vigilancia de conductas arriesgadas y osadas, materiales en buen estado, etc.</p> <p>1.14. Confección de proyectos de número variable para un encadenamiento y respetando las fases de entrada, ejercicio gimnástico y salida con limpieza gestual, pertinencia, comunicatividad e integridad.</p> <p>1.15. Roles de trabajo: anotador, gimnasta, juez, ayudante, etc.</p> <p>1.16. Actividades de patinaje: Patines en línea, patines 2-2, monopatines, patinetes, tablas rodantes, etc.</p> <p>1.17. El patinaje: posición de seguridad (sin y con ayuda de material o compañero/a), deslizamientos (paso patinador, etc.), frenada, giros, cambios de dirección, aprender a caer, levantarse, autonomía en ponerse y quitarse los patines, conservación básica. Educación vial.</p> <p>1.18. Encadenamiento de acciones en un recorrido combinando: deslizamiento con pies paralelos, curvas de slalom, pasar túneles, salto obstáculos, equilibrio sobre un patín, curvas y cruces, figuras, etc.</p> <p>1.19. Roles de trabajo: anotador, patinador, juez, ayudante, etc. Proyectos común al bloque de contenidos: visita de deportistas, jornadas atléticas, carreras solidarias, demostraciones gimnásticas, etc.</p>	

Tabla 20. Bloque de contenidos normativos número 1 de la materia de Educación Física para 2º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 2º CONTENIDOS
BLOQUE 2: Acciones motrices de oposición	
<p>Este tipo de prácticas exige a los protagonistas el leer o decodificar la conducta motriz, observar las características y anticipar las intenciones del adversario, dicha exigencia requiere de observación, anticipación y ajuste. Al mismo tiempo se necesita que nuestro adversario no decodifique nuestra conducta motriz y para ello tenemos que enviarle mensajes confusos y de difícil lectura. En esta etapa los alumnos desarrollarán la táctica de juego al tiempo que adquieren los fundamentos de algunas de las técnicas de las actividades elegidas.</p> <p>2.1. Actividades de lucha con distancia casi nula: juegos de contacto corporal, juegos de lucha, juegos de oposición, judo suelo, judo, lucha greco-romana, lucha libre, etc.</p> <p>2.2. La contra-comunicación se basa en el equilibrio y desequilibrio, la aproximación corporal, los empujes y tracciones, fijar e inmovilizar, volcar, caer, derribar y proyectar.</p> <p>2.3. Actividades de lucha con distancia de guardia 1 a 3 metros con o sin implemento. Incluimos aquí esgrima, kendo, karate, taekwondo...</p> <p>2.4. En este caso la contra-comunicación se basa en tocar, golpear, esquivar y cobran vital importancia los desplazamientos y el trabajo de acción y reacción, ataque y contraataque.</p> <p>2.5. Las actividades de lucha conllevan la necesidad de autocontrol ante el contacto físico y un estricto respeto a las reglas y a la integridad del oponente.</p> <p>2.6. Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, cronometrador, evaluador, experto, etc.</p> <p>2.7. Proyectos de curso o centro: visita de deportistas, torneos, juegos de retos, etc.</p> <p>2.8. Actividades de cancha dividida de red: mini tenis, bádminton, raquetas, indiana, tenis de mesa, padel, juegos predeportivos de cancha dividida, etc.</p> <p>2.9. Actividades de cancha dividida de muro: pelota mano, frontenis, pala corta y larga, squash, juegos de frontón,...</p> <p>2.10. La contra-comunicación se basa en la anticipación perceptiva, prever la intención del adversario y la posible trayectoria y velocidad del móvil. Se requiere el dominio de los desplazamientos para situarse detrás del móvil con una posición estable, etc.; el dominio del implemento y del golpeo, tipos de golpeo, efectos y secuencias de intercambio.</p> <p>2.11. Para mejorar en estas actividades debemos también realizar trabajo en el espacio propio (lugares centrales de referencia, movilidad constante, organización del espacio en situaciones de dobles, etc.) y trabajo en el espacio adverso (alternancia táctica, algoritmo de ataque, adaptación a la situación de fuerzas, zonas de interferencia en situaciones de dobles, etc.).</p> <p>2.12. Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, evaluador, experto, etc.</p> <p>2.13. Proyectos de curso o centro: visita de jugadores de alguna modalidad como tenis o bádminton, torneos, open del colegio con diferentes modalidades, etc.</p>	

Tabla 21. Bloque de contenidos normativos número 2 de la materia de Educación Física para 2º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 2º
BLOQUE 3: Acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición	
CONTENIDOS:	
3.1. Actividades de cooperación: actividades adaptadas del mundo del circo (acrobacias o malabares en grupo), juegos tradicionales (comba, torres humanas, etc.), los juegos cooperativos, los desafíos físicos cooperativos, los relevos, etc.	
3.2. Ajuste de la motricidad a la de los demás, sincronización de acciones, utilización común de estrategias básicas de juego (anticipación), práctica de actividades cooperativas que supongan un esfuerzo conjunto, establecimiento de proyectos de acción colectivos, cooperación con compañeros para conseguir un objetivo común, construcción de reglas cooperativas.	
3.3. Roles de trabajo: controlador, jugadores, árbitro, etc.	
3.4. Proyectos de curso o centro: desafíos cooperativos, jornadas de juegos para todos (sensibilización e integración de la discapacidad), etc.	
3.5. Actividades de colaboración-oposición: Juegos y deportes alternativos y recreativos, algunos juegos tradicionales y autóctonos, juegos en grupo, juegos de estrategia, deportes adaptados y emergentes (kin-ball, datchball, colpbol, touchball, etc.), juegos y deportes colectivos modificados basados en la comprensión (Teaching Games for Understanding-TGfU) como los juegos y deportes de bate y carrera (béisbol, entre otros), los juegos y deportes de cancha dividida (voleibol, entre otros) y los juegos y deportes de invasión (como hockey, baloncesto, korfbal, balonmano, rugby, fútbol, entre otros), desarrollar iniciativas pedagógicas dentro del modelo de educación deportiva (Sport Education-SE).	
3.6. Aspectos técnicos, tácticos y del reglamento de al menos una modalidad de colaboración-oposición diferente a las realizadas en años anteriores. Conservación/recuperación del balón, progresión hacia la meta contraria/evitación de la progresión hacia la meta propia, alternancia táctica entre la defensa y el ataque, aplicación del repertorio de acciones motrices como portador y no portador del móvil (pelota) en ataque y en defensa, puesta en práctica del algoritmo de ataque, puesta en práctica del algoritmo de defensa, reducción e incremento del espacio y la duración del juego, creación de un desequilibrio a su favor, reducción de la incertidumbre elaborando y utilizando estrategias de acción colectiva de ataque y defensa (contraataque y repliegue), ajuste de las conductas para hacerlas más eficaces (anticipar, actuar rápido, cambiar de ritmo, etc.), etc.	
3.7. Roles de trabajo: anotador, jugadores, árbitro, entrenador, afición, prensa, etc.	
3.8. Proyectos de curso o centro: visita de equipos y/o jugadores, torneos de clases, torneos de curso, torneos de equipos configurados con alumnos de diferentes cursos, etc.	

Tabla 22. Bloque de contenidos normativos número 3 de la materia de Educación Física para 2º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 2º
BLOQUE 4: Acciones motrices en el medio natural	
CONTENIDOS:	
4.1. Actividades en el medio natural: el senderismo, la marcha nórdica, las rutas en BTT, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza, actividades en la nieve (esquí nórdico, alpino, raquetas (y otras modalidades), la trepa (que puede evolucionar hacia la escalada), etc.	
4.2. Adopción de una motricidad adaptada y específica para ajustarse a un medio variado y, a veces, variable (natural o reproducido) y para manejar instrumentos, vehículos o materiales que produzcan problemas de equilibrio; toma de informaciones y referencias pertinentes para construir un desplazamiento razonado y reflexionado; familiarización con materiales soporte (mapas, etc.); gestión y regulación de la energía con el fin de llegar a buen término una actividad en el medio natural con economía y eficacia; funcionamiento como grupo en una salida en el medio natural; principios de seguridad activa y pasiva; características de las rutas según MIDE; progresión en los espacios de la actividad, etc.	
4.3. Trepa: tres apoyos, el centro de gravedad pegado a la pared, etc. Espacios de trabajo: escenarios con planos inclinados, espalderas, rocódromos, etc.	
4.4. Esquí nórdico: aprendizajes para actuar del estilo clásico (paso alternativo, paso de subida, paso empuja, posición de bajada y cuña, paso combinado), regulación del esfuerzo en la actividad y aprendizajes para gestionar una práctica autónoma (uso de instalaciones y espacios, seguridad pasiva y activa, autonomía en la gestión del material).	
4.5. BTT: Uso de los cambios de manera autónoma para adaptarse a las particularidades del terreno, acciones específicas para adaptarse a las condiciones de la ruta (retos variados en formato taller como zig-zag, trébol, taller de los lentos, juegos de equilibrio, el limbo, etc.), educación vial, principios de seguridad activa (comportamiento en ruta) y pasiva (cuidado y mantenimiento básico), indumentaria (casco, guantes, gafas, culote, etc.), funcionamientos como grupo en las salidas, etc.	
4.6. Orientación: conocimiento del plano, localización de puntos, orientación del plano, seguimiento de trayectorias, ataque a la baliza, uso de brújula, etc.	
4.7. Roles de trabajo: anotador, participante, cronometrador, asegurador, guía, etc.	
4.8. Organización de las actividades: determinación de límites espaciales y temporales de las actividades/situaciones, anticipación de permisos oportunos, vigilancia de la climatología, preparación de mochilas dependiendo si son salidas cortas o largas, indumentaria apropiada, protocolo de accidentes, préstamo entre alumnado de material, realización previa de la ruta (confeccionar una presentación para informar de la ruta -ir sin ir-, planificación paradas...), etc.	
4.9. Proyectos de curso o centro: Con la bici al instituto o a una actividad. Parques activos. Grupos de medio natural del centro. Preparación y realización de un proyecto de acción en el medio natural (excursiones, acampadas, cicloturismo, orientación, esquí nórdico, vías verdes, etc.) de acuerdo con las posibilidades del alumnado, del centro y respetando los principios de seguridad activa y pasiva. Realización de actividades que combinan prácticas físicas (por ejemplo: la orientación y BTT, el Tree-Athlon (carrera de larga duración-BTT-plantar y apadrinar un árbol), el esquí nórdico y alpino, senderismo con raquetas de nieve, la orientación, etc.) y que conlleva la preparación previa de esa tarea (cuadernos de campo, etc.), con una relación explícita con otras áreas para enriquecer el proyecto. etc.	

Tabla 23. Bloque de contenidos normativos número 4 de la materia de Educación Física para 2º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 2º
BLOQUE 5: Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas	
CONTENIDOS:	
5.1. Actividades con intenciones artísticas o expresivas: Prácticas teatrales (juego expresivo, juego simbólico y juego dramático, mimo, clown, teatro de sombras, match de improvisación, etc.); Prácticas rítmicas o coreografiadas (juegos bailados, danzas lúdicas, danza creativa, danzas urbanas, danza improvisación, bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, bailes de salón, coreografías grupales, etc.); Prácticas teatrales y rítmicas o coreografiadas danzadas (danza clásica, danza moderna,, danza contemporánea, danzas folclóricas, danzas étnicas, musicales, etc.); Composiciones estéticas (iconografía, acrosport, habilidades circenses, etc.); Actividades físicas estéticas (danza clásica o ballet, gimnasia rítmica deportiva, natación sincronizada,, etc.); Actividades sociales estandarizadas (bailes de salón y bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, etc.).	
5.2. Motricidad expresiva (puesta en práctica de la movilización corporal, utilización del espacio, estructuración del tiempo, movilización de la energía y calidades del movimiento, puesta en práctica de las relaciones entre actores), simbolización (convertir las imágenes mentales o no en movimiento, función poética del movimiento, etc.) y comunicación (gestión de la mirada, relación entre los que danzan, relación entre éstos y los espectadores, etc.).	
5.3. Fases del proceso creativo: solicitud a partir de un inductor, diversidad/variedad, enriquecimiento, elección individual o colectiva, producción y presentación ante los demás.	
5.4. Recursos para las danzas y bailes en el centro: banco de danzas y bailes del mundo en páginas web especializadas (ejemplo: danzas del mundo)	
5.5. Roles de trabajo: actor, coreógrafo, espectador, etc.	
5.6. Proyectos de curso o centro: mostrar a otros cursos o compañeros/as las producciones, festivales de curso (invierno, etc.) o temáticos, conmemoraciones, exhibiciones, flashmob de centro, lipdub, posters fotográficos, proyectos interdisciplinares con educación artística (u otras áreas), etc.	

Tabla 24. Bloque de contenidos normativos número 5 de la materia de Educación Física para 2º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 2º
BLOQUE 6: Gestión de la vida activa y valores	
CONTENIDOS:	
6.1. Conciencia de los efectos producidos tras la realización de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como medios de utilización adecuada del tiempo de ocio. Medidas de seguridad en la práctica de actividad física y uso correcto de materiales y espacios.	
6.2. Primeros auxilios: Protocolo de actuación básico ante un accidente; Método R.I.C.E. Reanimación cardiopulmonar básica (RCP) y maniobra de Heimlich; Prevención de lesiones; Lesiones más frecuentes relacionadas con las diferentes prácticas.	
6.3. Relación de la actividad física con la salud y el bienestar. Adopción de hábitos posturales correctos.	
6.4. Análisis y conciencia crítica de sus propios niveles de práctica de actividad física: sedentario, ligero, moderado, intenso; Grado de cumplimiento de las recomendaciones de práctica de actividad física. Sistemas orgánico-funcionales relacionados con la actividad física: estructura y función; Respuestas del organismo y adaptaciones a la práctica sistemática.	
6.5. Deporte como fenómeno sociocultural. Deporte adaptado. Juegos sensibilizadores e integradores.	
6.6. Los valores en la actividad física y el deporte. Valores personales y sociales (trabajo en equipo, juego limpio, deportividad, respeto, superación, esfuerzo...)	
6.7. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, de la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas.	
6.8. Conciencia crítica ante las conductas surgidas durante la práctica de actividad física y que pueden ser generadoras de conflictos.	
6.9. Utilización del diálogo y las normas básicas de comunicación social para la solución de conflictos.	
6.10. Interés por participar en todas las tareas y valoración del esfuerzo personal en la actividad física.	
6.11. Aceptación y respeto hacia las normas y reglas que participan en las diferentes situaciones didácticas.	
6.12. Adquisición de hábitos de cuidado e higiene corporal.	
6.13. Alimentación saludable, dieta equilibrada, balance energético, hidratación...	
6.14. Calentamiento (sus tipos) y vuelta a la calma.	
6.15. Condición física: Acondicionamiento físico; Métodos y sistemas de desarrollo de las capacidades físicas; Uso de la frecuencia cardiaca y respiratoria como indicadores del esfuerzo, etc.	
6.16. Relajación: juegos, técnicas de respiración, tensión-relajación muscular, yoga...	
6.17. Tecnología de la información y la comunicación: Recursos y aplicaciones informáticas como herramientas de aprendizaje (blogs colaborativos, cuadernos interactivos, etc.)	

Tabla 25. Bloque de contenidos normativos número 6 de la materia de Educación Física para 2º curso de ESO.

2.3.1.3.- Contenidos de Educación Física para 3º ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 3º CONTENIDOS
BLOQUE 1: Acciones motrices individuales	
<p>1.1. Actividades atléticas: correr, lanzar, saltar.</p> <p>1.2. Carreras de velocidad: salida rápida, carrera recta y finalización rápida, Técnica de carrera en velocidad; Carreras de obstáculos: encadenamiento de carrera y paso de obstáculos, salida y encadenamiento del primer obstáculo, rapidez en el final de carrera, ritmo de carrera entre obstáculos; Carreras de relevos: organizarse para entregar el testigo, conservar la velocidad del testigo.</p> <p>1.3. Carrera de larga duración: gestión del ritmo uniforme, regulación del esfuerzo, utilizar herramientas de medida, cálculo de tiempo y distancia, contrato individual o colectivo y técnica de carrera.</p> <p>1.4. Salto de altura: estabilización del pie de impulso, encadenamiento de carrera y de saltos hacia arriba, definición de la zona de impulso; Salto de longitud: diferenciación y encadenamiento de una carrera y de un salto hacia delante a partir de un límite, determinación y uso del pie de batida, organización de una carrera de impulso eficaz, organización de una trayectoria aérea.</p> <p>1.5. Multisaltos: encadenamiento correr-rebotar, estabilización del pie de batida, diferentes tipos de saltos, construcción de una carrera de impulso eficaz (longitud y velocidad), altura-longitud-ritmo de los saltos. Saltos con combas: encadenamientos de diferentes saltos en el sitio, con desplazamiento, etc.</p> <p>1.6. Lanzamientos: determinación del brazo lanzador, diferenciación y adaptación de las formas de lanzamientos en función del objetivo, la finalidad y el espacio de recepción (empuje, rotación, flexión de brazo), trayectorias del objeto, impulso previo de los lanzamientos. Lanzamientos con diferentes implementos. 1.7. Roles de trabajo: anotador, atleta, cronometrador, juez, etc.</p> <p>1.8. Actividades de natación: estilos, zambullidas, juegos acuáticos, retos acuáticos combinados, salvamento y socorrismo (pruebas combinadas, arrastres de maniqués, nado con obstáculos), etc.</p> <p>1.9. Flotación-equilibrio, respiración-inmersión (control respiratorio, coordinación respiración-acción, apnea), propulsión-resistencias, gestión del esfuerzo en el nado, gestión del ritmo de nado uniforme.</p> <p>1.10. Organización de la actividad: preparación de mochilas para cambio de atuendo, indumentaria, protocolo de accidentes, etc. 1.11. Roles de trabajo: anotador, nadador, cronometrador, etc.</p> <p>1.12. Actividades gimnásticas (rodar, girar, saltar, equilibrarse, desplazarse, etc.).</p> <p>1.13. Actividades gimnásticas: adaptación a situaciones corporales no habituales que exigen control de su cuerpo en el espacio (volteos, inversiones, etc.), control del riesgo (binomio riesgo-seguridad), priorizar la información a nivel propioceptivo (ayudas como refuerzo), disociación segmentaria, etc.</p> <p>1.14. Acciones gimnásticas prioritarias: desplazamientos (combinación de direcciones y superficies, balanceos, etc.), saltos/volar (minitramp), giros (eje longitudinal, volteos adelante y volteos atrás, sobre planos inclinados, etc.), inversiones (pino, tres apoyos, rueda lateral, rondada, etc.), equilibrios (un pie, la vela, etc.), saltos en minitramp, control corporal en los gestos, posturas alineadas, posturas agrupadas, etc.</p> <p>1.15. Normas de seguridad. Movimientos desaconsejados, ayuda de materiales para facilitar acciones (planos, quitamiedos, colchonetas, rodillos, etc.), ayudas de compañeros/as, vigilancia de conductas arriesgadas y osadas, materiales en buen estado, etc.</p> <p>1.16. Confección de proyectos individuales de número variable de elementos para confeccionar un encadenamiento y respetando las fases de entrada, ejercicio gimnástico y salida con limpieza gestual, pertinencia, comunicatividad e integridad. 1.17. Roles de trabajo: anotador, gimnasta, juez, ayudante, etc.</p> <p>1.18. Actividades de patinaje: Patines en línea, patines 2-2, monopatines, patinetes, tablas rodantes, etc.</p> <p>1.19. El patinaje: posición de seguridad (sin y con ayuda de material o compañero/a), deslizamientos (paso patinador, etc.), frenada, giros, cambios de dirección, aprender a caer, levantarse, autonomía en ponerse y quitarse los patines, conservación básica. Educación vial.</p> <p>1.20. Encadenamiento de acciones en un recorrido combinando: deslizamiento con pies paralelos, curvas de slalom, pasar túneles, salto obstáculos, equilibrio sobre un patín, curvas y cruces, figuras, etc.</p> <p>1.21. Roles de trabajo: anotador, patinador, juez, ayudante, etc. 1.22. Proyectos comunes al bloque de contenidos: visita de deportistas, jornadas atléticas, carreras solidarias, demostraciones gimnásticas, etc.</p>	

Tabla 26. Bloque de contenidos normativos número 1 de la materia de Educación Física para 3º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 3º CONTENIDOS
BLOQUE 2: Acciones motrices de oposición	
<p>2.1. Este tipo de prácticas exige a los protagonistas el leer o decodificar la conducta motriz, observar las características y anticipar las intenciones del adversario, dicha exigencia requiere de observación, anticipación y ajuste. Al mismo tiempo se necesita que nuestro adversario no decodifique nuestra conducta motriz y para ello tenemos que enviarle mensajes confusos y de difícil lectura. En esta etapa los alumnos desarrollarán la táctica de juego al tiempo que adquieren los fundamentos de algunas de las técnicas de las actividades elegidas.</p> <p>2.2. Actividades de lucha con distancia casi nula: juegos de contacto corporal, juegos de lucha, juegos de oposición, judo suelo, judo, lucha greco-romana, lucha libre, etc.</p> <p>2.3. La contra-comunicación se basa en el equilibrio y desequilibrio, la aproximación corporal, los empujes y tracciones, fijar e inmovilizar, volcar, caer, derribar y proyectar.</p> <p>2.4. Actividades de lucha con distancia de guardia 1 a 3 metros con o sin implemento. Incluimos aquí esgrima, kendo, karate, taekwondo...</p> <p>2.5. En este caso la contra-comunicación se basa en tocar, golpear, esquivar y cobrar vital importancia los desplazamientos y el trabajo de acción y reacción, ataque y contraataque.</p> <p>2.6. Las actividades de lucha conllevan la necesidad de autocontrol ante el contacto físico y un estricto respeto a las reglas y a la integridad del oponente.</p> <p>2.7. Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, cronometrador, evaluador, experto, etc.</p> <p>2.8. Proyectos de curso o centro: visita de deportistas, torneos, juegos de retos, etc.</p> <p>2.9. Actividades de cancha dividida de red: mini tenis, bádminton, raquetas, indiana, tenis de mesa, padel, juegos predeportivos de cancha dividida, etc.</p> <p>2.10. Actividades de cancha dividida de muro: pelota mano, frontenis, pala corta y larga, squash, juegos de frontón...</p> <p>2.11. La contra-comunicación se basa en la anticipación perceptiva, prever la intención del adversario y la posible trayectoria y velocidad del móvil. Se requiere el dominio de los desplazamientos para situarse detrás del móvil con una posición estable, etc.; el dominio del implemento y del golpeo, tipos de golpeo, efectos y secuencias de intercambio.</p> <p>2.12. Para mejorar en estas actividades debemos también realizar trabajo en el espacio propio (lugares centrales de referencia, movilidad constante, organización del espacio en situaciones de dobles, etc.) y trabajo en el espacio adverso (alternancia táctica, algoritmo de ataque, adaptación a la situación de fuerzas, zonas de interferencia en situaciones de dobles, etc.).</p> <p>2.13. Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, evaluador, experto, etc.</p> <p>2.14. Proyectos de curso o centro: visita de jugadores de alguna modalidad como tenis o bádminton, torneos, open del colegio con diferentes modalidades, etc.</p>	

Tabla 27. Bloque de contenidos normativos número 2 de la materia de Educación Física para 3º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 3º
BLOQUE 3: Acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición	
CONTENIDOS:	
3.1. Actividades de cooperación: actividades adaptadas del mundo del circo (acrobacias o malabares en grupo), juegos tradicionales (comba, torres humanas, etc.), los juegos cooperativos, los desafíos físicos cooperativos, los relevos, etc.	
3.2. Ajuste de la motricidad a la de los demás, sincronización de acciones, utilización común de estrategias básicas de juego (anticipación), práctica de actividades cooperativas que supongan un esfuerzo conjunto, establecimiento de proyectos de acción colectivos, cooperación con compañeros para conseguir un objetivo común, construcción de reglas cooperativas.	
3.3. Roles de trabajo: controlador, jugadores, árbitro, etc.	
3.4. Proyectos de curso o centro: desafíos cooperativos, jornadas de juegos para todos (sensibilización e integración de la discapacidad), etc.	
3.5. Actividades de colaboración-oposición: Juegos y deportes alternativos y recreativos, algunos juegos tradicionales y autóctonos, juegos en grupo, juegos de estrategia, deportes adaptados y emergentes (kin-ball, datchball, colpbol, touchball, etc.), juegos y deportes colectivos modificados basados en la comprensión (Teaching Games for Understanding-TGfU) como los juegos y deportes de bate y carrera (béisbol, entre otros), los juegos y deportes de cancha dividida (voleibol, entre otros) y los juegos y deportes de invasión (como hockey, baloncesto, korfbal, balonmano, rugby, fútbol, entre otros), desarrollar iniciativas pedagógicas dentro del modelo de educación deportiva (Sport Education-SE).	
3.6. Aspectos técnicos, tácticos y del reglamento de al menos una modalidad de colaboración-oposición diferente a las realizadas en años anteriores. Conservación/recuperación del balón, progresión hacia la meta contraria/evitación de la progresión hacia la meta propia, alternancia táctica entre la defensa y el ataque, aplicación del repertorio de acciones motrices como portador y no portador del móvil (pelota) en ataque y en defensa, puesta en práctica del algoritmo de ataque, puesta en práctica del algoritmo de defensa, reducción e incremento del espacio y la duración del juego, creación de un desequilibrio a su favor, reducción de la incertidumbre elaborando y utilizando estrategias de acción colectiva de ataque y defensa (contraataque y repliegue), ajuste de las conductas para hacerlas más eficaces (anticipar, actuar rápido, cambiar de ritmo, etc.), etc.	
3.7. Roles de trabajo: anotador, jugadores, árbitro, entrenador, afición, prensa, etc.	
3.8. Proyectos de curso o centro: visita de equipos y/o jugadores, torneos de clases, torneos de curso, torneos de equipos configurados con alumnos de diferentes cursos, etc.	

Tabla 28. Bloque de contenidos normativos número 3 de la materia de Educación Física para 3º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 3º
BLOQUE 4: Acciones motrices en el medio natural	
CONTENIDOS:	
4.1. Actividades en el medio natural: el senderismo, la marcha nórdica, las rutas en BTT, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza, actividades en la nieve (esquí nórdico, alpino, raquetas (y otras modalidades), la trepa (que puede evolucionar hacia la escalada), etc.	
4.2. Adopción de una motricidad adaptada y específica para ajustarse a un medio variado y, a veces, variable (natural o reproducido) y para manejar instrumentos, vehículos o materiales que produzcan problemas de equilibrio; toma de informaciones y referencias pertinentes para construir un desplazamiento razonado y reflexionado; familiarización con materiales soporte (mapas, etc.); gestión y regulación de la energía con el fin de llegar a buen término una actividad en el medio natural con economía y eficacia; funcionamiento como grupo en una salida en el medio natural; principios de seguridad activa y pasiva; características de las rutas según MIDE; progresión en los espacios de la actividad, etc.	
4.3. Trepa: tres apoyos, el centro de gravedad pegado a la pared, etc. Espacios de trabajo: escenarios con planos inclinados, espalderas, rocódromos, etc.	
4.4. Esquí nórdico: aprendizajes para actuar del estilo clásico (paso alternativo, paso de subida, paso empuja, posición de bajada y cuña, paso combinado), regulación del esfuerzo en la actividad y aprendizajes para gestionar una práctica autónoma (uso de instalaciones y espacios, seguridad pasiva y activa, autonomía en la gestión del material).	
4.5. BTT: Uso de los cambios de manera autónoma para adaptarse a las particularidades del terreno, acciones específicas para adaptarse a las condiciones de la ruta (retos variados en formato taller como zig-zag, trébol, taller de los lentos, juegos de equilibrio, el limbo, etc.), educación vial, principios de seguridad activa (comportamiento en ruta) y pasiva (cuidado y mantenimiento básico), indumentaria (casco, guantes, gafas, culote, etc.), funcionamientos como grupo en las salidas, etc.	
4.6. Orientación: conocimiento del plano, localización de puntos, orientación del plano, seguimiento de trayectorias, ataque a la baliza, uso de brújula, etc. Roles de trabajo: anotador, participante, cronometrador, asegurador, guía, etc.	
4.7. Organización de las actividades: determinación de límites espaciales y temporales de las actividades/situaciones, anticipación de permisos oportunos, vigilancia de la climatología, preparación de mochilas dependiendo si son salidas cortas o largas, indumentaria apropiada, protocolo de accidentes, préstamo entre alumnado de material, realización previa de la ruta (confeccionar una presentación para informar de la ruta -ir sin ir-, planificación paradas, etc.).	
4.8. Proyectos de curso o centro: Con la bici al instituto o a una actividad. Parques activos. Grupos de medio natural del centro. Preparación y realización de un proyecto de acción en el medio natural (excursiones, acampadas, cicloturismo, orientación, esquí nórdico, vías verdes, etc.) de acuerdo con las posibilidades del alumnado, del centro y respetando los principios de seguridad activa y pasiva.	
4.9. Realización de actividades que combinan prácticas físicas (por ejemplo: la orientación y BTT, el Tree-Athlon (carrera de larga duración-BTT-plantar y apadrinar un árbol), el esquí nórdico y alpino, senderismo con raquetas de nieve, la orientación, etc.) que conlleva la preparación de esa tarea (cuadernos de campo, etc.), con una relación explícita con otras áreas para enriquecer el proyecto. etc.	

Tabla 29. Bloque de contenidos normativos número 4 de la materia de Educación Física para 3º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 3º
BLOQUE 5: Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas	
CONTENIDOS:	
5.1. Actividades con intenciones artísticas o expresivas: Prácticas teatrales (juego expresivo, juego simbólico y juego dramático, mimo, clown, teatro de sombras, match de improvisación, etc.); Prácticas rítmicas o coreografiadas (juegos bailados, danzas lúdicas, danza creativa, danzas urbanas, danza improvisación, bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, bailes de salón, coreografías grupales, etc.);	
5.2. Prácticas teatrales y rítmicas o coreografiadas danzadas (danza clásica, danza moderna,, danza contemporánea, danzas folclóricas, danzas étnicas, musicales, etc.); Composiciones estéticas (iconografía, acrosport, habilidades circenses, etc.); Actividades físicas estéticas (danza clásica o ballet, gimnasia rítmica deportiva, natación sincronizada,, etc.); Actividades sociales estandarizadas (bailes de salón y bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, etc.).	
5.3. Motricidad expresiva (puesta en práctica de la movilización corporal, utilización del espacio, estructuración del tiempo, movilización de la energía y calidades del movimiento, puesta en práctica de las relaciones entre actores), simbolización (convertir las imágenes mentales o no en movimiento, función poética del movimiento, etc.) y comunicación (gestión de la mirada, relación entre los que danzan, relación entre éstos y los espectadores, etc.).	
5.4. Fases del proceso creativo: solicitud a partir de un inductor, diversidad/variedad, enriquecimiento, elección individual o colectiva, producción y presentación ante los demás.	
5.5. Recursos para las danzas y bailes en el centro: banco de danzas y bailes del mundo en páginas web especializadas (ejemplo: danzas del mundo)	
5.6. Roles de trabajo: actor, coreógrafo, espectador, etc.	
5.7. Proyectos de curso o centro: mostrar a otros cursos o compañeros/as las producciones, festivales de curso (invierno, etc.) o temáticos, conmemoraciones, exhibiciones, flashmob de centro, lipdub, posters fotográficos, proyectos interdisciplinares con educación artística (u otras áreas), etc.	

Tabla 30. Bloque de contenidos normativos número 5 de la materia de Educación Física para 3º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 3º
BLOQUE 6: Gestión de la vida activa y valores	
CONTENIDOS:	
6.1. Conciencia de los efectos producidos tras la realización de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como medios de utilización adecuada del tiempo de ocio.	
6.2. Medidas de seguridad en la práctica de actividad física y uso correcto de materiales y espacios.	
6.3. Primeros auxilios: Protocolo de actuación básico ante un accidente; Método R.I.C.E. Reanimación cardiopulmonar básica (RCP) y maniobra de Heimlich; Prevención de lesiones; Lesiones más frecuentes relacionadas con las diferentes prácticas.	
6.4. Relación de la actividad física con la salud y el bienestar. Adopción de hábitos posturales correctos.	
6.7. Análisis y conciencia crítica de sus propios niveles de práctica de actividad física: sedentario, ligero, moderado, intenso; Grado de cumplimiento de las recomendaciones de práctica de actividad física.	
6.8. Sistemas orgánico-funcionales relacionados con la actividad física: estructura y función; Respuestas del organismo y adaptaciones a la práctica sistemática.	
6.9. Deporte como fenómeno sociocultural. Deporte adaptado. Juegos sensibilizadores e integradores.	
6.10. Los valores en la actividad física y el deporte. Valores personales y sociales (trabajo en equipo, juego limpio, deportividad, respeto, superación o esfuerzo).	
6.11. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, de la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas.	
6.12. Conciencia crítica ante las conductas surgidas durante la práctica de actividad física y que pueden ser generadoras de conflictos.	
6.13. Utilización del diálogo y las normas básicas de comunicación social para la solución de conflictos.	
6.14. Interés por participar en todas las tareas y valoración del esfuerzo personal en la actividad física.	
6.15. Aceptación y respeto hacia las normas y reglas que participan en las diferentes situaciones didácticas.	
6.16. Adquisición de hábitos de cuidado e higiene corporal.	
6.17. Alimentación saludable, dieta equilibrada, balance energético, hidratación, ...	
6.18. Calentamiento (sus tipos) y vuelta a la calma.	
6.19. Condición física: Acondicionamiento físico; Métodos y sistemas de desarrollo de las capacidades físicas; Uso de la frecuencia cardiaca y respiratoria como indicadores del esfuerzo, etc.	
6.20. Relajación: juegos, técnicas de respiración, tensión-relajación muscular, yoga, ...	
6.21. Tecnología de la información y la comunicación: Recursos y aplicaciones informáticas como herramientas de aprendizaje (blogs colaborativos, cuadernos interactivos, etc.)	

Tabla 31. Bloque de contenidos normativos número 6 de la materia de Educación Física para 3º curso de ESO.

2.3.1.4.- Contenidos de Educación Física para 4º ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 4º CONTENIDOS
BLOQUE 1: Acciones motrices individuales	
<p>1.1. Actividades atléticas: correr, lanzar, saltar.</p> <p>1.2. Carreras de velocidad: salida rápida, carrera recta y finalización rápida, Técnica de carrera en velocidad; Carreras de obstáculos: encadenamiento de carrera y paso de obstáculos, salida y encadenamiento del primer obstáculo, rapidez en el final de carrera, ritmo de carrera entre obstáculos; Carreras de relevos: organizarse para entregar el testigo, conservar la velocidad del testigo.</p> <p>1.3. Carrera de larga duración: gestión del ritmo uniforme, regulación del esfuerzo, utilizar herramientas de medida, cálculo de tiempo y distancia, contrato individual o colectivo y técnica de carrera.</p> <p>1.4. Salto de altura: estabilización del pie de impulso, encadenamiento de carrera y de saltos hacia arriba, definición de la zona de impulso; Salto de longitud: diferenciación y encadenamiento de una carrera y de un salto hacia delante a partir de un límite, determinación y uso del pie de batida, organización de una carrera de impulso eficaz, organización de una trayectoria aérea.</p> <p>1.5. Multisaltos: encadenamiento correr-rebotar, estabilización del pie de batida, diferentes tipos de saltos, construcción de una carrera de impulso eficaz (longitud y velocidad), altura-longitud-ritmo de los saltos. Saltos con combas: encadenamientos de diferentes saltos en el sitio, con desplazamiento, etc.</p> <p>1.6. Lanzamientos: determinación del brazo lanzador, diferenciación y adaptación de las formas de lanzamientos en función del objetivo, la finalidad y el espacio de recepción (empuje, rotación, flexión de brazo), trayectorias del objeto, impulso previo de los lanzamientos. Lanzamientos con diferentes implementos. Roles de trabajo: anotador, atleta, cronometrador, juez, etc.</p> <p>1.7. Actividades de natación: estilos, zambullidas, juegos acuáticos, retos acuáticos combinados, salvamento y socorrismo (pruebas combinadas, arrastres de maniqués, obstáculos), etc.</p> <p>1.8. Flotación-equilibrio, respiración-inmersión (control respiratorio, coordinación respiración-acción, apnea), propulsión-resistencias, gestión del esfuerzo, gestión del ritmo de nado uniforme.</p> <p>1.9. Organización de la actividad: preparación de mochilas para cambio de atuendo, indumentaria (gorro, gafas, bañador, chanclas, etc.), protocolo de accidentes, etc.</p> <p>1.10. Roles de trabajo: anotador, nadador, cronometrador, etc. Actividades gimnásticas (rodar, girar, saltar, equilibrarse, desplazarse, etc.).</p> <p>1.11. Actividades gimnásticas: adaptación a situaciones no habituales con control del cuerpo en el espacio, control del riesgo, información propioceptiva (ayudas como refuerzo), disociación segmentaria, etc.</p> <p>1.12. Acciones gimnásticas prioritarias: desplazamientos (combinación de direcciones y superficies, balanceos, etc.), saltos/volar (minitramp.), giros (eje longitudinal, volteos adelante y volteos atrás, sobre planos inclinados, etc.), inversiones (pino, tres apoyos, rueda lateral, rondada, etc.), equilibrios (un pie, la vela, etc.), saltos en minitramp, control corporal en los gestos, posturas alineadas, posturas agrupadas, etc.</p> <p>1.1.3. Normas de seguridad. Movimientos desaconsejados, ayuda de materiales (quitamiedos, colchonetas, etc.), ayudas de compañeros/as, vigilancia de conductas arriesgadas, materiales en buen estado, etc.</p> <p>1.1.4. Confección de proyectos individuales de elementos para un encadenamiento y respetando las fases de entrada, ejercicio gimnástico y salida con limpieza gestual, pertinencia, comunicatividad e integridad.</p> <p>1.15. Roles de trabajo: anotador, gimnasta, juez, ayudante, etc. 1.16. Actividades de patinaje: Patines en línea, patines 2-2, monopatines, patinetes, tablas rodantes, etc.</p> <p>1.17. El patinaje: posición de seguridad (sin y con ayuda de material o compañero/a), deslizamientos, frenada, giros, cambios de dirección, caer, levantarse, autonomía en colocarse patines. Educación vial.</p> <p>1.18. Encadenamiento de acciones en un recorrido combinando: deslizamiento con pies paralelos, curvas de slalom, pasar túneles, salto obstáculos, equilibrio sobre un patín, curvas y cruces de patines, figuras singulares, etc.</p> <p>1.19. Roles de trabajo: anotador, patinador, juez, ayudante, etc.</p> <p>1.20. Proyectos de curso o centro común al bloque de contenidos: visita de deportistas de las actividades que vamos a practicar, jornadas atléticas, carreras solidarias, demostraciones gimnásticas, etc.</p>	

Tabla 32. Bloque de contenidos normativos número 1 de la materia de Educación Física para 4º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 4º CONTENIDOS
BLOQUE 2: Acciones motrices de oposición	
<p>Este tipo de prácticas exige a los protagonistas el leer o decodificar la conducta motriz, observar las características y anticipar las intenciones del adversario, dicha exigencia requiere de observación, anticipación y ajuste. Al mismo tiempo se necesita que nuestro adversario no decodifique nuestra conducta motriz y para ello tenemos que enviarle mensajes confusos y de difícil lectura. En esta etapa los alumnos desarrollarán la táctica de juego al tiempo que adquieren los fundamentos de algunas de las técnicas de las actividades elegidas.</p> <p>2.1. Actividades de lucha con distancia casi nula: juegos de contacto corporal, juegos de lucha, juegos de oposición, judo suelo, judo, lucha greco-romana, lucha libre, etc.</p> <p>2.2. La contra-comunicación se basa en el equilibrio y desequilibrio, la aproximación corporal, los empujes y tracciones, fijar e inmovilizar, volcar, caer, derribar y proyectar.</p> <p>2.3. Actividades de lucha con distancia de guardia 1 a 3 metros con o sin implemento. Incluimos aquí esgrima, kendo, karate, taekwondo...</p> <p>2.4. En este caso la contra-comunicación se basa en tocar, golpear, esquivar y cobran vital importancia los desplazamientos y el trabajo de acción y reacción, ataque y contraataque.</p> <p>2.5. Las actividades de lucha conllevan la necesidad de autocontrol ante el contacto físico y un estricto respeto a las reglas y a la integridad del oponente.</p> <p>2.6. Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, cronometrador, evaluador, experto, etc.</p> <p>2.7. Proyectos de curso o centro: visita de deportistas, torneos, juegos de retos, etc.</p> <p>2.8. Actividades de cancha dividida de red: mini tenis, bádminton, raquetas, indiana, tenis de mesa, padel, juegos predeportivos de cancha dividida, etc.</p> <p>2.9. Actividades de cancha dividida de muro: pelota mano, frontenis, pala corta y larga, squash, juegos de frontón,...</p> <p>2.10. La contra-comunicación se basa en la anticipación perceptiva, prever la intención del adversario y la posible trayectoria y velocidad del móvil. Se requiere el dominio de los desplazamientos para situarse detrás del móvil con una posición estable, etc.; el dominio del implemento y del golpeo, tipos de golpeo, efectos y secuencias de intercambio.</p> <p>2.11. Para mejorar en estas actividades debemos también realizar trabajo en el espacio propio (lugares centrales de referencia, movilidad constante, organización del espacio en situaciones de dobles, etc.) y trabajo en el espacio adverso (alternancia táctica, algoritmo de ataque, adaptación a la situación de fuerzas, zonas de interferencia en situaciones de dobles, etc.).</p> <p>2.12. Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, evaluador, experto, etc.</p> <p>2.13. Proyectos de curso o centro: visita de jugadores de alguna modalidad como tenis o bádminton, torneos, open del colegio con diferentes modalidades, etc.</p>	

Tabla 33. Bloque de contenidos normativos número 2 de la materia de Educación Física para 4º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 4º
BLOQUE 3: Acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición	
CONTENIDOS:	
3.1. Actividades de cooperación: actividades adaptadas del mundo del circo (acrobacias o malabares en grupo), juegos tradicionales (comba, torres humanas, etc.), los juegos cooperativos, los desafíos físicos cooperativos, los relevos, etc.	
3.2. Ajuste de la motricidad a la de los demás, sincronización de acciones, utilización común de estrategias básicas de juego (anticipación), práctica de actividades cooperativas que supongan un esfuerzo conjunto, establecimiento de proyectos de acción colectivos, cooperación con compañeros para conseguir un objetivo común, construcción de reglas cooperativas.	
3.3. Roles de trabajo: controlador, jugadores, árbitro, etc.	
3.4. Proyectos de curso o centro: desafíos cooperativos, jornadas de juegos para todos (sensibilización e integración de la discapacidad), etc.	
3.5. Actividades de colaboración-oposición: Juegos y deportes alternativos y recreativos, algunos juegos tradicionales y autóctonos, juegos en grupo, juegos de estrategia, deportes adaptados y emergentes (kin-ball, datchball, colpbol, touchball, etc.), juegos y deportes colectivos modificados basados en la comprensión (Teaching Games for Understanding-TGfU) como los juegos y deportes de bate y carrera (béisbol, entre otros), los juegos y deportes de cancha dividida (voleibol, entre otros) y los juegos y deportes de invasión (como hockey, baloncesto, korfbal, balonmano, rugby, fútbol, entre otros), desarrollar iniciativas pedagógicas dentro del modelo de educación deportiva (Sport Education-SE).	
3.6. Aspectos técnicos, tácticos y del reglamento de al menos una modalidad de colaboración-oposición diferente a las realizadas en años anteriores. Conservación/recuperación del balón, progresión hacia la meta contraria/evitación de la progresión hacia la meta propia, alternancia táctica entre la defensa y el ataque, aplicación del repertorio de acciones motrices como portador y no portador del móvil (pelota) en ataque y en defensa, puesta en práctica del algoritmo de ataque, puesta en práctica del algoritmo de defensa, reducción e incremento del espacio y la duración del juego, creación de un desequilibrio a su favor, reducción de la incertidumbre elaborando y utilizando estrategias de acción colectiva de ataque y defensa (contraataque y repliegue), ajuste de las conductas para hacerlas más eficaces (anticipar, actuar rápido, cambiar de ritmo, etc.), etc.	
3.7. Roles de trabajo: anotador, jugadores, árbitro, entrenador, afición, prensa, etc.	
3.8. Proyectos de curso o centro: visita de equipos y/o jugadores, torneos de clases, torneos de curso, torneos de equipos configurados con alumnos de diferentes cursos, etc.	

Tabla 34. Bloque de contenidos normativos número 3 de la materia de Educación Física para 4º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 4º
BLOQUE 4: Acciones motrices en el medio natural	
CONTENIDOS:	
Actividades en el medio natural: el senderismo, la marcha nórdica, las rutas en BTT, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza, actividades en la nieve (esquí nórdico, alpino, raquetas (y otras modalidades), la trepa (que puede evolucionar hacia la escalada), etc.	
4.2. Adopción de una motricidad adaptada y específica para ajustarse a un medio variado y, a veces, variable (natural o reproducido) y para manejar instrumentos, vehículos o materiales que produzcan problemas de equilibrio; toma de informaciones y referencias pertinentes para construir un desplazamiento razonado y reflexionado; familiarización con materiales soporte (mapas, etc.); gestión y regulación de la energía con el fin de llegar a buen término una actividad en el medio natural con economía y eficacia; funcionamiento como grupo en una salida en el medio natural; principios de seguridad activa y pasiva; características de las rutas según MIDE; progresión en los espacios de la actividad, etc.	
4.3. Trepa: tres apoyos, el centro de gravedad pegado a la pared, etc. Espacios de trabajo: escenarios con planos inclinados, espalderas, rocódromos, etc.	
4.4. Esquí nórdico: aprendizajes para actuar del estilo clásico (paso alternativo, paso de subida, paso empuja, posición de bajada y cuña, paso combinado), regulación del esfuerzo en la actividad y aprendizajes para gestionar una práctica autónoma (uso de instalaciones y espacios, seguridad pasiva y activa, autonomía en la gestión del material).	
4.5. BTT: Uso de los cambios de manera autónoma para adaptarse a las particularidades del terreno, acciones específicas para adaptarse a las condiciones de la ruta (retos variados en formato taller como zig-zag, trébol, taller de los lentos, juegos de equilibrio, el limbo, etc.), educación vial, principios de seguridad activa (comportamiento en ruta) y pasiva (cuidado y mantenimiento básico), indumentaria (casco, guantes, gafas, culote, etc.), funcionamientos como grupo en las salidas, etc.	
4.6. Orientación: conocimiento del plano, localización de puntos, orientación del plano, seguimiento de trayectorias, ataque a la baliza, uso de brújula, etc.	
4.7. Roles de trabajo: anotador, participante, cronometrador, asegurador, guía, etc.	
4.8. Organización de las actividades: determinación de límites espaciales y temporales de las actividades/situaciones, anticipación de permisos oportunos, vigilancia de la climatología, preparación de mochilas dependiendo si son salidas cortas o largas, indumentaria apropiada, protocolo de accidentes, préstamo entre alumnado de material, realización previa de la ruta (confeccionar una presentación para informar de la ruta -ir sin ir-, planificación paradas,...), etc.	
4.9. Proyectos de curso o centro: Con la bici al instituto o a una actividad. Parques activos. Grupos de medio natural del centro. Preparación y realización de un proyecto de acción en el medio natural (excursiones, acampadas, cicloturismo, orientación, esquí nórdico, vías verdes, etc.) de acuerdo con las posibilidades del alumnado, del centro y respetando los principios de seguridad activa y pasiva. Realización de actividades que combinan prácticas físicas (por ejemplo: la orientación y BTT, el Tree-Athlon (carrera de larga duración-BTT-plantar y apadrinar un árbol), el esquí nórdico y alpino, senderismo con raquetas de nieve, la orientación, etc.) y que conlleva la preparación previa de esa tarea (cuadernos de campo, etc.) con una relación explícita con otras áreas para enriquecer el proyecto. etc.	

Tabla 35. Bloque de contenidos normativos número 4 de la materia de Educación Física para 4º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA

Curso: 4º

BLOQUE 5: Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas

CONTENIDOS:

- 5.1 Actividades con intenciones artísticas o expresivas: Prácticas teatrales (juego expresivo, juego simbólico y juego dramático, mimo, clown, teatro de sombras, match de improvisación, etc.); Prácticas rítmicas o coreografiadas (juegos bailados, danzas lúdicas, danza creativa, danzas urbanas, danza improvisación, bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, bailes de salón, coreografías grupales, etc.); Prácticas teatrales y rítmicas o coreografiadas danzadas (danza clásica, danza moderna, danza contemporánea, danzas folclóricas, danzas étnicas, musicales, etc.); Composiciones estéticas (iconografía, acrosport, habilidades circenses, etc.); Actividades físicas estéticas (danza clásica o ballet, gimnasia rítmica deportiva, natación sincronizada, etc.); Actividades sociales estandarizadas (bailes de salón y bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, etc.).
- 5.2. Motricidad expresiva (puesta en práctica de la movilización corporal, utilización del espacio, estructuración del tiempo, movilización de la energía y calidades del movimiento, puesta en práctica de las relaciones entre actores), simbolización (convertir las imágenes mentales o no en movimiento, función poética del movimiento, etc.) y comunicación (gestión de la mirada, relación entre los que danzan, relación entre éstos y los espectadores, etc.).
- 5.3. Fases del proceso creativo: solicitud a partir de un inductor, diversidad/variedad, enriquecimiento, elección individual o colectiva, producción y presentación ante los demás.
- 5.4. Recursos para las danzas y bailes en el centro: banco de danzas y bailes del mundo en páginas web especializadas (ejemplo: danzas del mundo)
- 5.5. Roles de trabajo: actor, coreógrafo, espectador, etc.
- 5.6. Proyectos de curso o centro: mostrar a otros cursos o compañeros/as las producciones, festivales de curso (invierno, etc.) o temáticos, conmemoraciones, exhibiciones, flashmob de centro, lipdub, poster fotográficos, proyectos interdisciplinares con educación artística (u otras áreas), etc.

Tabla 36. Bloque de contenidos normativos número 5 de la materia de Educación Física para 4º curso de ESO.

EDUCACIÓN FÍSICA

Curso: 4º

BLOQUE 6: Gestión de la vida activa y valores

CONTENIDOS:

- 6.1. Conciencia de los efectos producidos tras la realización de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como medios de utilización adecuada del tiempo de ocio.
- 6.2. Medidas de seguridad en la práctica de actividad física y uso correcto de materiales y espacios.
- 6.3. Primeros auxilios: Protocolo de actuación básico ante un accidente; Método R.I.C.E. Reanimación cardiopulmonar básica (RCP) y maniobra de Heimlich; Prevención de lesiones; Lesiones más frecuentes relacionadas con las diferentes prácticas.
- 6.4. Relación de la actividad física con la salud y el bienestar. Adopción de hábitos posturales correctos.
- 6.5. Análisis y conciencia crítica de sus propios niveles de práctica de actividad física: sedentario, ligero, moderado, intenso; Grado de cumplimiento de las recomendaciones de práctica de actividad física.
- 6.6. Sistemas orgánico-funcionales relacionados con la actividad física: estructura y función; Respuestas del organismo y adaptaciones a la práctica sistemática.
- 6.7. Deporte como fenómeno sociocultural. Deporte adaptado. Juegos sensibilizadores e integradores.
- 6.8. Los valores en la actividad física y el deporte. Valores personales y sociales (trabajo en equipo, juego limpio, deportividad, respeto, superación, esfuerzo,...)
- 6.9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, de la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas.
- 6.10. Conciencia crítica ante las conductas surgidas durante la práctica de actividad física y que pueden ser generadoras de conflictos.
- 6.11. Utilización del diálogo y las normas básicas de comunicación social para la solución de conflictos.
- 6.12. Interés por participar en todas las tareas y valoración del esfuerzo personal en la actividad física.
- 6.13. Aceptación y respeto hacia las normas y reglas que participan en las diferentes situaciones didácticas.
- 6.14. Adquisición de hábitos de cuidado e higiene corporal.
- 6.15. Alimentación saludable, dieta equilibrada, balance energético, hidratación,...
- 6.16. Calentamiento (sus tipos) y vuelta a la calma.
- 6.17. Condición física: Acondicionamiento físico; Métodos y sistemas de desarrollo de las capacidades físicas; Uso de la frecuencia cardiaca y respiratoria como indicadores del esfuerzo, etc.
- 6.18. Relajación: juegos, técnicas de respiración, tensión-relajación muscular, yoga,...
- 6.19. Tecnología de la información y la comunicación: Recursos y aplicaciones informáticas como herramientas de aprendizaje (blogs colaborativos, cuadernos interactivos, etc.)

Tabla 37. Bloque de contenidos normativos número 6 de la materia de Educación Física para 4º curso de ESO.

2.3.1.5.- Contenidos de Educación Física para 1º BACHILLERATO.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 1º BACHILLERATO CONTENIDOS
BLOQUE 1: Acciones motrices individuales	
<p>1.1. Actividades atléticas: correr, lanzar, saltar.</p> <p>1.2. Carreras de velocidad: salida rápida, carrera recta y finalización rápida, Técnica de carrera en velocidad; Carreras de obstáculos: encadenamiento de carrera y paso de obstáculos, salida y encadenamiento del primer obstáculo, rapidez en el final de carrera, ritmo de carrera entre obstáculos; Carreras de relevos: organizarse para entregar el testigo, conservar la velocidad del testigo.</p> <p>1.3. Salto de altura: estabilización del pie de impulso, encadenamiento de carrera y de saltos hacia arriba, definición de la zona de impulso; Salto de longitud: diferenciación y encadenamiento de una carrera y de un salto hacia delante a partir de un límite, determinación y uso del pie de batida, organización de una carrera de impulso eficaz, organización de una trayectoria aérea.</p> <p>1.4. Multisaltos: encadenamiento correr-rebotar, estabilización del pie de batida, diferentes tipos de saltos, construcción de una carrera de impulso eficaz (longitud y velocidad), altura-longitud-ritmo de los saltos. Saltos con combas: encadenamientos de diferentes saltos en el sitio, con desplazamiento.</p> <p>1.5. Lanzamientos: diferenciación y adaptación de las formas de lanzamientos en función del objetivo, la finalidad y el espacio de recepción (empuje, rotación, flexión de brazo), trayectorias del objeto, impulso previo de los lanzamientos. Lanzamientos con diferentes implementos.</p> <p>1.6. Carrera de larga duración: gestión del ritmo uniforme, regulación del esfuerzo en carrera, utilizar herramientas de medida, cálculo de tiempo y distancia, comprometerse en un contacto individual o colectivo de curso (distancia/tiempo).</p> <p>1.7. Roles de trabajo: anotador, atleta, cronometrador, juez.</p> <p>1.8. Actividades de natación: estilos, zambullidas, juegos acuáticos, retos acuáticos combinados, salvamento y socorrismo.</p> <p>1.9. Flotación-equilibrio, respiración-inmersión (control respiratorio, coordinación respiración-acción, apnea), propulsión-resistencias, gestión del esfuerzo en el nado, gestión del ritmo de nado uniforme. Roles de trabajo: anotador, nadador, cronometrador, etc.</p> <p>1.10. Actividades gimnásticas (rodar, girar, saltar, equilibrarse, desplazarse, etc.).</p> <p>1.11. Actividades gimnásticas: adaptación a situaciones corporales no habituales que exigen control de su cuerpo en el espacio (volteos, inversiones, etc.), control del riesgo (binomio riesgo-seguridad), priorizar la información a nivel propioceptivo (ayudas como refuerzo), disociación segmentaria.</p> <p>1.12. Acciones gimnásticas prioritarias: desplazamientos (combinación de direcciones y superficies, balanceos, etc.), saltos/volar (minitramp y estructuras), giros (eje longitudinal, volteos adelante y atrás, sobre planos inclinados, etc.), inversiones (pino, tres apoyos, rueda lateral, rondada, etc.), equilibrios (un pie, la vela, etc.), saltos en minitramp, control corporal en los gestos, posturas alineadas, agrupadas.</p> <p>1.13. Normas de seguridad. Movimientos desaconsejados, ayuda de materiales (planos, quitamiedos, colchonetas, rodillos.), ayudas de compañeros/as, vigilancia de conductas arriesgadas, materiales en buen estado.</p> <p>1.14. Actividades de patinaje: Patines en línea, patines 2-2, monopatines, patinetes, tablas rodantes, etc. Posición de seguridad, deslizamientos, frenada, giros, cambios de dirección, caer, levantarse. Educación vial.</p> <p>1.15. Encadenamiento de acciones en un recorrido combinando: deslizamiento con pies paralelos, curvas de slalom, pasar túneles, salto obstáculos, equilibrio sobre un patín, curvas y cruces, figuras singulares.</p> <p>Roles de trabajo: anotador, patinador, juez, ayudante, etc.</p> <p>1.16. Proyectos de curso o centro común al bloque de contenidos: visita de deportistas de las actividades que vamos a practicar, jornadas atléticas, carreras solidarias, demostraciones gimnásticas, etc.</p>	

Tabla 38. Bloque de contenidos normativos número 1 de la materia de Educación Física para 1º de Bachillerato.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 1º BACHILLERATO CONTENIDOS:
BLOQUE 2: Acciones motrices de oposición	
<p>2.1. Aspectos técnicos, tácticos y estratégicos de una o varias modalidades realizadas en la etapa anterior. Trabajo de mejora en la percepción y análisis de la situación, en la efectividad y velocidad de la toma de decisiones (pensamiento táctico) y en la solución motriz (repertorio de elementos técnicos atendiendo a la eficacia y a la prevención de lesiones).</p> <p>2.2. Actividades de lucha con distancia casi nula: juegos de contacto corporal, juegos de lucha, juegos de oposición, equilibrio y desequilibrio, la aproximación corporal, los empujes y tracciones, fijar e inmovilizar, volcar, caer, derribar y proyectar.</p> <p>2.3. Actividades de lucha con distancia de guardia 1 a 3 metros con o sin implemento. Incluimos aquí esgrima, kendo, karate, taekwondo...</p> <p>2.4. Actividades de desplazamientos, trabajo de acción y reacción, ataque y contraataque, tocar, golpear y esquivar. Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, cronometrador, evaluador, experto.</p> <p>2.5. Proyectos de curso o centro: visita de deportistas, torneos, juegos de retos.</p> <p>2.6. Actividades de cancha dividida de red: tenis, bádminton, raquetas, indiana, tenis de mesa, padel, juegos predeportivos de cancha dividida.</p> <p>2.7. Actividades de cancha dividida de muro: pelota mano, frontenis, pala corta y larga, squash, juegos de frontón, ...</p> <p>2.8. Anticipación perceptiva, desplazamientos para situarse detrás del móvil con una posición estable, etc.; el dominio del implemento y del golpeo, tipos de golpe, efectos, secuencias de intercambio y la construcción de un plan de acción (intención de realizar acciones concretas, desplazar al adversario, atacar en zonas débiles). Trabajo en el espacio propio (lugares centrales de referencia, movilidad constante, organización del espacio en situaciones colectivas.) y trabajo en el espacio adverso (alternancia táctica, algoritmo de ataque, adaptación a la situación de fuerzas, zonas de interferencia en situaciones colectivas.). Roles de trabajo: Organizador, anotador, jugador, árbitro, evaluador, experto.</p> <p>2.9. Proyectos de curso o centro: visita de jugadores de alguna modalidad como tenis o bádminton, torneos, open del Centro con diferentes modalidades.</p>	

Tabla 39. Bloque de contenidos normativos número 2 de la materia de Educación Física para 1º de Bachillerato.

BLOQUE 3: Acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición

CONTENIDOS:

- 3.1. Actividades de cooperación: actividades adaptadas del mundo del circo (acrobacias o malabares en grupo), juegos tradicionales (comba, torres humanas, etc.), los juegos cooperativos, los desafíos físicos cooperativos, los relevos.
- 3.2. Sincronización de acciones, utilización común de estrategias básicas de juego (anticipación), práctica de actividades cooperativas que supongan un esfuerzo conjunto, establecimiento de proyectos de acción colectivos, cooperación con compañeros para conseguir un objetivo común, construcción de reglas cooperativas.
- 3.3. Roles de trabajo: controlador, jugadores, árbitro, etc.
- 3.4. Actividades de colaboración-oposición.
- 3.5. Aspectos técnicos, tácticos y reglamento de una o varias de las actividades deportivas realizadas en la etapa anteriores.
- 3.6. Actividades deportivas aplicadas a diferentes situaciones de práctica, incluida la competición.
- 3.7. Planificación y realización de diferentes juegos y deportes alternativos y recreativos.
- 3.8. Deporte adaptado, experimentación de algunas modalidades, como medio de sensibilización y de respeto por las diferencias.
- 3.9. Puesta en práctica de forma autónoma de actividades para el desarrollo de su propia práctica deportiva.
- 3.10. Organización de competiciones deportivas Roles de trabajo: jugador con distintas funciones y posiciones en el campo, árbitro, anotador, entrenador...
- 3.11. Proyectos de curso o centro: visita de equipos y/o jugadores, torneos de clases, torneos de curso, torneos de equipos configurados con alumnos de diferentes cursos.

Tabla 40. Bloque de contenidos normativos número 3 de la materia de Educación Física para 1º de Bachillerato.

BLOQUE 4: Acciones motrices en el medio natural

CONTENIDOS:

- 4.1. Actividades en el medio natural: el senderismo, la marcha nórdica, las rutas en BTT, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza, actividades en la nieve (esquí nórdico, alpino, raquetas).
- 4.2. Actividades con adopción de una motricidad adaptada y específica para ajustarse a un medio variado y, a veces, variable (natural o reproducido).
- 4.3. Materiales soporte; gestión y regulación de la energía con el fin de llegar a buen término una actividad en el medio natural con economía y eficacia; principios de seguridad activa y pasiva; características de las rutas según MIDE; progresión en los espacios de la actividad, etc.
- 4.4. Tropa: tres apoyos, el centro de gravedad pegado a la pared, etc. Espacios de trabajo: escenarios con planos inclinados, espalderas, rocódromos.
- 4.5. Esquí nórdico: estilo clásico (paso alternativo, paso de subida, paso empuja, posición de bajada y cuña, paso combinado), regulación del esfuerzo en la actividad y aprendizajes para gestionar una práctica autónoma (uso de instalaciones y espacios, seguridad pasiva y activa, autonomía en la gestión del material).
- 4.6. BTT: Uso de los cambios para adaptarse a las particularidades del terreno, acciones específicas para adaptarse a las condiciones de la ruta (retos variados en formato taller como zig-zag, trébol, taller de los lentos, juegos de equilibrio, el limbo, etc.), educación vial, principios de seguridad activa (comportamiento en ruta) y pasiva (cuidado y mantenimiento básico).
- 4.7. Orientación: orientación del plano, seguimiento de trayectorias, ataque a la baliza, uso de brújula, carreras de orientación.
- 4.8. Roles de trabajo: anotador, participante, cronometrador, asegurador, guía, etc.
- 4.9. Organización de las actividades: determinación de límites espaciales y temporales de las actividades/situaciones, anticipación de permisos oportunos, vigilancia de la climatología, preparación de mochilas dependiendo si son salidas cortas o largas, indumentaria apropiada, protocolo de accidentes, préstamo entre alumnado de material, realización previa de la ruta (confeccionar una presentación para informar de la ruta -ir sin ir-, planificación paradas, ...).
- 4.10. Proyectos de curso o centro: Con la bici al instituto o a una actividad. Parques activos. Grupos de medio natural del centro. Preparación y realización de un proyecto de acción en el medio natural (excursiones, acampadas, cicloturismo, orientación, esquí nórdico, vías verdes, etc.) de acuerdo con las posibilidades del alumnado, del centro y respetando los principios de seguridad activa y pasiva. Realización de actividades que combinan prácticas físicas (por ejemplo: la orientación y BTT, el Tree-Athlon (carrera de larga duración-BTT-plantar y apadrinar un árbol), el esquí nórdico y alpino, senderismo con raquetas de nieve, la orientación, etc.) y que conlleva la preparación previa de esa tarea (cuadernos de campo).

Tabla 41. Bloque de contenidos normativos número 4 de la materia de Educación Física para 1º de Bachillerato.

EDUCACIÓN FÍSICA

Curso: 1º BACHILLERATO

BLOQUE 5: Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas

<p>CONTENIDOS:</p> <p>5.1. Actividades con intenciones artísticas o expresivas: Prácticas teatrales (juego expresivo, juego simbólico y juego dramático, mimo, clown, teatro de sombras, match de improvisación, etc.); Prácticas rítmicas o coreografiadas (juegos bailados, danzas lúdicas, danza creativa, danzas urbanas, danza improvisación, bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, bailes de salón, coreografías grupales, etc.); Prácticas teatrales y rítmicas o coreografiadas danzadas (danza clásica, danza moderna,, danza contemporánea, danzas folclóricas, danzas étnicas, musicales, etc.); Composiciones estéticas (iconografía, acrosport, habilidades circenses, etc.); Actividades físicas estéticas (danza clásica o ballet, gimnasia rítmica deportiva, natación sincronizada,, etc.); Actividades sociales estandarizadas (bailes de salón y bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos).</p> <p>5.2. Motricidad expresiva (puesta en práctica de la movilización corporal, utilización del espacio, estructuración del tiempo, movilización de la energía y calidades del movimiento, puesta en práctica de las relaciones entre actores), simbolización (convertir las imágenes mentales o no en movimiento, función poética del movimiento, etc.) y comunicación (gestión de la mirada, relación entre los que danzan, relación entre éstos y los espectadores).</p> <p>5.3. Fases del proceso creativo: solicitud a partir de un inductor, diversidad/variedad, enriquecimiento, elección individual o colectiva, producción y presentación ante los demás.</p> <p>5.4. Recursos para las danzas y bailes en el centro: banco de danzas y bailes del mundo en páginas web especializadas (ejemplo: danzas del mundo)</p> <p>5.5. Roles de trabajo: actor, coreógrafo, espectador.</p> <p>5.6. Proyectos de curso o centro: mostrar a otros cursos o compañeros/as las producciones, festivales de curso (invierno, etc.) o temáticos, conmemoraciones, exhibiciones, flashmob de centro, lipdub, poster fotográfico, proyectos interdisciplinarios con educación artística (u otras áreas).</p>
--

Tabla 42. Bloque de contenidos normativos número 5 de la materia de Educación Física para 1º de Bachillerato.

EDUCACIÓN FÍSICA

Curso: 1º BACHILLERATO

BLOQUE 6: Gestión de la vida activa y valores

<p>CONTENIDOS:</p> <p>6.1. Actividades físico-deportivas en el tiempo libre. Organización y participación.</p> <p>6.2. Análisis sobre la influencia que tiene la actividad físico-deportiva sobre la salud y calidad de vida.</p> <p>6.3. Estudio y reflexión sobre la violencia en el deporte, imagen corporal, doping, etc.</p> <p>6.4. Normas de seguridad y correcta utilización de instalaciones y material en la práctica de actividad física.</p> <p>6.5. Primeros auxilios, prácticas y profundización sobre las técnicas y conocimientos adquiridos en cursos anteriores.</p> <p>6.6. Valores positivos y negativos de la actividad físico-deportiva.</p> <p>6.7. La condición física, aplicación práctica de los conocimientos para su mejora y su relación con salud.</p> <p>6.8. La planificación de la condición física: Elaboración y puesta en práctica de forma autónoma de un programa personal de actividad física saludable adaptado a las características e intereses personales. 6.9. Análisis de sus propios niveles de práctica de actividad física: sedentario, ligero, moderado, intenso; Grado de cumplimiento de las recomendaciones de práctica de actividad física. Utilización de las TIC para la elaboración y la puesta en práctica de programas personales de actividad física saludable.</p> <p>6.10. Nutrición y actividad física saludable.</p> <p>6.11. Profundización en las técnicas de relajación y los hábitos posturales saludables en la práctica de la actividad física. Salidas profesionales relacionadas con la actividad física y la salud, ya sea en el ámbito universitario, en el de la formación profesional o en las enseñanzas deportivas.</p>
--

Tabla 43. Bloque de contenidos normativos número 6 de la materia de Educación Física para 1º de Bachillerato.

2.3.2.-Distribución temporal de los contenidos de EF por niveles

La organización de los contenidos está planteada en unidades didácticas, que facilitan la presentación de los bloques de contenidos. La secuenciación de los contenidos está determinada por los siguientes factores:

- Características evolutivas físicas, psicológicas y sociales de alumnado.
- Distribución de los contenidos en base a la legislación vigente.
- Conocimientos previos de los alumnos y nivel según la evaluación inicial.
- Asequibilidad de los elementos en el centro (limitaciones de nuestras instalaciones),
- Calendario escolar vigente para el presente curso en referencia al número de sesiones disponibles y tiempo real de práctica.
- Climatología.

A continuación, se expone la distribución de los contenidos, temporalizada por cursos, trimestres y número de sesiones:

DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS: UNIDADES DIDÁCTICAS					
Curso	Trim	Bloque / Unidades	Bloque	Sesiones	Total
1º ESO	1ª	Presentación		1	26
		Juegos recreativos y cooperativos I	Bloq. III	4	
		Evaluación inicial		1	
		Calentamiento general y vuelta a la calma	Bloq. VI	2	
		Condición física I	Bloq. I	8	
		Desinhibición	Bloq. V	5	
	Habilidades motrices básicas/Parkour	Bloq. I	5		
	Fundamentos de la Educación Física			Teoría	
	Capacidades físicas básicas I				
	Desinhibición				
	Fundamento de las habilidades motrices/Parkour				
	2ª	Iniciación pre-deportiva	Bloq. III	5	23
Fundamentos gimnásticos. Habilidades coordinativas	Bloq. I	5			
Deportes alternativos I (Kinball, Datchball y Colbol)	Bloq. I	6			
Bailes y danzas tradicionales del mundo	Bloq. IV	7			
Anatomía funcional básica I			Teoría		
Actividad Física y Salud I					
Fundamentos pre-deportivos					
Deportes y juegos alternativos I					
Danzas del mundo					
3ª	Juegos populares y tradicionales	Bloq. VI	6	20	
Deportes alternativos II (Futgolf, Artzikirol, Goubak, Biibol, Ringol y Skate Bottle)	Bloq. II	8			
Actividades Medio Natural I. Juegos en el medio natural	Bloq. IV	6			
Fisiología humana I			Teoría		
Juegos Populares					
Deportes y juegos alternativos II					
Actividad Física en el medio natural					
-Primeros auxilios y RCP				Gestión complem. del aula	
-Introducción a la nutrición en el entorno escolar					
-Análisis de la AF-Salud y calidad de vida					
-Normas de seguridad, organización y utilización del material.					
-Actitudes, valores y normas mediante la práctica física.					
-Utilización de las TIC en EF.					

Tabla 44. Distribución temporal de los contenidos por Unidad didáctica para 1º ESO.

DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS: UNIDADES DIDÁCTICAS

Curso	Trim	Bloque / Unidades	Bloque	Sesiones	Total	
2º ESO	1ª	Presentación		1	23	
		Juegos recreativos y cooperativos II	Bloq. III	4		
		Evaluación inicial		1		
		Calentamiento general y específico y vuelta a la calma	Bloq. VI	2		
		Condición Física II	Bloq. I	9		
		Dramatización	Bloq. V	6		
	2ª	Calentamiento general y específico			Teoría	
		Condición física				
		Fisiología del ejercicio I				
		Biomecánica del movimiento humano				
		Dramatización				
3ª	Balónmano	Bloq. III	8	25		
	Judo	Bloq. II	6			
	Atletismo	Bloq. I	6			
	Bailes latinos: rumba y chachachá	Bloq. V	5			
	Deporte del balónmano				Teoría	
	Deporte del Judo					
Deporte del atletismo						
Historia del deporte						
Análisis comportamental. Emociones						
Bailes incidiendo en las extremidades y bailes grupales						
3ª	Comba	Bloq. III	6	20		
	Deportes alternativos I (Korfball, Baloncodo y pinfuvote)	Bloq. II	3			
	Floorball	Bloq. II	7			
	Act. Medio Natural II (Orientación y senderismo).	Bloq. IV	4			
	Actividad Física y Salud II				Teoría	
	Comba					
Deportes alternativos I						
Floorbal/Hockey						
Actividad Física en el medio natural						
				Gestión complem. del aula		
		-Análisis de la AF-Salud y calidad de vida -Normas de seguridad, organización y utilización del material. -Actitudes, valores y normas mediante la práctica física. -Utilización de las TIC aplicadas al análisis biomecánico. -Nutrición en el entorno escolar.				

Tabla 45. Distribución temporal de los contenidos por Unidad didáctica para 2º ESO.

DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS: UNIDADES DIDÁCTICAS

Curso	Trim	Bloque / Unidades	Bloque	Sesiones	Total	
3º ESO	1ª	Presentación		1	23	
		Juegos recreativos y cooperativos III.	Bloq. III	4		
		Evaluación inicial.		1		
		Calentamiento General-Específico y vuelta a la calma	Bloq. VI	2		
		Condición Física III.	Bloq. I	9		
		Improvisación	Bloq. V	6		
	2ª	Calentamiento y vuelta a la calma			Teoría	
		Fisiología del ejercicio II				
		Condición Física.				
		Anatomía funcional II				
		Expresión corporal				
3ª	Baloncesto	Bloq. III	6	25		
	Acrosport	Bloq. II	7			
	Rugby	Bloq. III	6			
	Deportes adaptados	Bloq. VI	6			
	Deporte del baloncesto				Teoría	
	Acrosport					
Deporte del Rugby						
Nutrición						
Antropometría						
Bioquímica del ejercicio físico						
3ª	Béisbol	Bloq. III	5	20		
	Bailes latinos: bachata y salsa	Bloq. V	6			
	Indiaca	Bloq. III	5			
	Actividad Física en el medio natural III	Bloq. IV	4			
	Actividad Física y Salud III				Teoría	
	Deporte del béisbol					
Expresión corporal. Danzas y bailes.						
Deportes alternativos. Indiaca						
Actividad física en el medio natural.						
		-Análisis de la AF-Salud y calidad de vida -Normas de seguridad, organización y utilización del material. -Actitudes, valores y normas mediante la práctica física. -Utilización de las TIC aplicadas al análisis biomecánico.			Gestión complem. del aula	

Tabla 46. Distribución temporal de los contenidos por Unidad didáctica para 3º ESO.

DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS: UNIDADES DIDÁCTICAS

Curso	Trím	Bloque / Unidades	Bloque	Sesiones	Total	
4º ESO	1ª	Presentación Juegos recreativos y cooperativos IV Evaluación Inicial Calentamiento específico, relajación y masajes Condición Física IV Teatro/sombras	Bloq. III	1 4 1 2 9 6	23	
		Actividad Física y Salud IV Entrenamiento deportivo I Teatro y sombras		Teoría		
	2ª	Fútbol sala Malabares Lucha canaria y greco-romana Bailes de salón, latinos y rock and roll	Bloq. III Bloq. V Bloq. II Bloq. V	8 5 5 7	25	
		Fútbol sala Malabares Lucha canaria y greco-romana. Historia del deporte Anatomía avanzada Lesiones deportivas Control motor Bailes de salón		Teoría		
	3ª	Voleibol Palas Disco volador Actividades en el medio natural IV.	Bloq. III Bloq. III Bloq. II Bloq. IV	6 5 5 4	20	
		Deporte del voleibol Deportes con implementos. Palas y tenis. Deportes alternativos. Ultimate Fisiología del ejercicio III Psicología deportiva y sociología deportiva Actividad física en el medio natural		Teoría		
					Gestión complem. del aula	
			-Análisis de la AF-Salud y calidad de vida. -Normas de seguridad, organización y utilización del material. -Actitudes, valores y normas mediante la práctica física. -Utilización de las TIC aplicadas al análisis biomecánico.			

Tabla 47. Distribución temporal de los contenidos por Unidad didáctica para 4º ESO.

DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS: UNIDADES DIDÁCTICAS

Curso	Trím	Bloque / Unidades	Bloque	Sesiones	Total	
1º BACHILLERATO	1ª	Presentación Juegos recreativos y cooperativos V Evaluación Inicial Calentamiento y vuelta a la calma V Condición Física. Autoentrenamiento. Clown/Festival/Magia	Bloq. III	1 4 1 2 9 6	23	
		Entrenamiento deportivo II Fisiología del ejercicio IV Expresión corporal. Clown/Magia		Teoría		
	2ª	Atletismo Deportes alternativos: Touchball, balonkorf y lacrosse Bádminton Coreografía: Hip Hop y danzas callejeras	Bloq. I Bloq. II Bloq. III Bloq. V	8 5 5 7	25	
		AF para la tercera edad Planificación y organización de eventos deportivos Deporte individual. Atletismo Deportes alternativos: touchball, balonkorf y lacrosse Deporte Bádminton Expresión corporal: danzas callejeras		Teoría		
	3ª	Invencción de un deporte y material auto-construido Bicicleta Act. dirigidas: aeróbic, step, zumba, body pum, king boxing Actividades en el medio natural V.	Bloq. III Bloq. II Bloq. I Bloq. IV	4 7 5 4	20	
		Instalaciones y servicios deportivos Diseño de actividades turísticas Educación para el consumo Actividades dirigidas. Gimnasio Actividad física en el medio natural V		Teoría		
					Gestión complem. del aula	
			-Análisis de la AF-Salud y calidad de vida -Normas de seguridad, organización y utilización del material. -Actitudes, valores y normas mediante la práctica física. -Utilización de las TIC aplicadas al análisis biomecánico.			

Tabla 48. Distribución temporal de los contenidos por Unidad didáctica para 1ºBACH.

2.4.-Tratamiento de los elementos transversales

La **Orden ECD/489/2016** en su artículo 11 y la **Orden ECD 494/2016** en su artículo 16 establecen la relación de elementos transversales que debemos considerar y a los que debemos atender de forma complementaria en todas las materias.

La etapa de la Educación secundaria obligatoria y bachillerato es para el alumnado una etapa de grandes cambios, tanto físicos como psicológicos; entran de lleno en la adolescencia y hay que estar preparados para atender a los diferentes niveles de maduración de cada individuo. La educación en valores democráticos es uno de los elementos de mayor relevancia en la educación del alumnado.

La Educación física puede ayudar en este proceso de maduración buscando que el alumno conozca y acepte los cambios que se producen en su cuerpo, aprenda los mecanismos para cuidarlo, respete las características personales que existen entre él y sus compañeros y valore las diferencias de género. Todo ello está directamente relacionado con la educación en valores.

La Educación Física debe ser un medio para fomentar la igualdad entre género, para que el alumno aprenda a respetar unas normas, a tener una participación democrática en la clase, a convivir con los demás, a disfrutar jugando con independencia del resultado, a plantearse retos y a superar pequeñas frustraciones.

A continuación, se presentan las actuaciones que se ejecutarán desde EF para la consecución de la educación en valores democráticos, así como el tratamiento de los mismos con los diversos contenidos.

a) Comprensión lectora. La expresión oral y escrita.

La comprensión lectora, expresión oral y escrita es un elemento importante para la correcta interrelación del alumnado con sus iguales. La asignatura de Educación Física establecerá actividades lúdicas mediante la utilización de juegos en los que se tengan que expresar y comunicar de forma oral y escrita. Igualmente, la realización de trabajos y exposiciones de clase harán necesario que todo el alumnado interactúe y se esfuerce en expresar y comunicar de forma correcta.

b) La comunicación audiovisual.

Herramientas web de edición de música y vídeo junto con plataformas de reproducción de contenido digital facilita la labor del docente y ayuda a la correcta comprensión del contenido que debe ser impartido y tratado. La clase de Educación Física se ayuda de este tipo de herramientas facilitadoras de la comunicación y comprensión audiovisual para completar correctamente el proceso de E-A.

c) Las tecnologías de la información y comunicación.

Existen herramientas muy útiles como son las nuevas tecnologías de la información y comunicación. Su uso puede llegar a contribuir y facilitar la ejecución práctica de las clases de Educación Física. La utilización de aplicaciones móviles que faciliten la realización de trabajos, exposición de los mismos y contribuir a la creación de nuevo material, junto al uso de plataformas web para facilitar el ahorro de papel son elementos facilitadores de los nuevos avances tecnológicos.

d) El emprendimiento y la educación cívica y constitucional.

En la mayoría de nuestras actividades se tienen en cuenta contenidos actitudinales relacionados con este tema transversal, sobre todo en los bloques de juegos y deportes y de expresión corporal.

En el contenido de juegos y deportes a consecuencia de las normas que habitualmente incluimos para el control y orden de los mismos, así es como deben entender que las reglas son comunes a todos, aceptadas por todos y ello implica el adecuado civismo y respeto.

En expresión corporal también se trabajan habitualmente los valores democráticos, aunque sin hacerlo consciente al alumnado. Un ejemplo es que, por grupos, tienen que crear una coreografía expresiva, deben elegir, por consenso, un representante del grupo que será el que dirigirá y supervisará la creación y ejecución del montaje. Esta figura tomará decisiones que afectarán al resto, ello implicará que la elección del representante será determinante, de ahí la importancia de elegir bien.

Principalmente se conseguirá la competencia social y ciudadana, así como la autonomía e iniciativa personal y la competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.

e) La igualdad efectiva entre hombres y mujeres y la prevención de la violencia de género, de los valores inherentes al principio de igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición personal o social.

En todas las actividades se tendrá en cuenta la participación igualitaria y cooperativa entre ambos géneros, intentando reducir las distancias que se manifiestan entre ellos por el contexto social y cultural en el que viven.

Las condiciones de aprendizaje que se dan en Educación Física y los diferentes contenidos que tratamos, nos favorecen al educar en la igualdad y en el acercamiento entre ambos géneros. Es un aspecto que vamos a tener muy en cuenta en las tareas, recursos metodológicos y en la evaluación.

A lo largo de todo el curso se intentará explicar tanto las diferencias entre ambos géneros, como los cambios acontecidos en la época de crecimiento en la que se encuentran los alumnos, es decir, la pubertad y la adolescencia. Así se intentará que los alumnos/as, comprendan aquellos cambios físicos que están experimentando con total normalidad que inciden positiva o negativamente en su desarrollo motor (aumento de la talla, envergadura, peso, aumento del vello, maduración psicológica, sexual, etc.)

f) Prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como de los valores que sustentan la libertad, justicia, igualdad, pluralismo político, paz, democracia, respeto de derechos humanos y rechazo a la violencia de terrorismo.

La Educación Física presenta un variado tipo de actividades que permiten sustituir los conflictos, ayudando a resolverlos de una forma comprensiva y no violenta.

En la práctica de actividades físico-deportivas se pueden detectar una serie de actitudes que, bajo una perspectiva educativa, contribuyen a fomentar la solidaridad, tolerancia, cooperación, respeto, cohesión y aceptación.

En actividades recreativas y deportivas, así como muchas de las actividades de expresión corporal, se fomentan muchos de estos valores.

Así mismo se trata de hacerles descubrir mediante la relajación a descubrir mecanismos para autorregular el estrés y nerviosismo y buscar pautas para el control ante una situación de inseguridad como un examen.

g) Desarrollo sostenible y medio ambiente.

La Educación Física participa de forma importante en la educación ambiental a partir del desarrollo del bloque de actividades en el medio natural. Aquí plantearemos actividades fuera del centro en la unidad de medio ambiente con actividades de orientación y senderismo fundamentalmente, aunque también en las actividades que realicemos en conexión directa con la naturaleza (esquí, por ejemplo).

A través de todas ellas trabajaremos aspectos de conocimiento del entorno natural próximo y su respeto y conservación.

h) Espíritu emprendedor y adquisición de competencias para la creación de desarrollo empresarial e igualdad de oportunidades.

Desde nuestra materia trataremos que los alumnos sean críticos con la inmensa oferta que se nos presenta hoy en día en cuanto al consumo de material y vestuario deportivo. Deben saber cómo la actividad física es objeto de expectativas económicas y políticas que tratan de transformarla en un bien de consumo: marcas comerciales, productos, instalaciones, que poco tienen que ver con nuestra salud o con finalidades utilitarias o educativas. Además, se elaboran materiales para deportes alternativos y expresión corporal a través de materiales de desecho, que se reciclarán para darle uso práctico en las clases.

i) Actividad física y dieta equilibrada.

Tratado durante toda la etapa como uno de los puntos clave de nuestra asignatura, tratándose en los tres tipos de contenidos e incluyendo conceptos como la mejora de la calidad de vida y el aspecto preventivo a través del ejercicio físico.

Algunos de los contenidos específicos que tratamos son:

-Beneficios de la AF sobre los diferentes sistemas corporales.

-Riesgos del sedentarismo.

-Higiene postural y cuidado específico de la espalda en actividades cotidianas y en el trabajo en educación física (trabajo de fuerza).

-Respiración y relajación.

-Hábitos de vida y sustancias perjudiciales para la salud.

-El calentamiento y vuelta a la calma.

-La resistencia aeróbica dentro de la zona de actividad...

j) Educación y seguridad vial.

Se tratará en el bloque de contenidos de actividades en el medio natural con las actividades asociadas de: senderismo y orientación. En otros bloques de contenidos también tiene cabida, ya que cualquier actividad que realizamos fuera del centro, se abordan los temas relacionados con la circulación por carreteras, seguridad vial, la utilización del casco como medida preventiva, etc.

Tratamos también de que tomen conciencia de la necesidad de respetar los vehículos a motor y las connotaciones negativas que implica la conducción de vehículos de forma negligente.

Figuran a continuación algunos de los criterios que podemos adoptar para asegurar el tratamiento de los elementos transversales:

-Plantear propuestas de aprendizaje de tipo cooperativo y competitivo, con el propósito de desarrollar actitudes de tolerancia, deportividad y respeto a la diversidad.

-Propiciar una actitud crítica ante la publicidad del tabaco, alcohol, etc.

-Fomentar una actitud crítica, responsable y solidaria como participante y como espectador.

-Promover prácticas que tengan como común denominador el trato no discriminatorio entre sexos, es decir, que estén adaptadas a los intereses y necesidades tanto de las alumnas como de los alumnos.

-Utilizar un lenguaje no sexista, evitando el uso exclusivo del género masculino.

-Favorecer y estimular la participación equitativa de alumnos y alumnas en las actividades físico-deportivas, ampliando la oferta de manera que se adecue a los intereses de unos y otros, y distribuyendo adecuadamente los recursos.

-En las actividades sugeridas, destacar la cooperación sobre la competición, el esfuerzo sobre el rendimiento, el diálogo sobre la imposición... cuestiones que favorecen el desarrollo de auténticos valores solidarios.

-Reflexionar sobre los usos y abusos de que está siendo objeto el medio urbano y natural, y llevar a la práctica aquellas actividades que menor impacto ambiental tengan.

-Estimular la valoración de sensaciones positivas que se deriven de realizar actividad física en el medio natural.

-Adquirir conocimientos, actitudes y hábitos que permitan al alumnado adoptar estilos de vida saludables, favoreciendo su desarrollo integral.

-Proponer una amplia gama de actividades que, posteriormente, los alumnos puedan emplear para confeccionar un programa de mejora de la salud a través de las actividades físicas.

2.5.-Evaluación

El proceso de evaluación comprende la verificación de la consecución de los resultados previstos en los objetivos expuestos mediante los procedimientos de evaluación y a su vez la cuantificación numérica de esos resultados a través de unos criterios de calificación y unos estándares de aprendizaje evaluables. Para el correcto tratamiento de los mismos nos hemos basado en la consecución de las indicaciones propuestas en la **Orden ECD/624/2018, de 11 de abril** para la ESO, y **Orden ECD/623/2018, de 11 de abril** para bachillerato, sobre la evaluación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

2.5.1.-Criterios de evaluación.

Los criterios de calificación de la materia de Educación Física vienen expuestos en el anexo II de la **Orden ECD 489/2016, de 26 de mayo** y de la **Orden ECD 494/2016, de 26 de mayo**. Estos están diferenciados por curso y se relacionan a su vez con las competencias clave:

2.5.1.1.-Criterios de evaluación de 1º ESO.

Criterios de Evaluación	Competencias Clave
Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos partiendo de las HMB.	CMCT-CAA-CCL
Crit.EF.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición, a través de retos tácticos.	CAA-CMCT-CIEE
Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración oposición, a través de retos tácticos	CAA-CMCT-CIEE
Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos partiendo (de la selección y combinación) de las habilidades motrices básicas	CAA
Crit.EF.5.2. Expresar y comunicar mensajes utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos	CCL-CCEC-CSC-CIEE
Crit.EF.6.4. Conocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de la intensidad de AF.	CAA-CMCT
Crit.EF.6.5. Desarrollar gestión de su CF acorde a sus posibilidades y manifestando actitud hacia uno mismo	CIEE-CAA-CMCT
Crit.EF.6.6. Reconocer cada una de las fases de la sesión de AF así como las características de las mismas	CMCT-CAA
Crit.EF.6.7. Valorar la importancia de las actitudes en la práctica de la actividad física, respetando las diferencias de cada persona y colaborando con los demás.	CIEE-CSC
Crit.EF.6.8. Conocer las posibilidades que ofrecen las AF-D como forma de ocio activo y utilización del entorno	CSC
Crit.EF.6.9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en AF-D y artístico-expresivas, adoptar medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo tanto a nivel individual como colectivo	CAA-CMCT-CSC
Crit.EF.6.10. Recopilar con la ayuda del docente Información del proceso de aprendizaje para ordenar, analizar y seleccionar información relevante y realiza argumentaciones de los mismos.	CD

Tabla 49. Criterios de evaluación normativos para 1º ESO en la materia de EF.

2.5.1.2.-Criterios de evaluación de 2º ESO.

Criterios de Evaluación	Competencias Clave
Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico deportivas.	CAA-CMCT-CCL
Crit.EF.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando diferentes estrategias	CAA-CMCT-CIEE
Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración oposición, utilizando estrategias	CAA-CMCT-CIEE
Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico deportivas.	CAA-CMCT
Crit.EF.5.2. Interpretar acciones motrices artístico-expresiva, utilizando expresión corporal y otros recursos.	CCEC-CCIE-CSC-CCL
Crit.EF.6.4. Experimentar con los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, con un enfoque saludable.	CAA-CMCT
Crit.EF.6.5. Desarrollar el nivel de gestión de su CF acorde a sus posibilidades y con una actitud de superación.	CIEE
Crit.EF.6.6. Realizar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.	CMCT-CAA
Crit.EF.6.7. Valorar las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de ocio activo y de inclusión social facilitando la participación de otras personas independientemente de sus características, respetando las normas, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	CIEE-CSC
Crit.EF.6.8. Identificar las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	CSC
Crit.EF.6.9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, prestando atención a las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	CAA-CMCT-CSC
Crit.EF.6.10. Recopilar Información del proceso de aprendizaje para ordenar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios y realiza argumentaciones de los mismos.	CD

Tabla 50 Criterios de evaluación normativos para 2º ESO en la materia de EF.

2.5.1.3.-Criterios de evaluación de 3º ESO.

Criterio de Evaluación	Competencias clave
Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	CMCT-CAA-CCL
Crit.EF.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	CAA-CMCT-CIEE
Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	CAA-CMCT-CIEE
Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	CAA
Crit.EF.5.2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	CCL-CCEC-CSC-CIEE
Crit.EF.6.4. 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.	CAA-CMCT
Crit.EF.6.5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto-exigencia en su esfuerzo.	CIEE-CAA-CMT
Crit.EF.6.6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.	CMCT-CAA-CCL

Crit.EF.6.7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás, aceptando sus aportaciones y respetando las normas establecidas.	CIEE-CSC
Crit.EF.6.8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	CSC
Crit.EF.6.9. 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.	CAA-CMCT-CCL-CSC
Crit.EF.6.10. 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 de los contenidos/temas/ proyectos impartidos durante el curso.	CD-CCL

Tabla 51. Criterios de evaluación normativos para 3º ESO en la materia de EF.

2.5.1.4.-Criterios de evaluación de 4º ESO.

Criterio de Evaluación	Competencias clave
Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, buscando un cierto grado de eficacia y precisión.	CAA-CMCT
Crit.EF.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.	CAA-CSS-CMCT
Crit.EF.3.1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión	CAA-CMCT
Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando alguna decisión eficaz en función de los objetivos.	CAA-CSS-CMCT
Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas buscando un cierto grado de eficacia y precisión.	CAA-CMCT
Crit.EF.4.3. 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.	CAA-CSS-CMCT
Crit.EF.5.2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.	CCEC-CCL-CSC
Crit.EF.6.4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.	CAA-CCEC
Crit.EF.6.5. 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-CCEC-CAA
Crit.EF.6.6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.	CMCT
Crit.EF.6.7. 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.	CMCT-CD-CAA-CSC
Crit.EF.6.8. 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.	CSC
Crit.EF.6.9. 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-CSC
Crit.EF.6.10. 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.	CMCT
Crit.EF.6.11. Respetar las normas y demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.	CSC
Crit.EF.6.12. 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 deporte más adecuado.	CD-CAA-CCL

Tabla 52. Criterios de evaluación normativos para 4º ESO en la materia de EF.

2.5.1.4.5.-Criterios de evaluación de 1º Bachillerato.

Criterio de Evaluación	Competencias clave
Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica, aplicando habilidades motrices específicas buscando un cierto grado de fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.	CAA-CMCT-CSC
Crit.EF.2.3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	CAA-CMCT
Crit.EF.3.1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica, aplicando habilidades motrices específicas buscando un cierto grado de fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.	CAA-CMCT-CSC
Crit.EF.3.3. Solucionar de forma creativa situaciones de colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	CAA-CSC
Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica, aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.	CAA-CMCT-CSC
Crit.EF.4.3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	CAA
Crit.EF.5.2. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.	CCEC-CIEE-CCL-CD

Crit.EF.6.4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.	CMCT
Crit.EF.6.5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.	CMCT-CIEE
Crit.EF.6.6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.	CIEE-CCEC-CSC
Crit.EF.6.7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo	CAA-CMCT
Crit.EF.6.8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno de la actividad física.	CSC
Crit.EF.6.9. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.	CD-CCL

Tabla 53. Criterios de evaluación normativos para 1º BACH en la materia de EF.

2.5.2.-Estándares de aprendizaje evaluables.

Los estándares de aprendizaje evaluable de Educación Física, se dividen para su consecución en 1º ciclo (correspondiente a los niveles de 1º, 2º y 3º ESO) y en 2º ciclo (correspondiente a 4º ESO). Al igual que para el caso anterior, los criterios de evaluación, se recogen en el anexo II de la **Orden ECD 489/2016, de 26 de mayo**.

2.5.2.1.-Estándares de aprendizaje evaluables para 1º ciclo ESO.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	
Est.EF.1.1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	
Est.EF.1.1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	
Est.EF.1.1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	
Est.EF.1.1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	
Est.EF.2.3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las AF-D de oposición propuestas.	
Est.EF.2.3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de ataque y de defensa en las AF-D de oposición seleccionadas.	
Est.EF.2.3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	
Est.EF.2.3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	
Est.EF.3.3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de cooperación o colaboración-oposición propuestas.	
Est.EF.3.3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de cooperación o colaboración-oposición seleccionadas.	
Est.EF.3.3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de cooperación o colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	
Est.EF.3.3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	
Est.EF.4.1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación u otras actividades adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.	
Est.EF.5.2.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.	
Est.EF.5.2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado	
Est.EF.5.2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.	
Est.EF.5.2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea	
Est.EF.6.4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.	
Est.EF.6.4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de AF, la alimentación y la salud.	
Est.EF.6.4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la AF sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva	
Est.EF.6.4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la FC correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	
Est.EF.6.4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.	
Est.EF.6.4.6. 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.	
Est.EF.6.5.1. Participa activamente en la gestión de la mejora de las CFB desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	
Est.EF.6.5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.	
Est.EF.6.5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	
Est.EF.6.5.4. 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.	
Est.EF.6.6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.	
Est.EF.6.6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma	
Est.EF.6.6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	
Est.EF.6.7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	
Est.EF.6.7.2. Colabora en actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	
Est.EF.6.7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	
Est.EF.6.8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	
Est.EF.6.8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.	
Est.EF.6.8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, el ocio, la AF-D en el contexto social actual.	
Est.EF.6.9.1. Identifica las características de las AF-D y artístico-expresivas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo y/o para los demás.	
Est.EF.6.9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.	
Est.EF.6.9.3. Adopta medidas preventivas y de seguridad en las actividades desarrolladas, con cuidado en aquellas que se realizan en entorno no estable.	

Est.EF.6.10.1. Utiliza las TIC para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante de los contenidos/temas/ proyectos impartidos durante el curso.
Est.EF.6.10.2. Expone y defiende los trabajos elaborados sobre temas del curso y vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

Tabla 54. Estándares establecidos por la normativa vigente para 3º ESO.

2.5.2.2.-Estándares de aprendizaje evaluables para 2º ciclo ESO.

Estándares
Est.EF.1.1.1. 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.
Est.EF.2.3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.
Est.EF.3.1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
Est.EF.3.3.2. Aplica de forma 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.
Est.EF.3.3.3. Aplica de forma 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.
Est.EF.3.3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.
Est.EF.4.1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.
Est.EF.4.3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos implicados en las mismas.
Est.EF.4.3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.
Est.EF.5.2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.
Est.EF.5.2.2. 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.
Est.EF.5.2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.
Est.EF.6.4.1. 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 colectivas.
Est.EF.6.4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
Est.EF.6.4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la CF y la salud.
Est.EF.6.4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.
Est.EF.6.4.5. Utiliza indumentaria apropiada para las clases de EF y mantiene un correcto hábito higiénico con el cambio de camiseta a la conclusión de la sesión.
Est.EF.6.5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.
Est.EF.6.5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma AF con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
Est.EF.6.5.3. 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.
Est.EF.6.5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.
Est.EF.6.6.1. Analiza la AF principal de la sesión para establecer las características de las fases de activación y de vuelta a la calma.
Est.EF.6.6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de 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.
Est.EF.6.6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.
Est.EF.6.7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.
Est.EF.6.7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.
Est.EF.6.7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.
Est.EF.6.8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
Est.EF.6.8.2. 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.
Est.EF.6.8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto de participante, como del de espectador.
Est.EF.6.9.1. Compara los efectos de las diferentes AF y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.
Est.EF.6.9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.
Est.EF.6.9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
Est.EF.6.10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.
Est.EF.6.10.2. Conoce los primeros auxilios e identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
Est.EF.6.10.3. Sabe realizar la RCP y describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes y situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.
Est.EF.6.11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.
Est.EF.6.11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo y respeta las normas y rutinas establecidas.
Est.EF.6.12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
Est.EF.6.12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.
Est.EF.6.12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

Tabla 55. Estándares establecidos por la normativa vigente para 4º ESO.

2.5.2.3.-Estándares de aprendizaje evaluables para 1º Bachillerato.

Estándares
Est.EF.1.1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.
Est.EF.1.1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.
Est.EF.2.3.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición.
Est.EF.2.3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.
Est.EF.2.3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición adaptándolas a las características de los participantes.
Est.EF.3.1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
Est.EF.3.3.2. Colabora con los participantes en las AF-D en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno.
Est.EF.3.3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

Est.EF.3.3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.
Est.EF.3.3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.
Est.EF.4.1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.
Est.EF.4.1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.
Est.EF.4.1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.
Est.EF.4.3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.
Est.EF.5.2.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.
Est.EF.5.2.2. Representa montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.
Est.EF.5.2.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.
Est.EF.6.4.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.
Est.EF.6.4.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.
Est.EF.6.4.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.
Est.EF.6.5.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.
Est.EF.6.5.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas, considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.
Est.EF.6.5.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.
Est.EF.6.5.4. Elabora su programa personal de actividad física, conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.
Est.EF.6.5.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de AF, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado
Est.EF.6.5.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas.
Est.EF.6.6.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.
Est.EF.6.6.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.
Est.EF.6.7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y/o del grupo, sabiendo realizar la RCP y acciones de 1º auxilios.
Est.EF.6.7.2. Usa los materiales y equipamientos, atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.
Est.EF.6.7.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo
Est.EF.6.8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.
Est.EF.6.8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.
Est.EF.6.9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.
Est.EF.6.9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.

Tabla 56. Estándares establecidos por la normativa vigente para 1º Bachillerato.

2.5.3.-Indicadores generales mínimos evaluables.

Los indicadores mínimos son un conjunto de normas y elementos generales relacionados con aspectos del aula y materia que se tendrán en cuenta para la promoción de los alumnos.

Indicadores mínimos evaluables
Asistir con regularidad a clases y realizar las clases prácticas.
Participar de forma activa en las clases.
Traer fruta con regularidad a clase de Educación Física.
Venir provistos de la indumentaria y el material adecuado en cada momento.
Tener un comportamiento de respeto y tolerancia a compañeros y profesores.
Utilizar un vocabulario adecuado en clase de Educación Física.
Haber presentado de manera aceptable al menos uno de los trabajos encargados para el trimestre.
Realizar las pruebas físicas, juegos y tareas que se planteen en clase.
Poner énfasis en mejorar las destrezas motrices y desarrollar la capacidad individual y colectiva de mejora en su aprendizaje motriz.
No abandonar la asignatura. Se entiende que incurren en el abandono aquellos alumnos que falten de forma asidua, que no traigan la ropa adecuada para la práctica, que no realicen los ejercicios o actividades que se plantean, los que entregan los exámenes en blanco, o los que no realizan al menos uno de los trabajos que se piden para el trimestre. Estos hechos de abandono, serán comunicados al tutor del grupo de alumnos.

Tabla 57. Indicadores mínimos evaluables para los distintos niveles educativos.

2.5.4.-Contenidos evaluables.

2.5.4.1.-Contenidos evaluables para 1º ESO.

- Conocimiento de las diferentes partes de la sesión.
- Conocimiento del nivel de intensidad de cada parte de sesión y los efectos positivos que implican en el organismo.
- Definición de calentamiento general y las actividades que debe incluir en su realización.

- Conocimiento y desarrollo de forma autónoma las diferentes actividades que componen un calentamiento general.
- Conocimiento y aplicación de pruebas y test físicos para la evaluación del estado de CF.
- Definición de las CFB, conocer sus tipos, sus características y los efectos beneficiosos del organismo relacionadas con la salud.
- Desarrollo de actividades que fortalezcan las CFB mediante una práctica activa.
- Muestra de una actitud autónoma en las sesiones de EF.
- Conocimiento y desarrollo de diferentes acciones gimnásticas básicas (saltos, volteos, giros, etc.) mediante el empleo de actividades individuales o grupales.
- Realización de volteretas con apoyos y sin apoyo. Polarizar la atención en la culminación.
- Realización de saltos con diferentes propulsiones atendiendo a diferentes tipos de giros.
- Conocimiento y desarrollo de diferentes situaciones en las que exista confrontación directa a un adversario mediante juegos pre-deportivos e iniciación deportiva.
- Utilización las diferentes posibilidades expresivas del cuerpo.
- Desarrollo del movimiento del cuerpo como medio de comunicación y expresión mediante técnicas de desinhibición.
- Participación en las actividades de expresión corporal de forma desinhibidas consiguiendo una ejecución positiva en las sesiones.
- Diferenciación de las cualidades motrices (equilibrio, agilidad y coordinación) a través de la práctica de las habilidades motrices básicas y genéricas.
- Desarrollo de las habilidades motrices genéricas mediante la resolución de diversos problemas motores expuestos en actividades pre-deportivas, iniciación deportiva y juegos lúdico-recreativos.
- Conocimiento y desarrollo de las cualidades motrices básicas mediante actividades coordinativas y gimnásticas.
- Desarrollo manipulativo y fortalecimiento de la musculatura sostén del organismo.
- Valoración de la autopercepción y aptitud personal mediante el refuerzo positivo al demostrar la valía en el desarrollo de alguna acción motriz predominante de los juegos populares y alternativos y deportes alternativos.
- iniciarse en los juegos y deportes alternativos y cooperativos, y desarrollarlos mediante los elementos técnicos y reglamentarios.
- Ejecución de diferentes juegos cooperativos, actividades y deportes alternativos atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre.
- Fomento del bagaje histórico de juegos y deportes tradiciones del contexto cercano al centro educativo.
- Respeto de las reglas y muestra de una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.
- Descubrimiento, aprendizaje y combinación de distintos ritmos mediante el uso de diferentes juegos de danzas y pasos de bailes populares y tradicionales.
- Manejo de diversos objetos mediante pasos de bailes y danzas.
- Relación con compañeros mostrando actitud desinhibida con independencia al género.
- Conocimiento de los fundamentos teórico-prácticos básicos de la Educación Física y las características que la hacen una materia global.
- Conocimiento de la anatomía básica y la fisiología básica del ser humano.
- Identificación diferentes actividades relacionadas con juegos y deportes alternativos.
- Conocimiento y practica de juegos cooperativos, populares, tradicionales y autóctonos como medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre.
- Relación con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza.
- Concienciación de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea.
- Desarrollo de acciones de reconocimiento de señales, rastreos, espacialidad y grandes juegos en la naturaleza.
- Practica de senderismo y fomento del compañerismo y la igualdad de género en un medio de incertidumbre inestable.

- Conocimiento de los efectos que la práctica de actividad física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal.
- Mejora de calidad de vida, la salud física, psíquica, y social mediante la práctica de AF.
- Conocimiento de los riesgos de una mala praxis física, las contraindicaciones y las medidas higiénicas preventivas.
- Desarrollo de pautas de correctos hábitos saludable (alimentación y aseo personal).
- Consolidación de un adecuado clima, tolerancia entre compañeros y respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en las actividades.
- Valoración del uso del juego limpio, la implicación individual, la actuación activa de la práctica física sin escabullirse de la realización de la tarea encomendada.
- Respeto al profesor, los momentos de la sesión de EF, el material y las instalaciones.
- Conocimiento y ejecución de una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.
- Elaboración de trabajos teóricos relacionados con los contenidos prácticos desarrollados con la intención de reforzar los contenidos y elaborarlos de una forma diferente a la memorización teórica tradicional.

2.5.4.2.-Contenidos evaluables para 2º ESO.

- Diferenciación de las partes en las que se divide una sesión.
- Adecuación del organismo al correcto nivel de intensidad en relación al trabajo encomendado en cada parte de sesión.
- Consolidación e identificación de las diferentes actividades que componen un calentamiento general.
- Iniciación del conocimiento de actividades que componen el calentamiento específico.
- Muestra de la capacidad de desarrollo de un calentamiento general con autonomía y madurez al resto de compañeros del grupo.
- Consolidación de los efectos beneficiosos que implican un adecuado uso del calentamiento y vuelta a la calma en el organismo.
- Clasificación y conocimiento de pruebas y test físicos de evaluación del estado de condición física y el estado de recuperación de la fatiga.
- Valoración de pruebas y test físicos que arrojen resultados sobre posibilidades y limitaciones personales.
- Consolidación del conocimiento sobre la definición, tipo, características y desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Desarrollo de las CFB mediante la práctica de actividad en las sesiones de EF.
- Muestra de atención a la intensidad subjetiva del esfuerzo. Conocimiento de su definición y aplicabilidad práctica.
- Atención a la aplicación de actividades encaminadas al refuerzo de los efectos beneficiosos del organismo relacionados con la salud que hagan mejorar las CFB.
- Participación activa en las clases y consolidación de un adecuado trabajo autónomo.
- Aplicación y desarrollo de las posibilidades expresivas del cuerpo.
- Desarrollo de actividades que mejoren la dramatización.
- Valoración del movimiento como medio de comunicación y expresión creativa.
- Ejecución de repertorio variado de habilidades expresivas basadas en la dramatización.
- Conocimiento de las características, principios y reglas de la modalidad del balonmano.
- Ejecución correcta de los principales elementos técnicos del balonmano.
- Conocimiento y desarrollo mediante ejecución práctica de las acciones tácticas de ataque y defensa propias de la modalidad deportiva del balonmano.
- Afianzamiento del dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el desarrollo de la modalidad deportiva del balonmano enmarcada en las acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición.
- Conocimiento de las características, principios y reglas de la modalidad del judo.
- Ejecución correcta de los principales elementos técnicos de la modalidad del judo.

- Conocimiento y desarrollo mediante ejecución práctica de las acciones tácticas de ataque y defensa propias de la modalidad deportiva del judo.
- Afianzamiento del dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el desarrollo de la modalidad del judo enmarcada en las acciones motrices de oposición.
- Conocimiento de las características, principios y reglas del atletismo.
- Ejecución correcta de los principales elementos técnicos de la modalidad del atletismo.
- Conocimiento y desarrollo mediante ejecución práctica de las acciones tácticas de ataque y defensa propias de la modalidad deportiva del atletismo.
- Afianzamiento del dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el desarrollo del atletismo enmarcada en las acciones motrices individuales.
- Descubrimiento, aprendizaje y combinación de distintos ritmos mediante la iniciación a bailes grupales polarizando la atención en el uso de las extremidades.
- Manejos de diversos objetos de iniciación a bailes grupales.
- Empleo de juegos y movimientos coreográficos expresivos atendiendo a la relación entre iguales con independencia de su género y mostrando una correcta actitud desinhibida.
- Organización y realización de un montaje de expresión corporal poniendo en práctica las técnicas expresivas danzadas.
- Perfeccionamiento de habilidades motrices básicas mediante diferentes saltos comba.
- Desarrollo y perfeccionamiento de las cualidades motrices mediante el uso de la comba.
- Descubrimiento de las posibilidades que ofrecen este tipo de actividades en relación a la variedad de saltos (individuales, por parejas o en grupo).
- Experimentación con distintos tipos de saltos a la comba que favorezcan una mejora de la salud y aceptación de las limitaciones en relación con el grado de coordinación.
- Conocimiento y práctica de diferentes juegos cooperativos, actividades y deportes alternativos como: floorbal, korfbal, pinfuvote o baloncodo.
- Conocimiento y desarrollo mediante ejecución práctica de las acciones tácticas de ataque y defensa propias de la modalidad deportiva del hockey/floorbal.
- Conocimiento de las principales reglas en la modalidad deportiva del hockey/floorbal.
- Ejecución de diferentes juegos cooperativos, actividades y deportes alternativos atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre.
- Respeto de las reglas y muestra de una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.
- Relación con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza.
- Concienciación de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea.
- Desarrollo actividades favorecedoras de orientación, brújula, acampada y senderismo.
- Práctica de senderismo y fomento del compañerismo y la igualdad de género en un medio de incertidumbre inestable.
- Conocimiento e interés de los efectos que la práctica de AF tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal.
- Mejora de la calidad de vida, salud física, psíquica, y social mediante la práctica de AF.
- Conocimiento de los riesgos de una mala praxis física, las contraindicaciones y las medidas higiénicas preventivas.
- Desarrollo de pautas de correctos hábitos saludable (alimentación y aseo personal).
- Consolidación de un adecuado clima de tolerancia entre compañeros y el respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión.
- Valoración del uso del juego limpio, la implicación individual, la actuación activa de la práctica física sin escabullirse de la realización de la tarea encomendada.
- Respeto al profesor, los momentos de sesión de EF, el material y las instalaciones.
- Conocimiento y ejecución de una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.
- Desarrollo de conceptos teórico-prácticos relacionados con: fisiología del ejercicio, biomecánica, análisis comportamental basados en emociones e historia del deporte.

- Elaboración de trabajos teóricos relacionados con los contenidos prácticos desarrollados con la intención de reforzar los contenidos y elaborarlos de una forma diferente a la memorización teórica tradicional.

2.5.4.3.-Contenidos evaluables para 3º ESO.

- El calentamiento general y específico: definición, características, diferenciación y pautas para su elaboración.
- Desarrollo de forma autónoma y madura un calentamiento general, diferenciando las distintas partes y utilizando las actividades aprendidas en clase.
- Desarrollo de un calentamiento específico en base a diferentes modalidades deportivas.
- Interiorización de técnicas de relajación a través de la respiración consciente y ejecutar actividades de vuelta al estado de homeostasis como: masajes o juegos relajantes.
- Conocimiento qué parte del cuerpo se trabaja cuando se realiza un ejercicio.
- Obtención de una mejora de la CF mediante el empleo de test de comprobación física.
- Evaluación de la condición física mediante pruebas y test físicos para el control de los beneficios y limitaciones personales.
- Perfeccionamiento en conocimiento y distinción de las CFB, diferenciación de los tipos y comprensión de los efectos que produce en los aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- Manejo de aspectos relacionado con: carga, volumen e intensidad de todas las CFB: fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad.
- Práctica de métodos de mejora de resistencia aeróbica, fuerza—resistencia y flexibilidad.
- Conocimiento de métodos de entrenamiento de: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza-resistencia.
- Conocimiento sobre la funcionalidad de la frecuencia cardiaca y la realización de una valoración corporal en base al análisis de una gráfica de frecuencia cardiaca.
- Desarrollo de comunicación mediante el uso del lenguaje corporal utilizando técnicas de improvisación y el perfeccionamiento de la dramatización.
- Practica desinhibida de técnicas de dramatización de manera individual y grupal, ya sea con la utilización del soporte musical o sin él.
- Participación de forma activa y desinhibida en las sesiones de ritmo y expresión. Utilizando el acrosport como relación en la formación de composiciones de figuras grupales.
- Creación de una composición coreográfica compuesta por diversas figuras de acrosport grupales con cierto matiz complejo y nexos bailados.
- Practica por parejas o pequeños grupos pasos básicos de baile con el empleo de música.
- Practica de pasos de baile de manera individual con soporte musical.
- Practica de pasos de música más complejos como medio de expresión corporal.
- Desarrollo de programa musical ajustado a las indicaciones rítmicas y coreográficas.
- Participación en la realización de una coreografía grupal con soporte musical utilizando los elementos aprendidos en clase.
- Conocimiento de las características básicas y reglamentarias de los deportes de Rugby y baloncesto, así como acciones ataque y defensa.
- Ejecución correcta de los principales elementos técnicos de la modalidad deportiva del baloncesto: pases, fintas, lanzamientos y entradas a canasta.
- Conocimiento y desarrollo mediante la ejecución práctica de las acciones tácticas de ataque y defensa en baloncesto.
- Ejecución correcta de los principales elementos técnicos del deporte del rugby tac: pases, fintas, lanzamientos y placajes.
- Conocimiento y desarrollo mediante la ejecución práctica de las acciones tácticas de ataque y defensa en la modalidad del rugby tac.
- Toma de decisiones tácticas complejas en baloncesto, rugby o disco volador para conseguir los objetivos marcados.
- Práctica de lanzamientos a canasta desde distancias lejanas, pases y recepciones complejas en baloncesto.

- Desarrollar acciones de juego colectivo complejas en rugby.
- Conocimiento de las características y reglas de la modalidad deportiva del béisbol.
- Ejecución correcta de la técnica de los diferentes lanzamientos en béisbol y de bateo.
- Análisis y estudio de su técnica de bateo y su técnica de lanzamiento.
- Concienciación de las características que tienen las personas con capacidades diferentes mediante el conocimiento de juegos y deportes discapacitados.
- Experimentación de prácticas derivadas de la ceguera o incapacidad física mediante el empleo de juegos y deportes para personas con capacidades diferentes.
- Valoración de la autopercepción y aptitud personal mediante el refuerzo positivo al demostrar la valía en el desarrollo de alguna acción motriz predominante.
- Perfeccionarse en los juegos y deportes alternativos y cooperativos, y desarrollarlos mediante los elementos técnicos y reglamentarios.
- Ejecución de diferentes juegos cooperativos, actividades y deportes alternativos atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre.
- Respeto de las reglas y muestra de una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.
- Relación con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza.
- Concienciación de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea.
- Observación del relieve de un recorrido senderista y compararlo con la realidad.
- Conocimiento y aplicación de las técnicas de orientación: lectura de mapas, referencias naturales y utilización de brújula.
- Práctica de senderismo y fomento del compañerismo y la igualdad de género en un medio de incertidumbre inestable.
- Recopilación de actividades variadas realizadas en clase y relacionarlas con los efectos que producen en los diferentes aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- Conocimiento de las zonas corporales más sensibles de lesión.
- Práctica de ejercicios indicados para prevenir lesiones frecuentes del cuerpo humano.
- Conocer y aplicar las posiciones correctas para evitar lesiones en los distintos ejercicios de acondicionamiento físico.
- Conocimiento e identificación de la importancia de unos correctos hábitos de vida saludable y de la base de una dieta equilibrada.
- Desarrollo de una adecuada conciencia sobre el correcto hábito alimenticio con el análisis y la valoración nutricional.
- Comprensión del significado de metabolismo basal y gasto calórico.
- Cálculo de la ingesta calórica individual en base a las raciones diarias de cada grupo de alimentos de forma general y del gasto energético individual en base a las actividades diarias realizadas.
- Reflexión crítica sobre la ingesta y el gasto calórico individual.
- Participación activa en las actividades expuestas por el departamento de Educación Física: liga de los recreos, cross atlético, viaje a la nieve, salida senderista, etc.
- Elaboración de trabajos teóricos relacionados con los contenidos prácticos desarrollados con la intención de reforzar los contenidos y elaborarlos de una forma diferente a la memorización teórica tradicional.
- Colaboración con los compañeros en las actividades respetando las diferencias individuales y grupales y todo lo que rodea la clase de Educación Física: el profesor, compañeros, material e instalaciones.
- Cumplimiento de las normas básicas de seguridad e higiene en la práctica de la actividad física y el deporte (aseo personal, etc.) y asistencia a clases con regularidad participando de forma activa.

2.5.4.4.-Contenidos evaluables para 4º ESO.

- Ejecuta de forma autónoma el calentamiento general y desarrolla pautas concretas que contribuyen a la elaboración de un calentamiento específico. Definición, características, diferenciación y pautas para su elaboración.
- Se dota de una variada batería de actividades, tareas y juegos de calentamiento.
- Interiorización de técnicas básicas de relajación a través de la respiración consciente y ejecutar actividades de vuelta al estado de laxitud como: masajes o juegos relajantes.
- Obtención de una mejora de la condición física mediante el empleo de test de comprobación física.
- La Frecuencia cardiaca, Test de recuperación 1 minuto y percepción subjetiva de esfuerzo: mecanismos de respuesta fisiológica y de comprobación del rendimiento.
- Conoce y describe en profundidad las CFB. Es consciente de los factores que las condicionan, los efectos que producen en el organismo, enumerar los tipos, conoce variedad de medios y métodos para el desarrollo de las mismas, describe y relaciona diferentes actividades y ejercicios de cada una de ellas y distingue mecanismos para su aplicación orientada a la salud o al rendimiento.
- Practica diferentes medios y métodos de entrenamiento para la mejora de los tipos de resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad.
- Se familiariza con mecanismos de trabajo de los diferentes tipos de fuerza en el gimnasio. Realiza una rutina para su auto-entrenamiento encaminado a la salud.
- Aplica técnicas de relajación-respiración como medio de contribución a la mejora del estado de ánimo, pérdida de tensiones y mejora del estado en situaciones de estrés/ansiedad derivadas de los exámenes.
- Aplica los medios y métodos del entrenamiento sistematizado utilizando los principios del entrenamiento en situaciones reales de la vida cotidiana relacionado con la salud.
- Perfeccionamiento en el desarrollo de las CFB y mejora de la condición física mediante el empleo de pruebas y test de valoración.
- Comprensión y manejo de aspectos relacionado con: carga, volumen e intensidad de las CFB y las cualidades motrices.
- Participación de forma activa y desinhibida en las sesiones de ritmo y expresión. Utilizando la dramatización, la representación escénica y el uso de sombras como relación en la creación de composiciones individuales y grupales.
- Desarrollo del cuerpo como medio de exteriorización de expresiones y comunicación de sentimientos mediante el uso del lenguaje corporal utilizando juegos dramáticos, sombras y actividades expresivas.
- Conoce, elabora y desarrolla diferentes técnicas dramáticas como: imitación, mímica, improvisación, juegos dramáticos y representaciones mediante parodias y juegos sencillos y complejos para transmitir mensajes.
- Participa en la realización de una representación teatralizada grupal con los elementos aprendidos y practicados en el aula.
- Practica de forma individual, por parejas y en pequeños grupos pasos de baile complejos con el empleo de soporte música.
- Conoce, elabora y desarrolla diferentes movimientos en relación con danzas, bailes de salón, latinos y rock and roll: espacio, tiempo, ritmo e intensidad, utilizando juegos y actividades relacionadas con los juegos de danzas.
- Desarrolla, en pequeños grupos, una coreografía con soporte musical de al menos 3 minutos y con al menos 3 cambios de base musical ajustado a las indicaciones rítmicas y coreográficas de los elementos aprendidos en el aula.
- Utilización adecuada de la discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva de movimientos con dificultad con los segmentos corporales.
- Perfeccionamiento del equilibrio estático y dinámico en diversas situaciones motrices complejas con análisis de la estructura espacio-temporal.

- Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices y cualidades motrices a contextos de práctica compleja con eficiencia y creatividad de las malabares.
- Resolución de problemas motores de cierta complejidad y desarrollo de la coordinación óculo-manual.
- Conocimiento de las características básicas y reglamentarias de la modalidad deportiva del voleibol.
- Ejecución correcta de los principales elementos técnicos de la modalidad deportiva del voleibol: saques, golpes, recepciones y colocaciones.
- Conocimiento y desarrollo de la correcta ejecución práctica de las acciones tácticas de ataque y defensa de la modalidad deportiva de Voleibol.
- Análisis y estudio de la técnica de: saque bajo, alto y de recepción en voleibol.
- Familiarizarse con distintos golpes en base a distintos tamaños de pelotas con la utilización de palas para la práctica de deportes de cancha dividida de red.
- Ejecución correcta de la técnica básica de los diferentes tipos de golpes con palas.
- Conocimiento de las características básicas y reglamentarias del deporte de implemento: palas.
- Práctica del agarre y manejo correcto de la raqueta. Elaboración de un vídeo explicativo de la técnica de uso.
- Conocimiento de las características básicas, principios básicos y reglamentarios de la modalidad deportiva del fútbol-sala.
- Ejecución de los principales elementos técnicos de la modalidad del fútbol-sala.
- Conocimiento y desarrollo mediante ejecución práctica de las acciones tácticas de ataque y defensa propias de la modalidad deportiva del fútbol-sala.
- Afianzamiento del dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el desarrollo de la modalidad deportiva del fútbol-sala enmarcada en las acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición.
- Conocimiento de las características básicas, principios básicos y reglamentarios de la modalidad deportiva de la lucha canaria y greco-romana.
- Ejecución de los principales elementos técnicos de la lucha canaria y greco-romana.
- Conocimiento y desarrollo mediante ejecución práctica de las acciones tácticas de ataque y defensa propias de la lucha canaria y greco-romana.
- Afianzamiento del dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el desarrollo de la lucha canaria y greco-romana.
- Conoce el funcionamiento y las reglas básicas de los principales juegos cooperativos, adaptados y recreativos que se desarrollan en el aula.
- Desarrolla juegos cooperativos, adaptados y recreativos como medio de relación, cooperación y coeducación con actividades lúdico-recreativas y los utiliza como mecanismo de desarrollo motriz encaminado a la salud.
- Desarrollo de diferentes tipos de lanzamiento de precisión con el disco volado a objetos o personas estáticas o en movimiento.
- El juego cooperativo, adaptado y recreativo como superación de reto personal.
- Conoce las características, clasificación y reglas de los juegos y deportes alternativos.
- Desarrolla las habilidades motrices, cualidades motrices y capacidades físicas básicas mediante la utilización de juegos y deportes alternativos encaminados a la consecución de la adquisición de valores y mejora de la salud.
- Contribución al adecuado respeto del medio ambiente mediante la ejecución de actividades en el medio natural, perfeccionando actividades en medios inestables.
- Conoce y desarrolla actividades de orientación y senderismo en el medio natural mejorando el nivel de CF y bienestar a través de AF-deportivas de carácter lúdico.
- Desarrolla pautas de perfeccionamiento para la correcta lectura de mapas, orientación con dispositivos GPS y brújulas y ponerlas en práctica en el entorno natural.
- Desarrolla actuaciones relacionadas con los primeros auxilios en el medio natural.
- Perfeccionamiento en la observación del relieve de un recorrido senderista realizado en un mapa y compararlo con la realidad.

- Conoce e Identifica la importancia de unos correctos hábitos de vida saludable y de práctica física saludable basados en la correcta alimentación y dieta equilibrada, la adquisición de hábitos higiénicos y posturales.
- Desarrollo de una adecuada conciencia sobre el correcto hábito de vida.
- Conoce de forma concreta los principales músculos, huesos y articulaciones del cuerpo humano y saber diferenciar entre los tipos de palanca y contracciones.
- Conocer los músculos, articulaciones y huesos que se trabajan al realizar un ejercicio.
- Conoce los ejercicios contraindicados de posturas inadecuadas y es capaz de corregirlos con ejercicios tónico-posturales adecuados y saludables para evitar lesiones en los distintos ejercicios y actividades que se desarrollan en el aula.
- Relaciona hábitos inadecuados como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas o carbonatadas con los efectos sobre la condición física y salud.
- Conoce las zonas corporales más sensibles de lesión y recopila actividades de prevención, tonificación y adecuación para paliar los efectos que producen en los distintos aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- Conoce la relación positiva entre AF y mejora de los aparatos y sistemas del organismo.
- Participación activa en diferentes actividades organizadas por el departamento de EF.
- Reflexiona de forma crítica sobre la intervención de otros compañeros reconociendo los méritos de actuación y respetando la competencia motriz del desarrollo didáctico.
- Mantiene una actitud crítica de respeto y tolerancia a las trampas y a los mecanismos antideportivos tanto en el papel de participante como de espectador.
- Reflexiona sobre las aportaciones de los compañeros a nivel cultural, de disfrute y enriquecimiento personal de las distintas actividades físicas ejecutadas en el aula.
- Cumplimiento de las normas básicas de seguridad e higiene en la práctica de la actividad física y el deporte (aseo personal, etc.) y asistencia a clases con regularidad participando de forma activa.
- Colaboración con los compañeros en las actividades respetando las diferencias individuales y grupales y todo lo que rodea la clase de Educación Física: el profesor, compañeros, material e instalaciones.
- Elaboración de trabajos teóricos relacionados con los contenidos prácticos desarrollados con la intención de reforzar los contenidos y elaborarlos de una forma diferente a la memorización teórica tradicional.

2.5.4.5.-Contenidos evaluables para 1º Bachillerato.

- Ejecución con madurez, responsabilidad y autonomía diferentes tipos de calentamiento relacionados con entrenamientos específicos y modalidades deportivas.
- Aplicación autónoma de actividades de vuelta a la calma al resto de compañeros.
- Utilización de una extensa y variada batería de actividades que contribuyan de forma específica al adecuado estado óptimo del organismo.
- Consolidación de diferentes pruebas y test físicos de evaluación del estado de CF.
- Valoración mediante actividades de control y pruebas físicas el proceso evolutivo y las posibilidades y limitaciones personales.
- Exposición de las CFB como pilar básico de mejora del rendimiento deportivo.
- Planificación de rutinas de entrenamientos específicos.
- Desarrollo de los principios y sistemas del entrenamiento deportivo y de los métodos y medios de entrenamiento aplicados a deportistas o personas sedentarias.
- Investigación en uso de aplicaciones tecnológicas que contribuyan a mejorar el rendimiento deportivo.
- Perfeccionamiento sobre la mejora de la CF aprendido en cursos anteriores relacionado con la percepción subjetiva del esfuerzo, la fatiga-recuperación y frecuencia cardiaca.
- Participación de forma activa y desinhibida en las sesiones de ritmo y expresión. Utilizando la dramatización, la representación escénica, el clown y la magia como relación en la creación de composiciones individuales.

- Perfeccionamiento de la exteriorización de expresiones y comunicación de sentimientos mediante el uso del lenguaje corporal utilizando actividades expresivas y clown.
- Perfecciona, crea e inventa expresiones y comunicaciones con el uso de diferentes técnicas dramáticas como: mímica, improvisación, dramaturgia, parodias, teatros y complejos para transmitir mensajes.
- Participa en la realización de una representación de clown individual o grupal y trucos de magia con los elementos aprendidos y practicados en el aula.
- Practica de forma individual, por parejas y en pequeños grupos pasos de baile complejos con el empleo de soporte música.
- Conoce, elabora y desarrolla diferentes movimientos en relación con danzas y bailes callejeros. Atiende a: espacio, tiempo, ritmo e intensidad.
- Desarrolla, en pequeños grupos, una coreografía de baile callejero con soporte musical de al menos 2,30 minutos y con al menos 3 cambios de base musical ajustado a las indicaciones rítmicas y coreográficas de los elementos aprendidos en el aula.
- Desarrollo de la autonomía personal y empatía mediante la auto-ejecución de juegos y deportes existentes al resto de compañeros del aula.
- Reconocimiento y aplicación de soluciones técnicas y/o tácticas aprendidas en otras modalidades deportivas que sean utilizadas en situaciones de juego real en la elaboración del desarrollo didáctica de su exposición.
- Participación activa y responsable en las actividades de clases con independencia de que sean elaboradas por uno mismo o por los compañeros.
- Practica de juegos con material reciclado valorando la educación para el consumo.
- Ejecución correcta de los elementos técnicos de juegos y deportes alternativos.
- Fomento de la creatividad y autonomía personal del alumnado con el diseño, construcción y funcionamiento de una modalidad deportiva de invención propia, con reglas, sistema de puntuación y el material necesario para su desarrollo práctico.
- Desarrolla las habilidades motrices, cualidades motrices y capacidades físicas básicas mediante la utilización de juegos y deportes de invención encaminados a la consecución de la adquisición de valores y mejora de la salud.
- Conocimiento y desarrollo mediante la ejecución práctica de juegos y deportes inventados de las acciones tácticas de ataque y defensa.
- Conocimiento de las reglas básicas de la modalidad deportiva del bádminton.
- Conocimiento de la técnica y táctica fundamentales del bádminton.
- Familiarizarse con el movimiento a distintas velocidades del volante de bádminton.
- Desarrollo de diferentes golpes a diferentes distancias con precisión y sin ella.
- Agarre y manejo de la raqueta. Elaboración de vídeo explicativo de la técnica de uso.
- Conocimiento profundo del reglamento de las diferentes especialidades del atletismo.
- Practica de las principales modalidades del atletismo y posibles roles mostrando interés.
- Ejecución técnica correcta de los diferentes elementos del atletismo.
- Desarrollo mediante ejecución de diferentes estrategias en las pruebas de atletismo.
- Cooperación solidaria en el medio natural mediante actividades en la naturaleza.
- Concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea.
- Consolidación de actividades de senderismo, kayak y buceo con las que fomentar el compañerismo y la igualdad de género en entornos inestables y desconocidos.
- Conocimiento del valor del propio cuerpo, de la higiene y de la salud mediante la práctica del deporte como desarrollo personal y social.
- Mejora de la calidad de vida, salud física, psíquica, y social mediante la práctica de AF.
- Perfeccionamiento de riesgos, actividades desaconsejadas, hábitos nocivos, consecuencias de una mala praxis física y contraindicaciones deportivas.
- Desarrollo de pautas de correctos hábitos saludables (alimentación y aseo personal).
- Consolidación de un adecuado clima de tolerancia entre compañeros y el respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión.
- Valoración del uso del juego limpio, la implicación individual, la actuación activa de la práctica física sin escabullirse de la realización de la tarea encomendada.

- Respeto al profesor, momentos de la sesión de EF, el material y las instalaciones.
- Conocimiento y ejecución de una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.
- Conocimiento de posibilidades deportivas como mecanismos de servicio y empleo.
- Usos de gestión deportiva en instalaciones y servicios de eventos deportivos.
- Promoción de eventos deportivos y fomento del ocio-activo.
- Desarrollo teórico-prácticos relacionados con: fisiología del ejercicio y biomecánica.
- Elaboración de trabajos teóricos relacionados con los contenidos prácticos desarrollados con la intención de reforzar los contenidos y elaborarlos de una forma diferente a la memorización teórica tradicional.

2.5.4.6.-Contenidos mínimos evaluables para 1º ESO.

Criterios de Evaluación	Contenidos	Mínimos	C. Clave	UD
Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos partiendo (de la selección y combinación) de las habilidades motrices básicas.	Conocimiento de pruebas y test físicos para la evaluación del estado de CF.	X	CIEE-CAA CMCT- CCL	Evaluación Inicial I UD Condición Física I UD Habilidades motrices básicas
	Definición, tipos, características y beneficios relacionados con la salud de las CFB.	X		
	Desarrollo de actividades que mejoran las CFB con una práctica física activa y regular.	X		
	Muestra se una actitud autónoma en las sesiones de EF.			
	Diferenciación de las cualidades motrices (equilibrio, agilidad y coordinación) a través de la práctica de las habilidades motrices básicas y genéricas.	X		
Crit.EF.6.5. Desarrollar el nivel de gestión de su condición física acorde a sus posibilidades y manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.	Desarrollo de las habilidades motrices genéricas mediante la resolución de problemas motores de: actividades pre-deportivas y juegos lúdico-recreativos.	X		
	Conocimiento y desarrollo de cualidades motrices básicas mediante actividades coordinativas y gimnásticas.			
	Desarrollo manipulativo y fortalecimiento de la musculatura sostén del organismo.			
Crit.EF.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición, a través de retos tácticos.	Conocimiento y desarrollo de diferentes acciones gimnásticas básicas (saltos, volteos, giros, etc.) mediante el empleo de actividades individuales o grupales.	X	CAA-CMCT-CIEE	UD Fundamentos Gimnásticos UD iniciación pre-deportiva
	Realización de volteretas con y sin apoyos. Polarizar la atención en la culminación.			
	Realización de saltos con diferentes propulsiones atendiendo a varios tipos de giros.			
	Conocimiento y desarrollo de diferentes situaciones en las que exista confrontación directa a un adversario mediante juegos pre-deportivos e iniciación deportiva.	X		
Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración-oposición, a través de retos tácticos.	Identificación diferentes actividades relacionadas con juegos y deportes alternativos.		CAA-CMCT CCL-CIEE	UD J. recreativos y cooperativos I UD Deportes alternativos I UD J. populares y tradicionales UD. Deportes alternativos II
	Conocimiento y practica de juegos cooperativos, populares, tradicionales y autóctonos como medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre.	X		
	Valoración de la autopercepción y aptitud personal mediante el refuerzo positivo al demostrar la valía en el desarrollo de alguna acción motriz predominante de los juegos populares y alternativos y deportes alternativos.			
	Iniciarse en los juegos y deportes alternativos y cooperativos, y desarrollarlos mediante los elementos técnicos y reglamentarios.			
	Ejecución de diferentes juegos cooperativos, actividades y deportes alternativos atendiendo como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre.			
	Fomento del bagaje histórico de juegos y deportes tradiciones del contexto cercano al centro educativo.	X		
	Respeto de las reglas y muestra de una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.			
Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos partiendo de las habilidades motrices básicas.	Relación con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza.		CAA	UD. Actividades Medio Natural I. Juegos en el medio natural.
	Concienciación de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea.			
	Desarrollo de reconocimiento de señales, rastreos, espacialidad y juegos naturales.	X		
	Practica de senderismo, compañerismo e igualdad de género en medio inestable.			
Crit.EF.5.2. Expresar y comunicar mensajes utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	Utilización de las diferentes posibilidades expresivas del cuerpo.		CCL-CCEC CSC-CIEE	UD. Desinhibición. UD. Bailes y danzas tradicionales del mundo.
	Desarrollo de movimiento corporal como comunicación y expresión con desinhibición	X		
	Participación en las actividades de expresión corporal de forma desinhibidas consiguiendo una ejecución positiva en las sesiones.			
	Descubrimiento, aprendizaje y combinación de distintos ritmos mediante el uso de diferentes juegos de danzas y pasos de bailes populares y tradicionales.	X		
	Manejo diversos objetos mediante pasos de bailes y danzas.			
	Relación con compañeros mostrando actitud desinhibida independiente a su género.			

<p>Crit.EF.6.4. Conocer los diferentes factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de intensidad AF.</p> <p>Crit.EF.6.6. Reconocer cada una de las fases de la sesión de actividad física, así como las características de las mismas.</p> <p>Crit.EF.6.8. Conocer las posibilidades que ofrecen las AF-deportivas como forma de ocio activo y utilización del entorno</p>	Conocimiento de las diferentes partes de la sesión.	X	CAA-CMCT CSC	Calentamiento general y vuelta a la calma En todas las UD
	Conocimiento de intensidad de las partes de sesión y efectos positivos del organismo.			
	Definición de calentamiento general y actividades que debe incluir en su realización.	X		
	Conocimiento y desarrollo de forma autónoma del calentamiento general.	X		
	Conocimientos teórico-prácticos de EF y características que la hacen materia global.			
	Conocimiento la anatomía básica y la fisiología básica del ser humano.	X		
	Desarrollo de pautas de hábitos de vida saludable (alimentación y aseo personal).			
	Conocimiento de efectos de la AF sobre el desarrollo anatómico-fisiológico-personal.	X		
<p>Crit.EF.6.7. Valorar la importancia de las actitudes en la práctica de la actividad física, respetando las diferencias de cada persona y colaborando con los demás.</p>	Mejora de calidad de vida, salud física, psíquica, y social con la práctica física.		CIEE-CSC	En todas las UD
	Consolidación de un adecuado clima de tolerancia entre compañeros y respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en las actividades.			
	Valoración del uso del juego limpio, la implicación individual, la actuación activa de la práctica física sin escabullirse de la realización de la tarea encomendada.			
	Respeto al profesor, los diferentes momentos de sesión, el material y las instalaciones.			
<p>Crit.EF.6.9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, adoptar medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo tanto a nivel individual como colectivo.</p> <p>Crit.EF.6.10. Recopilar con la ayuda del docente información del proceso de aprendizaje para ordenar, analizar y seleccionar información relevante y realiza argumentaciones de los mismos.</p>	Actitud de respeto hacia las normas de convivencia y el adecuado clima de clase.		CAA-CMCT CSC-CD	En todas las UD
	Conocimiento de riesgos, contraindicaciones, mala praxis, y medidas preventivas.			
	Elaboración de trabajos teóricos relacionados con los contenidos prácticos desarrollados con la intención de reforzar los contenidos y elaborarlos de una forma diferente a la memorización teórica tradicional.	X		

Tabla 58. Relación de criterios de evaluación, contenidos de 1º ESO, contenidos mínimos, competencias clave y unidades didácticas.

A continuación, se muestra la relación de los objetivos de 1º ESO con los contenidos normativos, los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluable de la **Orden ECD 489/2016**. Los contenidos han sido enumerados con el propósito de hacer más fácil la visualización de la tabla. La enumeración se compone de dos números separados por un punto. El primero se relaciona con el bloque de contenidos normativo y el segundo con la posición del contenido en el orden del listado.

Objetivos 1º ESO	Contenido Normativo	Criterio Eval.	Estándar
Conocer las diferentes partes de la sesión, el nivel de intensidad de las mismas los efectos positivos que implican en el organismo identificando las diferentes actividades que componen un calentamiento general y sabiendo desarrollarlo de forma autónoma.	6.1.6, 6.1.2, 6.1.4, 6.1.8	6.6	6.6.1, 6.6.2, 6.6.3
Conocer y saber aplicar pruebas de forma continua para la evaluación del estado de condición física y controlar el proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la Actividad Física y la valoración de las posibilidades y limitaciones personales.	1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 6.4, 6.5, 6.17	1.1, 6.4	1.1.2, 1.1.4, 6.4.1, 6.4.5
Conocer la definición, tipos y características de las capacidades físicas básicas, los efectos beneficiosos en el organismo del desarrollo de las capacidades relacionadas con la salud y desarrollar actividades que fortalezcan la musculatura sostén del organismo mediante ejercicios adecuados y mediante una participación física activa en las clases y consolidación de un adecuado trabajo autónomo por parte de cada alumno.	1.1, 1.2, 1.3, 1.5, 1.19, 6.1, 6.4, 6.5, 6.12, 6.14, 6.17, 6.18	1.1, 6.4, 6.5, 6.8	1.1.1, 1.1.2, 1.1.3, 6.4.1, 6.4.4, 6.4.6, 6.5.1, 6.5.2, 6.5.3, 6.8.1, 6.8.2
Descubrir y utilizar las posibilidades expresivas del cuerpo y valorar el movimiento como medio de comunicación y expresión creativa mediante la aplicación de técnicas de desinhibición.	5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6	5.2	5.2.1, 5.2.2, 5.2.4
Afianzar el dominio de las habilidades motrices básicas y desarrollar las habilidades motrices genéricas mediante la resolución de diversos problemas motores expuestos en actividades pre-deportivas, iniciación deportiva y juegos lúdico-recreativos.	2.2, 2.6, 2.7, 2.8, 2.9, 2.10, 2.11, 2.12, 2.13, 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.8,	2.3, 3.3	2.3.1, 2.3.2, 2.3.3, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4
Conocer los fundamentos básicos de la Educación Física entendiendo su idiosincrasia particular y las características que la hacen una materia global e integradora con carácter teórico-práctico, atender a la anatomía básica y a la fisiología del ser humano.	6.1, 6.4, 6.6, 6.14, 6.15,	6.4, 6.5	6.4.1, 6.4.2, 6.4.3, 6.4.6, 6.5.4
Conocer y desarrollar las cualidades motrices básicas mediante actividades coordinativas y gimnásticas que impliquen una mejora manipulativa y un fortalecimiento de la musculatura sostén del organismo.	1.10, 1.11, 1.12, 1.13, 1.14, 1.15, 6.6	1.1, 6.4	1.1.1, 1.1.2, 1.1.3, 6.4.1
Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante diferentes juegos de danzas y pasos de bailes populares y tradicionales y relacionarse con todos los compañeros independientemente de su género, mostrando actitudes de desinhibición.	5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6	5.2	5.2.1, 5.2.2, 5.2.3, 5.2.4
Identificar mediante actividades práctica diferentes juegos y deportes alternativos y mostrar una correcta actitud de participación e interés.	3.5, 3.6, 3.7, 3.8, 6.12,	3.3	3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4
Conocer, valorar y practicar, con independencia del nivel alcanzado, diferentes juegos cooperativos, populares, tradicionales y autóctonos y deportes convencionales como medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetar reglas y establecer relaciones socio-afectivas.	3.5, 3.6, 3.7, 3.8, 6.7, 6.13,	3.3	3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4
Relacionarse con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza, concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y desarrollar acciones de reconocimiento de señales, rastreos, espacialidad y grandes juegos en la naturaleza. Practicar senderismo y fomentar el compañerismo y la igualdad de género en un medio que genera incertidumbre.	4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 6.3,	4.1, 6.8, 6.9	4.1.5, 6.8.1, 6.8.2, 6.9.2, 6.9.3
Conocer e interesarse por los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física, psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).	6.1, 6.2, 6.3, 6.4, 6.5, 6.6, 6.14, 6.15, 6.19	6.4, 6.8, 6.9, 6.10	6.4.2, 6.4.3, 6.4.6, 6.8.3, 6.9.1, 6.9.2, 6.9.3, 6.10.1, 6.10.2
Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales.	6.8, 6.9, 6.10, 6.11, 6.13,	6.7, 6.9	6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.9.1
Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de educación física, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.	6.2, 6.10, 6.11, 6.13	6.7	6.7.1, 6.7.2, 6.7.3

Tabla 59. Relación de objetivos, contenidos normativos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluable para 1ºESO.

2.5.4.7.-Contenidos mínimos evaluables para 2º ESO.

Criterios de Evaluación	Contenidos	Mínimos	C. Clave	UD
Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas. Crit.EF.6.4. Experimentar con los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, con un enfoque saludable. Crit.EF.6.5. Desarrollar el nivel de gestión de su condición física acorde a sus posibilidades y con una actitud de superación.	Conocimiento de pruebas físicas de evaluación del estado de CF y recuperación.	X	CAA-CMCT CCL- CIEE	UD Condición Física II. Evaluación inicial. UD Atletismo.
	Valoración de pruebas físicas que arrojen resultados sobre limitaciones personales.			
	Consolidación de la definición, tipos, características y desarrollo de las CFB.	X		
	Desarrollo de las CFB mediante la práctica de actividad en las sesiones de EF.	X		
	La intensidad subjetiva del esfuerzo. Conocimiento de su definición y aplicabilidad.			
	Atención a la aplicación de actividades encaminadas al refuerzo de los efectos beneficiosos del organismo relacionados con la salud que hagan mejorar las CFB.			
	Participación activa en clases y consolidación de un adecuado trabajo autónomo.	X		
	Conocimiento de las características, principios y reglamento del atletismo.	X		
	Ejecución de los principales elementos técnicos del atletismo.	X		
	Conocimiento y desarrollo mediante ejecución práctica de las acciones tácticas de estrategia propias de la modalidad deportiva del atletismo.			
Crit.EF.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando diferentes estrategias	Afianzamiento del dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el desarrollo del atletismo enmarcada en las acciones motrices individuales.			
	Conocimiento de las características, principios y reglamento del judo.	X	CAA-CMCT-CIEE	UD Judo.
	Ejecución de los principales elementos técnicos de la modalidad deportiva del judo.	X		
	Conocimiento y desarrollo mediante ejecución práctica de las acciones tácticas de ataque y defensa propias de la modalidad deportiva del judo.			
Afianzamiento de habilidades, destrezas y capacidades mediante el desarrollo de la modalidad deportiva del judo enmarcada en las acciones motrices de oposición.				
Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración oposición, utilizando diferentes estrategias.	Conocimiento de características, principios y reglamento del balonmano.	X	CAA-CMCT-CIEE	J recreativos y cooperativos II. UD Balonmano. UD Deportes alternativos I UD Comba. UD Floorball.
	Ejecución de los elementos técnicos de la modalidad deportiva del balonmano.	X		
	Conocimiento y desarrollo mediante ejecución práctica de las acciones tácticas de ataque y defensa propias de la modalidad deportiva del balonmano.			
	Afianzamiento de habilidades, destrezas y capacidades con el balonmano enmarcada en las acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición.			
	Perfeccionamiento de habilidades motrices básicas mediante saltos a la comba.			
	Desarrollo y perfeccionamiento de cualidades motrices mediante el uso de la comba.			
	Descubrimiento de las posibilidades que ofrecen las actividades de comba en relación a la variedad de saltos (individuales, por parejas o en grupo).			
	Experimentación con distintos tipos de saltos a la comba que favorezcan una mejora de la salud y aceptación de las limitaciones en relación con el grado de coordinación.	X		
	Conocimiento y práctica de diferentes juegos cooperativos, y deportes alternativos.			
	Conocimiento y desarrollo mediante ejecución práctica de las acciones tácticas de ataque y defensa propias de la modalidad deportiva del hockey/floorbal.	X		
Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades F-D.	Conocimiento de las principales reglas en la modalidad deportiva del hockey/floorbal.		CAA-CMCT	UD Actividades en el medio Natural II.
	Ejecución de diferentes juegos cooperativos, actividades y deportes alternativos orientados como medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre.	X		
	Relación con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza.	X		
	Concienciación de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea.			
	Desarrollo de actividades de orientación, brújula, acampada y senderismo.	X		

Crit.EF.6.8. Identificar las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	Practica de senderismo y fomento de compañerismo e igualdad en medio inestable.			
Crit.EF.5.2. Interpretar acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	Aplicación y desarrollo de las posibilidades expresivas del cuerpo.		CCEC-CCIE CSC-CCL	UD Dramatización. UD Bailes y bailes grupales.
	Desarrollo de actividades que mejoren la dramatización.	X		
	Valoración del movimiento como comunicación y expresión creativa.			
	Ejecución de repertorio de habilidades de expresión basadas en la dramatización.	X		
	Descubrimiento, aprendizaje y combinación de distintos ritmos mediante la iniciación a bailes grupales polarizando la atención en el uso de las extremidades.	X		
	Manejos de diversos objetos de iniciación a bailes grupales.			
Crit.EF.6.6. Realizar actividades propias de cada una de las fases de sesión de AF, relacionándolas con sus características. Crit.EF.6.9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, prestando atención a las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	Empleo de juegos y movimientos coreográficos expresivos atendiendo a la relación entre iguales con independencia del género y con una correcta actitud desinhibida.		CMCT-CAA-CSC	Calentamiento general y específico y vuelta a la calma. En todas las UD.
	Realización de montaje expresivo utilizando técnicas expresivas danzadas.	X		
	Diferenciación de las partes en las que se divide una sesión.			
	Consolidación de las actividades que componen un calentamiento general.	X		
	Adecuación del organismo a la intensidad según el trabajo de cada parte de sesión.			
	Iniciación en el conocimiento de las actividades del calentamiento específico.	X		
	Desarrollo de un calentamiento general con autonomía y madurez a los compañeros.			
	Consolidación de beneficios en el organismo del calentamiento y vuelta a la calma.	X		
	Conocimiento de efectos de la AF sobre el desarrollo anatómico-fisiológico-personal.			
Mejora de calidad de vida, salud física, psíquica, y social con la práctica física.				
Crit.EF.6.7. Valorar las actividades F-D y artístico-expresivas como formas de ocio activo y de inclusión social facilitando la participación de otras personas independientemente de sus características, respetando las normas, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	Desarrollo de pautas de hábitos de vida saludable (alimentación y aseo personal).		CIEE-CSC	En todas las UD.
	Conocimiento de riesgos, contraindicaciones, mala praxis, y medidas preventivas			
	Consolidación de un adecuado clima de tolerancia entre compañeros y respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en las actividades.			
	Valoración del uso del juego limpio, la implicación individual, la actuación activa de la práctica física sin escabullirse de la realización de la tarea encomendada.			
	Respeto al profesor, los diferentes momentos de sesión, el material y las instalaciones.			
Crit.EF.6.10. Recopilar Información del proceso de aprendizaje para ordenar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios y realiza argumentaciones de los mismos.	Actitud de respeto hacia las normas de convivencia y el adecuado clima de clase.		CD	En todas las UD.
	Respeto de reglas, actitud e interés en base a las relaciones socio-afectivas.			
	Elaboración de trabajos teóricos relacionados con los contenidos prácticos desarrollados con la intención de reforzar los contenidos y elaborarlos de una forma diferente a la memorización teórica tradicional.	X		
	Desarrollo de conceptos teórico-prácticos relacionados con: fisiología del ejercicio, biomecánica, análisis comportamental mediante emociones y la historia del deporte.	X		

Tabla 60. Relación de criterios de evaluación, contenidos de 2º ESO, contenidos mínimos, competencias clave y unidades didácticas.

Objetivos 2º ESO	Contenido Normativo	Criterio Eval.	Estándar
Diferenciar las partes en las que se divide una sesión, adecuar el organismo al correcto nivel de intensidad en relación al trabajo encomendado en cada parte de sesión, consolidar la identificación de las diferentes actividades que componen un calentamiento general e iniciarse en el conocimiento de las actividades que componen el calentamiento específico, ser capaz de desarrollar un calentamiento general con autonomía y madurez al resto de compañeros del grupo y consolidar los efectos beneficiosos que implican un adecuado uso del calentamiento y vuelta a la calma en el organismo.	6.16, 6.12, 6.14, 6.18	6.6	6.6.1, 6.6.2, 6.6.3
Clasificar y proyectar pruebas y test físicos de evaluación del estado de condición física y controlar el proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la Actividad Física y la valoración de las posibilidades y limitaciones personales.	1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 6.4, 6.5, 6.17	1.1, 6.4	1.1.2, 1.1.4, 6.4.1, 6.4.5
Consolidar el conocimiento sobre las CFB (definición, tipos, características y desarrollo), atender a la intensidad subjetiva del esfuerzo aplicando actividades encaminadas a reforzar diferentes efectos beneficiosos en el organismo relacionados con la salud que hagan mejorar las propias CFB, participar de forma activa en las clases y consolidar un adecuado trabajo autónomo por parte del alumnado.	1.1, 1.2, 1.3, 1.5, 1.19, 6.1, 6.4, 6.5, 6.12, 6.14, 6.17, 6.18	1.1, 6.4, 6.5, 6.8	1.1.1, 1.1.2, 1.1.3, 6.4.1, 6.4.4, 6.4.6, 6.5.1, 6.5.2, 6.5.3, 6.8.1, 6.8.2
Aplicar y desarrollar las posibilidades expresivas del cuerpo y valorar el movimiento como medio de comunicación y expresión creativa mediante la aplicación de técnicas de dramatización.	5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6	5.2	5.2.1, 5.2.2, 5.2.4
Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del Judo, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de oposición.	2.2, 2.6, 2.7, 2.8, 2.9, 2.10, 2.11, 2.12, 2.13	2.3	2.3.1, 2.3.2, 2.3.3, 2.3.4
Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del balonmano, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las reglas y principios propios de las acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición.	3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.8,	3.3	3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4
Desarrollar una base de conocimiento relacionado con elementos que envuelven a la actividad física y el deporte en relación a la fisiología del ejercicio, la biomecánica, los análisis comportamentales mediante las emociones y la historia del deporte.	6.1, 6.4, 6.6, 6.14, 6.15,	6.4, 6.5	6.4.1, 6.4.2, 6.4.3, 6.4.6, 6.5.4
Afianzar el dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el conocimiento y la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del atletismo, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas específicas de sus diferentes pruebas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices individuales.	1.10, 1.11, 1.12, 1.13, 1.14, 1.15, 6.6	1.1, 6.4	1.1.1, 1.1.2, 1.1.3, 6.4.1
Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante la iniciación a bailes grupales polarizando la atención en el uso de las extremidades, así como en el empleo de juegos y movimientos coreográficos expresivos atendiendo a la relación entre iguales con independencia de su género y mostrando una correcta actitud desinhibida.	5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6	5.2	5.2.1, 5.2.2, 5.2.3, 5.2.4
Perfeccionar las habilidades motrices básicas y las cualidades motrices mediante la familiarización con el uso de la comba, descubrir las posibilidades que ofrecen este tipo de actividades en relación a la variedad de saltos (individuales, por parejas o en grupo) así como experimentar con distintos tipos de saltos a la comba y combinaciones que favorezcan una mejora de la salud y la aceptación de sus propias limitaciones en relación con el grado de coordinación.	3.5, 3.6, 3.7, 3.8, 6.12,	3.3	3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4
Conocer, valorar y practicar, con independencia del nivel alcanzado, diferentes juegos cooperativos, actividades y deportes alternativos como: floorbal, korfbal, pinfuvote o baloncodo, atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetando reglas y mostrando actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.	3.5, 3.6, 3.7, 3.8, 6.7, 6.13,	3.3	3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4
Relacionarse con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza, concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y desarrollar actividades de orientación, brújula, acampada y senderismo, fomentando el compañerismo y la igualdad de género en un entorno inestable.	4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 6.3,	4.1, 6.8, 6.9	4.1.5, 6.8.1, 6.8.2, 6.9.2, 6.9.3
Conocer e interesarse por los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física, psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).	6.1, 6.2, 6.3, 6.4, 6.5, 6.6, 6.14, 6.15, 6.19	6.4, 6.8, 6.9, 6.10	6.4.2, 6.4.3, 6.4.6, 6.8.3, 6.9.1, 6.9.2, 6.9.3, 6.10.1, 6.10.2
Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales.	6.8, 6.9, 6.10, 6.11, 6.13,	6.7, 6.9	6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.9.1
Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de EF, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.	6.2, 6.10, 6.11, 6.13	6.7	6.7.1, 6.7.2, 6.7.3

Tabla 61. Relación de objetivos, contenidos normativos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluable para 2ºESO.

2.5.4.8.-Contenidos mínimos evaluables para 3º ESO.

Crterios de Evaluación	Contenidos	Mínimos	C. Clave	UD
<p>Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>Crit.EF.6.5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto-exigencia en su esfuerzo.</p>	Perfeccionamiento en conocimiento y distinción de las CFB, diferenciación de tipos y comprensión de efectos que produce en aparatos y sistemas del cuerpo humano.	X	CMCT-CAA-CCL-CIEE	Evaluación inicial. UD Condición Física III. UD Deporte adaptado
	Manejo de aspectos relacionado con: carga, volumen e intensidad de todas las CFB.			
	Práctica de métodos de mejora de resistencia aeróbica, fuerza—resistencia y flexibilidad.	X		
	Conocimiento de métodos de entrenamiento de la resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza-resistencia.	X		
	Obtención de una mejora de la condición física mediante el empleo de test de comprobación física.			
	Conocimiento sobre la funcionalidad de FC y la valoración corporal con el análisis de una gráfica de FC	X		
	Conocer qué parte del cuerpo se trabaja cuando se realiza un ejercicio.			
	Concienciación de las características que tienen las personas con capacidades diferentes mediante el conocimiento de juegos y deportes adaptados.	X		
	Experimentación de prácticas derivadas de la ceguera o incapacidad física mediante el empleo de juegos y deportes para personas con capacidades diferentes.	X		
<p>Crit.EF.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando estrategias en función de los estímulos relevantes.</p>	Valoración de la autopercepción y aptitud personal mediante el refuerzo positivo al demostrar la valía en el desarrollo de alguna acción motriz predominante.			
	Evaluación de CF con pruebas y test físicos para el control de los beneficios y limitaciones personales.			
	Conocimiento de las características básicas y reglamentarias de la modalidad deportiva del béisbol.			
<p>Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes</p>	Ejecución correcta de la técnica de los diferentes lanzamientos en béisbol y de bateo.	X	CAA-CMCT-CIEE-CCL	UD Béisbol
	Análisis y estudio de su técnica de bateo y su técnica de lanzamiento.	X		
	Conocimiento de características y reglamento del rugby y baloncesto. Acciones de ataque y defensa.	X		
	Ejecución de los elementos técnicos del baloncesto: pases, fintas, lanzamientos y entradas a canasta.	X		
	Conocimiento y desarrollo de las acciones tácticas de ataque y defensa en baloncesto.			
	Ejecución de los elementos técnicos del deporte del rugby tac: pases, fintas, lanzamientos y placajes.	X		
	Conocimiento y desarrollo de las acciones tácticas de ataque y defensa en la modalidad del rugby tac			
	Perfeccionarse en los juegos y deportes alternativos y cooperativos, y desarrollarlos mediante los elementos técnicos y reglamentarios.			
	Toma de decisiones tácticas complejas en baloncesto o rugby para conseguir los objetivos marcados.			
	Práctica de lanzamientos a canasta desde distancias lejanas, pases/recepciones en baloncesto.			
	Desarrollar acciones de juego colectivo complejas en rugby.			
<p>Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p>	Ejecución de diferentes juegos cooperativos y deportes alternativos atendiendo a ellas como medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre.		CAA	UD AF medio natural III
	Respeto de las reglas y muestra de una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.			
	Perfeccionarse en los juegos y deportes alternativos y cooperativos, y desarrollarlos mediante los elementos técnicos y reglamentarios.	X		
	Conocimiento de técnicas de orientación: lectura de mapas, referencias naturales y brújula.	X		
	Practica de senderismo, fomento del compañerismo y la igualdad de género en un medio inestable.			
<p>Crit.EF.5.2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.</p>	Concienciación de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea.		CCEC-CSC-CCIE	UD. Improvisación. UD. Acrosport. UD. Bailes latinos.
	Relación con el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza.			
<p>Crit.EF.5.2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.</p>	Observación del relieve de un recorrido senderista realizado en un mapa y compararlo con la realidad.	X	CCEC-CSC-CCIE	UD. Improvisación. UD. Acrosport. UD. Bailes latinos.
	Participación de forma activa y desinhibida en las sesiones de ritmo y expresión. Utilizando el acrosport como relación en la formación de composiciones de figuras grupales.			
	Creación de una composición coreográfica compuesta por diversas figuras de acrosport grupales con cierto matiz complejo y nexos bailados.	X		

	Desarrollo de comunicación mediante el uso del lenguaje corporal utilizando técnicas de improvisación y el perfeccionamiento de la dramatización.			
	Practica desinhibida de técnicas de dramatización de manera individual y grupal, ya sea con la utilización del soporte musical o sin él.	X		
	Practica por parejas o en pequeños grupos pasos básicos de baile con el empleo de música.			
	Practica de pasos de música más complejos como medio de expresión corporal.			
	Desarrollo de programa musical ajustado a las indicaciones rítmicas y coreográficas.			
	Desarrollo y muestra de programa musical ajustado a las indicaciones rítmicas y coreográficas.	X		
	Practicar pasos de baile de manera individual con soporte musical.			
	Participación y realización coreográfica con soporte musical utilizando elementos aprendidos de clase.	X		
Crit.EF.6.4. Reconocer factores de la acción motriz y control de intensidad de la AF, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con salud.	Conocimiento e Identificación de hábitos de vida saludable y de la base de una dieta equilibrada.			
	Desarrollo de conciencia sobre el correcto hábito alimenticio con el análisis y la valoración nutricional.			
	Comprensión del significado de metabolismo basal y gasto calórico.	X		
Crit.EF.6.8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno	Cálculo de la ingesta calórica individual en base a las raciones diarias de cada grupo de alimentos de forma general y del gasto energético individual en base a las actividades diarias realizadas.	X	CAA-CMCT-CSC	En todas las UD.
	Reflexión crítica sobre la ingesta y el gasto calórico individual.			
	Participación activa en las actividades expuestas por el departamento de Educación Física: liga de los recreos, cross atlético, viaje a la nieve, salida senderista, etc.			
Crit.EF.6.6. Desarrollar actividades propias de cada fase de sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.	El calentamiento general y específico: definición, características, diferenciación y pautas elaboración.	X		
	Desarrollo de forma autónoma y madura un calentamiento general, diferenciando las distintas partes y utilizando las actividades aprendidas en clase.		CMCT-CAA-CCL	Calentamiento General-Específico y vuelta a la calma
	Desarrollo de un calentamiento específico en base a diferentes modalidades deportivas.	X		
	Interiorización de técnicas de relajación a través de la respiración consciente y ejecutar actividades de vuelta al estado de homeostasis como: masajes o juegos relajantes.			
Crit.EF.6.7. Reconocer las posibilidades de las AF-D y artístico-expresivas como formas de inclusión, facilitando la eliminación de obstáculos y participación de personas con independencia a sus características, colaborando, aceptando sus aportaciones y respetando las normas.	Colaboración con los compañeros en las actividades respetando las diferencias individuales y grupales y todo lo que rodea la clase de Educación Física: el profesor, compañeros, material e instalaciones.			
	Cumplimiento de las normas básicas de seguridad e higiene en la práctica de la actividad física y el deporte (aseo personal, etc.) y asistencia a clases con regularidad participando de forma activa.			
	Recopilación de actividades variadas realizadas en clase y relacionarlas con los efectos que producen en los diferentes aparatos y sistemas del cuerpo humano.		CAA-CMCT-CCL-CSC-CIEE	En todas las UD.
	Conocimiento de las zonas corporales más sensibles de lesión.			
Crit.EF.6.9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en AF-D y artístico-expresivas, analizando características e interacciones motrices, adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	Practicar los ejercicios indicados para prevenir las lesiones más frecuentes del cuerpo humano.			
	Conocer y aplicar las posiciones correctas para evitar lesiones en los distintos ejercicios de acondicionamiento físico.			
	Conocer qué parte del cuerpo se trabaja cuando se realiza un ejercicio			
Crit.EF.6.10. Utilizar TIC en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los contenidos/temas/ proyectos impartidos durante el curso.	Elaboración de trabajos teóricos relacionados con los contenidos prácticos desarrollados con la intención de reforzar los contenidos y trabajarlos de una forma diferente a la memorización teórica tradicional.	X	CD-CCL	En todas las UD.

Tabla 62. Relación de criterios de evaluación, contenidos de 3º ESO, contenidos mínimos, competencias clave y unidades didácticas.

Objetivos 3º ESO	Contenido Normativo	Criterio Eval.	Estándar
-Diferenciar un calentamiento general de uno específico.			
-Diseñar y ejecutar ejercicios de los diferentes tipos de calentamiento.	6.16	6,5, 6,6	6.5.3, 6.6.1 y 6.6.2 y 6.6.3
-Ser capaz de llevar a cabo un calentamiento general de forma autónoma.			
-Interiorizar técnicas básicas de relajación a través de la respiración consciente y ejecutar actividades de vuelta al estado de lasitud como: masajes o juegos.	6.16, 6.18	6.6	6.6.1, 6.6.2 y 6.6.3
-Identificar la importancia de unos correctos hábitos de vida saludable y dieta equilibrada.	1.15, 6.1, 6.3, 6.4, 6.5, 6.6, 6.14, 6.15	1.1, 6.4 y 6.5, 6.8 y 6.9	1.1.2, 6.4.2, 6.4.3, 6.4.5, 6.4.6, 6.5.1, 6.5.3, 6.5.4, 6.8.3 y 6.9.2
-Desarrollar una adecuada conciencia sobre el correcto hábito alimenticio con el análisis y la valoración nutricional.			
-Conocer las CFB, así como las características de cada una, pruebas y test de valoración.	1.2, 1.3, 1.5, 1.6, 6.17	1.1, 6.4 y 6.5	1.1.1, 1.1.2, 6.4.3, 6.4.5, 6.4.6, 6.5.1, 6.5.2, 6.5.3 y 6.5.4
-Poner interés en la mejora de las CFB y habilidades y destrezas motrices trabajadas durante el curso, a través de la práctica de los diferentes sistemas de entrenamiento desarrollados en clase para tal fin, en especial de la resistencia, la flexibilidad y la fuerza.	1.5, 1.6, 1.12, 1.13, 1.14, 6.17, 6.18	1.1, 6.5, 6.6 y 6.8	1.1.4, 6.5.2, 6.6.1 y 6.6.3, 6.8.1
-Saber utilizar el parámetro de la frecuencia cardiaca para valorar la intensidad de las AF.	1.3, 6.19	1.1 y 6.4	1.1.2 y 6.4.4
Conocer y desarrollar modalidades deportivas y juegos relacionados con las capacidades diferentes (deporte adaptado) con el propósito de concienciar al alumnado sobre este tipo de capacidades.	6.9	3.3, 6.7, 6.9	3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4, 6.7.26.7.3, 6.9.1, 6.9.2 y 6.9.3
-Desarrollar la técnica básica de las acciones motrices deportivas individuales y de las habilidades y destrezas motrices, aplicándolas en situaciones reales de competición.	1.1, 1.2, 1.3, 1.5, 1.6, 1.12, 1.13, 1.14	1.1	1.1.1, 1.1.2, 1.1.3, 1.1.4,
Conocer y desarrollar la actividad deportiva de la indiacca mediante juegos y tareas de oposición.	2.3, 2.4, 2.5	2.3	2.3.1, 2.3.2, 2.3.3 y 2.3.4
-Conocer las características básicas de los deportes colectivos de: Rugby y baloncesto (ataque, defensa, acciones ofensivas, acciones defensivas...).	2.1, 3.1	3.3, 6.6	3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4 y 6.6.2
-Ejecutar correctamente la técnica básica de los lanzamientos de béisbol y de bateo.	2.2, 2.3, 2.4, 2.9, 2.11, 2.12	2.3	2.3.1, 2.3.2, 2.3.3 y 2.3.4
-Ejecutar correctamente las técnicas básicas de rugby y baloncesto.	3.2, 3.5, 3.6	3.3	3.3.1, 3.3.2, 3.3.3 y 3.3.4
-Participar de forma activa y desinhibida en las sesiones de ritmo y expresión. Utilizando el acrosport como relación en la formación de composiciones.	5.1, 5.2, 5.4, 6.1	5.2, 6.5	5.2.1, 5.2.2 y 5.2.3, 5.2.4 y 6.5.3
-Desarrollar comunicación mediante el uso del lenguaje corporal utilizando juegos desinhibidos y actividades expresivas.			
-Realizar un montaje grupal en el que se pongan en práctica las técnicas básicas de ritmo y expresión mediante la coreografía.	5.3, 5.6	5.2, 6.5	5.2.1, 5.2.2 y 5.2.3, 5.2.4 y 6.5.3
-Conocer y aplicar las técnicas de orientación: lectura de mapas, referencias naturales...	4.1, 4.2, 4.6	4.1, 6.8, 6.9	4.1.5, 6.8.1, 6.8.2 y 6.9.3
-Cumplir con las normas básicas de seguridad e higiene en la práctica de la actividad física y el deporte (aseo personal, etc.).	1.15, 6.2	6.4, 6.5, 6.9	6.4.6, 6.9.1 y 6.9.2
-Colaborar con los compañeros respetando las diferencias individuales y grupales.	6.9	6.7	6.7.1, 6.7.2 y 6.7.3
-Perfeccionarse en los juegos y deportes alternativos y cooperativos, y desarrollarlos mediante elementos técnicos y reglamentarios.	3.1, 3.2, 3.4, 3.5, 3.6, 6.7	2.3, 3.3 y 6.9	2.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4 y 6.9.3
-Respetar todo lo que rodea la clase de EF: el profesor, compañeros, material e instalación	6.8, 6.10, 6.11, 6.13	6.7, 6.8 y 6.9	6.7.1, 6.7.2 y 6.7.3, 6.8.2 y 6.9.3
-Asistir regularmente a clases, participando de forma activa.	6.12	6.7	6.7.2
Participar de forma activa en las actividades complementarias expuestas por el depto. de EF.	1.22, 2.14, 3.8, 4.2, 4.4, 4.5, 4.8, 4.9	1.1, 2.3, 3.3, 4.1,6.4,6.5	1.1.2, 2.3.4, 3.3.4, 4.1.5, 6.4.3, 6.4.4, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2 y 6.8.3
Elaborar y desarrollar una sesión práctica de una modalidad deportiva.	1.2, 1.5, 1.12	1.1, 2.3, 3.3	1.1.1, 1.1.2, 1.1.4, 2.3.1, 2.3.4
Realizar los trabajos teóricos-prácticos apoyándose en el uso de las nuevas tecnologías de la información y comunicación de forma ordenada, sin plagios y utilizando un vocabulario adecuado a su edad.	6.21	6.10	6.10.1, 6.10.2

Tabla 63. Relación de objetivos, contenidos normativos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluable para 3ºESO.

2.5.4.9.-Contenidos mínimos evaluables para 4º ESO.

Criterios de Evaluación	Contenidos	Min	C. Clav	UD
<p>Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, buscando un cierto grado de eficacia y precisión.</p> <p>Crit.EF.6.5. 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.</p>	-Conoce y describe en profundidad las CFB. Es consciente de los factores que las condicionan, los efectos que producen, los tipos, los medios para el desarrollo, las actividades y su aplicación orientada a la salud o al rendimiento.	X	CAA-CMCT	Ev. Inicial UD. CF IV UD. Malabares
	-Practica diferentes medios, métodos y sistemas de entrenamiento para mejorar las CFB.			
	-Se familiariza con el trabajo de diferentes tipos de fuerza en gimnasio. Realiza una rutina de auto-entrenamiento.	X		
	-Aplica técnicas de relajación-respiración como medio de contribución a la mejora del estado de ánimo, pérdida de tensiones y mejora del estado en situaciones de estrés/ansiedad derivadas de los exámenes.	X		
	-Aplica los medios y métodos del entrenamiento sistematizado utilizando los principios del entrenamiento.	X		
	-Perfeccionamiento en el desarrollo de las CFB y mejora de la CF mediante el empleo de pruebas y test de valoración.			
	-Obtención de una mejora de la condición física mediante el empleo de test de comprobación física.			
	-La FC, Test recup. 1 min y percepción subjetiva de esfuerzo: mecanismos de respuesta fisiológica y rendimiento.			
	-Comprensión y Manejo de aspectos relacionado con: carga, volumen e intensidad de las CFB y las cualidades motrices.			
	-Utilización de discriminación de estímulos y anticipación de movimientos con dificultad con los segmentos corporales.			
<p>Crit.EF.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.</p> <p>Crit.EF.6.7. 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.</p>	-Perfeccionamiento de equilibrio estático y dinámico en situaciones motrices complejas con análisis espacio-temporal.	X	CMCT-CCEC-CAA	
	-Adaptación de habilidades y cualidades motrices a contextos de práctica con eficiencia y creatividad de las malabares.	X		
	-Resolución de problemas motores de cierta complejidad y desarrollo de la coordinación óculo-manual.			
	-Conocimiento de las características básicas y reglamentarias de la modalidad deportiva del voleibol.	X		
	-Ejecución de los principales elementos técnicos del voleibol: saques, golpes, recepciones y colocaciones.	X		
	-Conocimiento y desarrollo de la ejecución de acciones tácticas de ataque y defensa del Voleibol.			
	-Análisis y estudio de la técnica de: saque bajo, alto y de recepción en voleibol.	X		
	-Familiarizarse con distintos golpes y pelotas con la utilización de palas para la práctica de deportes de cancha dividida.			
	-Ejecución correcta de la técnica básica de los diferentes tipos de golpes con palas.	X		
	-Conocimiento de las características básicas y reglamentarias del deporte de implemento: palas.	X		
<p>Crit.EF.3.1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.</p> <p>Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando alguna decisión eficaz en función de los objetivos.</p>	-Practica del agarre y manejo correcto de la raqueta. Elaboración de un vídeo explicativo de la técnica de uso.		CAA-CSC-CMCT	UD. Lucha UD. Voleibol UD. Palas
	-Conocimiento de las características, principios y reglas de la modalidad deportiva de la lucha canaria y greco-romana.	X		
	-Ejecución correcta de los principales elementos técnicos de la modalidad deportiva de la lucha canaria y greco-romana.	X		
	-Conocimiento y desarrollo de acciones tácticas de ataque y defensa propias de la lucha canaria y greco-romana.			
	-Afianzamiento del dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el desarrollo de la modalidad deportiva de la lucha canaria y greco-romana enmarcada en las acciones motrices de oposición.			
	-Participación activa en las actividades organizadas por el departamento de Educación Física.			
	-Conoce el funcionamiento y reglas de juegos cooperativos, adaptados y recreativos que se desarrollan en el aula.			
	-Desarrolla juegos cooperativos, adaptados y recreativos como medio de relación, cooperación y coeducación con actividades lúdico-recreativas y los utiliza como mecanismo de desarrollo motriz encaminado a la salud.			
	-El juego cooperativo, adaptado y recreativo como superación de reto personal.			
	-Conoce las características básicas, clasificación y reglamento de algunos juegos y deportes alternativos.	X		
<p>Crit.EF.3.1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.</p> <p>Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando alguna decisión eficaz en función de los objetivos.</p>	-Desarrolla las habilidades motrices, cualidades motrices y capacidades físicas básicas mediante la utilización de juegos y deportes alternativos encaminados a la consecución de valores y mejora de la salud.	X	CAA-CSC-CMCT	J. r y coop. IV UD. Fútbol sala UD. Disc volador
	-Desarrollo de lanzamiento de precisión con el disco volado a objetos o personas estáticas o en movimiento.	X		
	-Conocimiento de las características, principios básicos y reglamentarios de la modalidad deportiva del fútbol-sala.	X		
	-Ejecución correcta de los principales elementos técnicos de la modalidad deportiva del fútbol-sala.	X		
	-Conocimiento y desarrollo de acciones tácticas de ataque y defensa propias de la modalidad deportiva del fútbol-sala.			
	-Afianzamiento del dominio de habilidades, destrezas y capacidades mediante el desarrollo de la modalidad deportiva del fútbol-sala enmarcada en las acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición.			

<p>Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en AF-D.</p> <p>Crit.EF.4.3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las AF-D propuestas.</p> <p>Crit.EF.6.9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las AF-D.</p> <p>Crit.EF.6.10. Asumir la responsabilidad de la seguridad en la práctica de AF, previendo las actuaciones poco cuidadosas.</p>	-Contribución al adecuado respeto del medio ambiente mediante la ejecución de actividades en el medio natural, perfeccionando actividades en medios inestables.		<p>CAA-CMCT</p> <p>CAA-CSC-CMCT</p> <p>CMCT</p> <p>CMCT-CSC</p>	<p>UD. AF medio natural IV.</p>
	-Conoce y desarrolla actividades de orientación y senderismo en el medio natural mejorando el nivel de condición física y bienestar físico a través de actividades físico-deportivas de carácter lúdico.	X		
	-Desarrolla pautas de perfeccionamiento para la correcta lectura de mapas, orientación con dispositivos GPS y brújulas y ponerlas en práctica en el entorno natura.			
	-Desarrolla actuaciones relacionadas con los primeros auxilios en el medio natural.	X		
<p>Crit.EF.5.2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.</p>	-Participación de forma activa y desinhibida en las sesiones de ritmo y expresión. Utilizando la dramatización, la representación escénica y el uso de sombras como relación en la creación de composiciones individuales y grupales.		<p>CCEC-CCL-CSC</p>	<p>UD. Teatro</p> <p>UD. Baile</p>
	-Desarrollo del cuerpo como medio de exteriorización de expresiones y comunicación de sentimientos mediante el uso del lenguaje corporal utilizando juegos dramáticos, sombras y actividades expresivas.			
	-Conoce, elabora y desarrolla diferentes técnicas dramáticas como: imitación, mímica, improvisación, juegos dramáticos y representaciones mediante parodias y juegos sencillos y complejos para transmitir mensajes.	X		
	-Participa en la realización de una representación teatralizada grupal con elementos aprendidos y practicados en el aula.	X		
	-Practica de forma individual, por parejas y en pequeños grupos pasos de baile complejos con soporte música.			
	-Desarrolla danzas, bailes de salón, latinos y rock and roll: espacio, tiempo, ritmo e intensidad, utilizando actividades.			
<p>Crit.EF.6.4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.</p>	-Desarrolla, en pequeños grupos, una coreografía con soporte musical de al menos 3 minutos y con al menos 3 cambios de base musical ajustado a las indicaciones rítmicas y coreográficas de los elementos aprendidos en el aula.	X	<p>CAA-CCEC</p>	<p>En todas las UD.</p>
	-Conoce hábitos de vida y práctica saludable basados en alimentación, dieta equilibrada, hábitos higiénicos y posturales.	X		
	-Desarrollo de una adecuada conciencia sobre el correcto hábito de vida.			
	-Conoce los principales músculos, huesos y articulaciones del cuerpo diferencia entre palanca y contracciones	X		
	-Conocer los músculos, articulaciones y huesos que se trabajan al realizar un ejercicio			
	-Conoce ejercicios contraindicados de posturas inadecuadas y es capaz de corregirlos con ejercicios tónico-posturales.	X		
<p>Crit.EF.6.6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.</p>	-Relaciona hábitos inadecuados (sedentarismo, tabaco y alcohol o bebidas carbonatadas) con los efectos sobre la CF-S.		<p>CMCT</p>	<p>Calentamiento o específico, relajación y masajes</p>
	-Ejecuta de forma autónoma el calentamiento general y desarrolla pautas concretas que contribuyen a la elaboración de un calentamiento específico. Definición, características, diferenciación y pautas para su elaboración.	X		
	-Se dota de una variada batería de actividades, tareas y juegos de calentamiento.			
<p>Crit.EF.6.8. Analizar fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.</p>	-Interiorización de técnicas básicas de relajación a través de la respiración y ejecutar vuelta al estado de laxitud como.		<p>CSC</p>	<p>En todas las UD.</p>
	-Reflexiona de forma crítica sobre la intervención de otros compañeros en las actividades reconociendo los méritos de actuación y respetando la competencia motriz del desarrollo didáctico.			
	-Conoce la relación positiva entre la práctica de la AF y la mejora de los aparatos y sistemas del cuerpo humano.			
	-Mantiene actitud crítica de respeto, tolerancia a trampas y a mecanismos antideportivos (participante o espectador).			
<p>Crit.EF.6.11. Respetar normas y demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a situaciones desconocidas.</p>	-Reflexiona sobre aportaciones de compañeros a nivel cultural, de disfrute y enriquecimiento personal en AF.		<p>CSC</p>	<p>En todas las UD.</p>
	-Cumplimiento de las normas básicas de seguridad e higiene en la práctica de la actividad física y el deporte (aseo personal, etc.) y asistencia a clases con regularidad participando de forma activa.			
<p>Crit.EF.6.12. Utilizar TIC en el proceso de E-A, para buscar información de los contenidos.</p>	-Colaboración con los compañeros en las actividades respetando las diferencias individuales y grupales y todo lo que rodea la clase de Educación Física: el profesor, compañeros, material e instalaciones.		<p>CD-CAA-CCL</p>	<p>En todas las UD.</p>
	-Elaboración de trabajos teóricos relacionados con los contenidos prácticos desarrollados con la intención de reforzar los contenidos y trabajarlos de una forma diferente a la memorización teórica tradicional.	X		

Tabla 64. Relación de criterios de evaluación, contenidos de 4º ESO, contenidos mínimos, competencias clave y unidades didácticas.

Objetivos 4º ESO	Contenido Normativo	Criterio Eval.	Estándar
-Distinguir las CFB mediante la utilización de actividades de carácter práctico relacionadas con la salud, así como contribuir a la mejora de las mismas.			
-Desarrollar mecanismos de trabajo autónomo mediante la utilización de rutinas en el gimnasio encaminadas a la salud.			
-Iniciar al alumnado en el entrenamiento mediante la contribución y el desarrollo en el conocimiento de los principios, métodos y sistemas de entrenamiento.	1.1// 1.2// 1.3// 1.10// 6.5// 6.6// 6.17	1.1, 6.4, 6.5	1.1.1, 6.4.1, 6.4.2, 6.5.1, 6.5.2, 6.5.3, 6.5.4
-Desarrollar mecanismos de respuesta fisiológica y de comprobación del nivel de rendimiento deportivo mediante test de valoración.			
-Profundizar en el adecuado desarrollo de las cualidades motrices (equilibrio, coordinación y percepción espacio-temporal y kinestésica) mediante el empleo de técnicas circenses.	1.1// 1.11//1.12//1.13// 3.1// 3.2	1.1, 3.1	1.1.1, 3.1.2, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4
-Resolver problemas motores de cierta complejidad y desarrollar la coordinación óculo-manual.			
-Conocer y desarrollar la modalidad deportiva del voleibol mediante la adecuada adquisición de su técnica y táctica.	3.5// 3.6// 3.7//6.1// 6.2	2.3 y 6.7	2.3.1, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3
-Conocer las características básicas y reglamentarias del deporte de implemento: palas.	3.5// 3.6// 3.7//6.1// 6.7	2.3 y 6.7	2.3.1, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3
-Perfeccionar las habilidades motrices básicas, desarrollar las habilidades motrices genéricas e iniciarse en las habilidades motrices específicas mediante el empleo de deportes conocidos por los alumnos, utilización de deportes con implementos y el desarrollo de juegos y deportes alternativos.	3.1// 3.2// 3.5// 3.6// 3.7// 6.9// 6.10// 6.12// 6.13	3.1 y 3.3, 6.9, 6.10	3.1.2, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 6.9.1, 6.9.2, 6.9.3, 6.10.1, 6.10.2, 6.10.3
-Desarrollar juegos cooperativos, adaptados y recreativos como medio de relación, cooperación y coeducación con actividades lúdico-recreativas y los utiliza como mecanismo de desarrollo motriz encaminado a la salud.			
-Practicar distintos juegos y deportes alternativos con material reciclado valorando la educación para el consumo			
-Fomentar la creatividad y autonomía personal del alumnado con el diseño, construcción y puesta en funcionamiento de una modalidad deportiva de invención propia, con la reglamentación, sistema de puntuación y el material necesario para su desarrollo práctico.	1.1// 2.8// 2.9// 3.5// 6.1// 6.2//6.5//6.7//6.12//	1.1, 2.3, 3.1, 3.3, 6.6, 6.7, 6.11, 6.12	1.1.1, 2.3.1, 3.1.2, 3.3.2, 3.3.4, 6.6.1, 6.6.2, 6.7.1, 6.7.3, 6.11.1, 6.11.2, 6.12.1, 6.12.2, 6.12.3
-Contribuir al adecuado respeto del medio ambiente mediante la ejecución de actividades en el medio natural perfeccionando la lectura de mapas y las actividades desarrolladas con brújula.	4.1// 4.2// 4.3// 4.6// 4.8// 6.3	4.1, 4.3, 6.9 y 6.10	4.1.3, 4.3.5, 4.3.6, 6.9.1, 6.9.2, 6.9.3, 6.10.1, 6.10.2, 6.10.3
-Desarrolla actuaciones relacionadas con los primeros auxilios en el medio natural.			
-Utilizar el cuerpo como medio de expresión y comunicación mediante el uso de técnicas de dramatización, improvisación y bailes. Profundizar en el lenguaje no verbal y en el uso de herramientas desinhibidoras para aumentar el bagaje motriz.	5.1// 5.2// 5.3// 5.4// 5.5	5.2	5.2.1, 5.2.2, 5.2.3
-Valorar la importancia de unos correctos hábitos de vida saludable, basados en la correcta alimentación y dieta equilibrada, junto con la adecuada adquisición de hábitos higiénicos, de práctica física y posturales.	6.4//6.5//6.9//6.14//6.15	6.4	6.4.3, 6.4.4
-Conocer de forma concreta los principales músculos, huesos y articulaciones del cuerpo humano y saber diferenciar entre los tipos de palanca y contracciones	6.1//6.4//6.6	6.4	6.4.1, 6.4.2, 6.4.3, 6.4.4
-Ejecutar de forma autónoma un calentamiento general y desarrollar pautas concretas que contribuyen a la elaboración de un adecuado calentamiento específico.	6.16//6.17//6.18	6.4 6.6	6.4.1, 6.4.2, 6.6.1, 6.6.2, 6.6.3
-Dotar de una variada batería de actividades, tareas y juegos de calentamiento.			
-Reflexionar sobre las aportaciones de los compañeros a nivel cultural, de disfrute y enriquecimiento personal de las distintas actividades físicas ejecutadas en el aula.	6.4//6.5//6.7//6.8	6.8	6.8.1, 6.8.2,
-Cumplimentar las normas básicas de seguridad e higiene en la práctica de la actividad física y el deporte (aseo personal, etc.) y asistencia a clases con regularidad participando de forma activa.	6.2// 6.4	6.4, 6.10	6.4.1, 6.4.5, 6.10.1
Desarrollar con los compañeros las actividades grupales respetando las diferencias individuales, sexo, raza o religión.	6.2//6.8//6.9//6.10//6.13	6.8, 6.11	6.8.1, 6.8.2, 6.8.3, 6.11.1, 6.11.2,
Respetar todo lo que rodea la clase de educación física: El profesor, los compañeros, el material y las instalaciones, etc.	6.2//6.8//6.9//6.10//6.11	6.10, 6.11	6.10.1, 6.11.1, 6.11.2,
-Participar de forma activa en las actividades extraescolares y complementarias expuestas por el departamento de Educación Física: liga de los recreos, cross atlético, salida senderista, piraguas, etc.	1.1// 2.8// 2.9// 3.5//4.1//4.5//4.6//4.8	1.1, 2.3, 3.3, 4.1, 6.5, 6.7	1.1.1, 2.3.1, 3.3.1, 3.3.3, 4.1.3, 6.5.2, 6.7.1, 6.7.2, 6.9.2, 6.9.3
Realizar los trabajos teóricos-prácticos apoyándose en el uso de las nuevas tecnologías de la información y comunicación de forma ordenada, sin plagios y utilizando un vocabulario adecuado a su edad.	6.19	6.12	6.12.1, 6.12.2, 6.12.3

Tabla 65. Relación de objetivos, contenidos normativos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluable para 4ºESO.

2.5.4.10.-Contenidos mínimos evaluables para 1º Bachillerato.

Criterios de Evaluación	Contenidos	Mínimos	C. Clave	UD
<p>Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica, aplicando habilidades motrices específicas buscando fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados.</p> <p>Crit.EF.6.4. Mejorar la CF y habilidades motrices saludables, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y estudios u ocupaciones.</p> <p>Crit.EF.6.5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de AF que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las CF implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.</p>	Utilización de una extensa y variada batería de actividades que contribuyan de forma específica al adecuado estado óptimo del organismo.		CAA-CMCT-CSC-CIEE	UD Condición Física. Autoentrenamiento. Evaluación Inicial UD Atletismo UD Bicicleta
	Consolidación de diferentes pruebas y test físicos de evaluación del estado de CF.			
	Valoración mediante actividades de control y pruebas físicas el proceso evolutivo y las posibilidades y limitaciones personales.			
	Exposición de las CFB como pilar básico de mejora del rendimiento deportivo.			
	Planificación de rutinas de entrenamientos específicos.	X		
	Desarrollo de los principios y sistemas del entrenamiento deportivo y de los métodos y medios de entrenamiento aplicados a deportistas o personas sedentarias.	X		
	Investigación en uso de aplicaciones para mejorar el rendimiento deportivo.	X		
	Perfeccionamiento sobre la mejora de la CF aprendido en cursos anteriores relacionado con la percepción subjetiva del esfuerzo, la fatiga-recuperación y FC.			
	Conocimiento profundo del reglamento de las diferentes especialidades del atletismo.	X		
	Práctica de principales modalidades del atletismo y posibles roles mostrando interés.	X		
Ejecución técnica correcta de los diferentes elementos del atletismo.				
Desarrollo mediante ejecución de diferentes estrategias en las pruebas de atletismo.	X			
<p>Crit.EF.2.3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p>	Conocimiento de las reglas básicas de la modalidad deportiva del bádminton.	X	CAA-CMCT	UD Bádminton
	Conocimiento de la técnica y táctica fundamentales del bádminton.			
	Familiarizarse con el movimiento a distintas velocidades del volante de bádminton.			
	Desarrollo de diferentes golpes a diferentes distancias con precisión y sin ella.	X		
	Agarre y manejo de la raqueta. Elaboración de vídeo explicativo de la técnica de uso.			
<p>Crit.EF.3.1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica, aplicando habilidades motrices específicas buscando un cierto grado de fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.</p> <p>Crit.EF.3.3. Solucionar de forma creativa situaciones de colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p>	Desarrollo de la autonomía personal y empatía mediante la auto-ejecución de juegos y deportes existentes al resto de compañeros del aula.		CAA-CMCT-CSC	J recreativos y cooperativos V UD Deportes alternativos V UD Inv. deporte y m. construido
	Reconocimiento y aplicación de soluciones técnicas y/o tácticas aprendidas en otras modalidades deportivas que sean utilizadas en situaciones de juego real en la elaboración del desarrollo didáctica de su exposición.			
	Participación activa y responsable en las actividades de clases con independencia de que sean elaboradas por uno mismo o por los compañeros.			
	Práctica de juegos con material reciclado valorando la educación para el consumo.	X		
	Ejecución correcta de los elementos técnicos de juegos y deportes alternativos.			
	Fomento de la creatividad y autonomía personal con el diseño y funcionamiento de un deporte de invención propia, con reglas, puntuación y material para su desarrollo.	X		
	Desarrolla las habilidades motrices, cualidades motrices y CFB mediante la utilización de deportes de invención encaminados a la adquisición de valores y mejora de salud.			
	Conocimiento y desarrollo mediante la ejecución práctica de juegos y deportes inventados de las acciones tácticas de ataque y defensa.	X		
<p>Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica, aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.</p>	Cooperación solidaria en el medio natural mediante actividades en la naturaleza.	X	CAA-CMCT-CSC	UD Act. medio natural V.
	Concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea.			
	Consolidación de actividades de senderismo, kayak y buceo con las que fomentar el compañerismo y la igualdad de género en entornos inestables y desconocidos.			

Crit.EF.4.3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.				
Crit.EF.5.2. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.	Participación de forma activa y desinhibida en las sesiones de ritmo y expresión, utilizando la dramatización, la representación escénica y el clown.		CCEC-CIEE CCL-CD	UD Clown UD Hip Hop y danzas callejeras UD de actividades dirigidas: aeróbic, step, zumba, body pum, king boxing
	Perfeccionamiento de exteriorización de expresiones y comunicación de sentimientos mediante el uso del lenguaje corporal utilizando actividades expresivas y clown.			
	Perfecciona e inventa expresiones y comunicaciones con el uso de diferentes técnicas dramáticas como: mímica, improvisación y parodias para transmitir mensajes.	X		
	Participa en la realización de una representación de clown individual o grupal con los elementos aprendidos y practicados en el aula.	X		
	Practica de forma individual, por parejas y en pequeños grupos pasos de baile complejos con el empleo de soporte música.			
	Conoce, elabora y desarrolla diferentes movimientos en relación con danzas y bailes callejeros. Atiende a: espacio, tiempo, ritmo e intensidad.			
	Desarrolla, en pequeños grupos, una coreografía de baile callejero con soporte musical de al menos 2,30 minutos y con al menos 3 cambios de base musical ajustado a las indicaciones rítmicas y coreográficas de los elementos aprendidos en el aula.	X		
Crit.EF.6.6. Valorar la AF desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la AF. Crit.EF.6.7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, entorno y las actuaciones en la realización de las AF-D y artístico-expresivas, actuando de forma responsable.	Ejecución con madurez, responsabilidad y autonomía diferentes tipos de calentamiento relacionados con entrenamientos y modalidades deportivas.	X	CIEE-CCEC-CSC- CAA-CMCT	UD Calentamiento y V. calma V. En todas las UD.
	Aplicación autónoma de actividades de vuelta a la calma al resto de compañeros.			
	Conocimiento del valor del propio cuerpo, higiene y salud mediante la práctica del deporte como desarrollo personal y social.			
	Mejora de calidad de vida, salud física, psíquica, y social mediante la práctica de AF.			
	Perfeccionamiento de riesgos, actividades desaconsejadas, hábitos nocivos, consecuencias de una mala praxis física y contraindicaciones deportivas.			
	Conocimiento de posibilidades deportivas como mecanismos de servicio y empleo.	X		
	Usos de gestión deportiva en instalaciones y servicios de eventos deportivos.			
	Promoción de eventos deportivos y fomento del ocio-activo.	X		
	Desarrollo de pautas de correctos hábitos saludables (alimentación y aseo personal).			
Crit.EF.6.8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno de la AF.	Consolidación de un adecuado clima de tolerancia entre compañeros y el respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión.		CSC	En todas las UD.
	Valoración del uso del juego limpio, la implicación individual, la actuación activa de la práctica física sin escabullirse de la realización de la tarea encomendada.			
	Respeto al profesor, momentos de la sesión de EF, el material y las instalaciones.			
	Conocimiento y ejecución de una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.			
Crit.EF.6.9. Utilizar las TIC para mejorar su aprendizaje, aplicando criterios de eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos.	Elaboración de trabajos teóricos relacionados con la aplicabilidad práctica con la intención de reforzar contenidos.	X	CD-CCL	En todas las UD.
	Desarrollo teórico-prácticos relacionados con: fisiología del ejercicio y biomecánica	X		

Tabla 66. Relación de criterios de evaluación, contenidos de 1º BACH, contenidos mínimos, competencias clave y unidades didácticas.

Objetivos 1º Bachillerato	Contenido Normativo	Criterio Eval.	Estándar
Ejecutar con madurez, responsabilidad y autonomía diferentes tipos de calentamiento y de vueltas a la calma en base a diferentes tipos de entrenamientos específicos y modalidades deportivas. Saber diferenciarlos y utilizar una extensa y variada batería de actividades que contribuyan de forma específica al adecuado estado óptimo del organismo.	6.8, 6.10, 6.11	6.4	6.4.3
Consolidar diferentes pruebas y test físicos de evaluación del estado de condición física y control del proceso evolutivo utilizándolas para la correcta planificación de la Actividad Física y la valoración de las posibilidades y limitaciones personales.	1.1, 1.2, 1.3, 6.9	1.1, 6.5	1.1.1, 1.1.3, 6.5.2, 6.5.3,
Las CFB como pilar básico de mejora del rendimiento deportivo. Planificar rutinas de entrenamientos específicos basándose en el uso de los principios y sistemas del entrenamiento deportivo y de los métodos y medios de entrenamiento. Investigar en el uso de apps tecnológicas que contribuyan a mejorar el rendimiento deportivo y perfeccionar sobre lo aprendido en cursos anteriores relacionado con la percepción subjetiva del esfuerzo, los procesos de fatiga-recuperación y la frecuencia cardíaca.	1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 1.7, 6.7, 6.8, 6.9,	1.1, 6.4, 6.5, 6.7	1.1.1, 1.1.3, 6.4.3, 6.5.1, 6.5.2, 6.5.3, 6.5.4, 6.5.5, 6.5.6, 6.7.3
Perfeccionar las posibilidades comunicativas y expresivas del cuerpo mediante el uso de técnicas creativas que profundizan en el lenguaje no verbal y en el uso de un mayor bagaje motriz con la aplicación en técnicas de clown.	5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6	5.2	5.2.1, 5.2.2, 5.2.3
Afianzar y perfeccionar el dominio de habilidades específicas y destrezas mediante la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del atletismo y el ciclismo, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices individuales.	1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 1.7, 1.10, 1.11	1.1	1.1.1, 1.1.3,
Afianzar y perfeccionar el dominio de habilidades específicas y destrezas mediante la ejecución de actividades relacionadas con los fundamentos teóricos-prácticos del deporte del bádminton, así como la ejecución de acciones técnico-tácticas y ofensivas-defensivas y el conocimiento de las principales reglas y de los principios propios de las acciones motrices de oposición en cancha dividida.	2.1, 2.6, 2.8, 2.9	2.3	2.3.1, 2.3.4, 2.3.5
Descubrir, aprender y combinar distintos ritmos y manejos de diversos objetos mediante la iniciación a coreografías de sala de gimnasios y bailes callejeros, así como en el empleo de juegos y movimientos coreográficos expresivos atendiendo a la relación entre iguales con independencia de su género y mostrando una correcta actitud desinhibida.	5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6	5.2	5.2.1, 5.2.2, 5.2.3
Perfeccionar, con pretensión de mejora del nivel físico, diferentes juegos cooperativos, actividades adaptadas y deportes alternativos atendiendo a ellos como un medio de diversión y ocupación saludable del tiempo libre, respetando las reglas y mostrando una adecuada actitud de participación e interés en base al refuerzo de las relaciones socio-afectivas.	3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7	3.1, 3.3	3.1.2, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 3.3.5
Utilizar el fomento de la creatividad a través de la creación de juegos y deportes propios con materiales auto-construidos base de la unión de modalidades deportivas existentes o de la creación de nuevas modalidades deportivas inexistentes que favorezca la participación cooperativa e integradora mostrando interés por la práctica.	3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.9, 3.10	3.1, 3.3	3.1.2, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 3.3.5
Cooperar con acciones solidarias en el medio natural mediante la práctica de actividades en la naturaleza. Concienciarse de la necesidad de cuidar y respetar el medio que nos rodea y perfeccionar actividades de senderismo, kayak y buceo con las que fomentar el compañerismo y la igualdad de género en un entorno inestable y desconocido.	4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 4.10, 6.5,	4.1, 4.3	4.1.1, 4.1.3, 4.1.4, 4.3.4
Experimentar los efectos positivos que la práctica habitual y sistemática de Actividad Física tiene en el desarrollo anatómico-fisiológico-personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida, salud física, psíquica, y también sus riesgos, contraindicaciones, y medidas higiénicas preventivas haciendo hincapié en los correctos hábitos saludables de seguridad e higiene en la práctica de actividad física (cambio ropa, aseo personal, etc.).	1.16, 6.2, 6.3, 6.6, 6.9, 6.10,	6.4, 6.5, 6.6, 6.7	6.4.1, 6.4.2, 6.4.3, 6.5.1, 6.5.6, 6.6.2, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3
Consolidar un adecuado clima de tolerancia entre compañeros creando ambientes colaborativos de trabajo en equipo, de juego limpio, de respeto a las diferencias individuales por razón de género, raza o religión en el desarrollo de las actividades grupales.	6.4	6.8	6.8.1, 6.8.2
Respetar, actuando con una adecuada conducta, al profesor, los diferentes momentos que rodea la sesión de educación física, el material y las instalaciones. Conocer y ejecutar una actitud de respeto hacia las normas básicas de convivencia y mantener un adecuado clima de clase.	6.4,	6.7, 6.8	6.7.2, 6.8.1, 6.8.2
Conocer una gran variedad de opciones deportivas como mecanismos de servicios, ya sea a nivel de actividades dirigidas, servicios turísticos, etc., profundizar sobre el uso de recursos deportivos desde la gestión de instalaciones y contribuir al conocimiento como promotores de eventos deportivos y de ocio-activo mediante la ejecución de diferentes propuestas de eventos de centro (festival de navidad, cross atlético y bicicletada).	1.16, 3.3, 4.6, 4.8, 4.9, 4.10, 6.1, 6.5,	6.5, 6.6, 6.7, 6.9	6.5.6, 6.6.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.9.1, 6.9.2

Tabla 67. Relación de objetivos, contenidos normativos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluable para 1ºBACH.

2.5.5.-Procedimientos e instrumentos de evaluación.

Instrumentos de Evaluación	
Conceptuales y teóricos	<ul style="list-style-type: none"> -Exámenes escritos: preguntas de desarrollo, cuestionarios o tipo test. Se utilizará para comprobar la adquisición de contenidos conceptuales básicos. -Trabajos de investigación: búsqueda y análisis de información sobre los contenidos tratados en las clases. Para realizar estos trabajos es necesario contar con bibliografía especializada que pueden encontrar en internet o en la biblioteca del centro. -Cuaderno de clase: instrumento que el alumno va a elaborar personalmente y que con el tiempo va a convertirse en un auténtico libro de texto personal. El cuaderno se estructurará de la siguiente manera: <ul style="list-style-type: none"> -Apuntes teóricos de los conocimientos que se deben poseer. -Búsqueda personal de información: conocimientos ajenos a la clase que completen los conocimientos dados. -Hojas de sesión: formato común. -Mapa conceptual. -Actividades teórico-prácticas. -Otros: elaborados para la ocasión como entrevistas personales, cuestionarios, etc.
Destrezas motrices y prácticos	<ul style="list-style-type: none"> -Pruebas de ejecución y observación sistemática: para comprobar las habilidades motrices aprendidas y el nivel de condición física. -Trabajos prácticos: tareas de tipo práctico que los alumnos tendrán que elaborar a partir de lo trabajado en clase; normalmente se realizarán en grupo. -Test motores: dirigidos fundamentalmente a las cualidades físicas básicas y a las cualidades motrices (fundamentalmente dirigido al autoconocimiento del nivel de condición física del alumno). -Listas de control y escalas de clasificación para comprobar si el alumno adquiere unos niveles de habilidad prefijados y si realiza o no ciertas actividades. -Otros: elaborados para la ocasión, relacionados con los aspectos prácticos desarrollados en clase.
Actitudes, valores y normas	<ul style="list-style-type: none"> -Registro de acontecimientos: será el procedimiento más utilizado. Establecemos una serie de actitudes que nos interesan en la clase y que podemos contabilizar en una o varias sesiones. Ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> -Lleva el vestuario adecuado. -Llega puntual a las clases. -Presta atención a las explicaciones. -Participa en las actividades de forma constructiva. -Respeto a los compañeros y al profesor. -Respeto las instalaciones y el material. -Presenta los trabajos en el plazo acordado. -Se esfuerza en las actividades dentro de sus posibilidades. -Adopta las medidas de higiene básicas después de la clase... -Registro anecdótico: sin ningún tipo de preparación, se apuntan las impresiones que nos parezcan importantes sobre una sesión o actividad determinada.

Tabla 68. Relación de instrumentos de evaluación para la consecución de los elementos curriculares de la ESO y el bachillerato diferenciados en tres bloques de actuación: conceptos y teoría, destrezas motrices y prácticas y actitudes, valores y normas.

2.5.6.-Criterios de calificación.

Estos criterios de calificación se relacionan con el currículum del Gobierno de Aragón de forma directa en base a la normativa vigente mediante la **LOMCE 8/2013 de 9 de diciembre** para la mejora de la calidad educativa que modifica en su artículo único la **LOE 2/2006 de 3 de mayo**, el **RD 1105/2014, de 26 de diciembre** que establece el currículum básico de ESO y Bachillerato y concretado en la **Orden ECD 489/2016, de 26 de mayo** y **Orden ECD 494/2016, de 26 de mayo**, para Aragón. Igualmente ha sido necesario atender a la **Orden ECD 65/2015, de 21 de enero**, por la que se describen las relaciones entre las competencias y contenidos, la **Orden ECD 624/2018 de 11 de abril**, sobre la evaluación en ESO y **Orden ECD 623/2018, de 11 de abril** para bachillerato en centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

Para calificar a los alumnos se atenderá a los aprendizajes que éstos hayan alcanzado. El primer día de clase, en la presentación de la asignatura, el alumnado recibirá una ficha con los criterios de calificación para el presente curso.

La ficha constará de 8 apartados con una calificación de 11 puntos en total, pudiendo considerar algún apartado como optativo para obtener una calificación final de 10 puntos. Los ítems a calificar se diferencian en base a tres apartados descritos en el artículo 7 de la **Orden ECD 65/2015 de 21 de enero** que son: conocimientos teóricos, destrezas y desarrollo motriz y valores, actitudes y normas.

Concepto	Explicación	Puntuación
Trabajos de clase/ Fichas	-Cada trimestre se solicitará la realización de dos trabajos relacionados con las Unidad Didáctica. Los trabajos se calificarán con nota numérica de 0 a 10 puntos. Será obligatorio la entrega de al menos uno de los trabajos . Obteniendo la calificación de 0 puntos en el no entregado. La puntuación final por trimestre será a/b. Siendo a= suma de la puntuación de todos los trabajos del trimestre y b= número de trabajos. -En caso de plagio o copia el alumno obtendrá una calificación de 0 puntos en este apartado (trabajo de clase/ficha) para todo el trimestre. -Cada falta de ortografía penalizará con 0,1 punto hasta un máximo de 1 punto (escala sobre 10 puntos) en la calificación de cada trabajo. -La entrega del trabajo fuera del plazo establecido será aceptado con una penalización de 2 puntos sobre 10. No se recogerán trabajos una vez corregidos. -Durante las sesiones se podrá solicitar la realización de fichas o trabajos breves que corresponden a deberes de clase y que podrán ser evaluados en este apartado.	2 puntos
Práctica: "Soy docente por un día"	Elaborar un trabajo relacionado con el desarrollo de una sesión práctica por escrito de un contenido de EF, siguiendo las indicaciones marcadas por el profesor (se entregará un documento con los pasos a seguir). Será indispensable, para poder ser evaluado, ejecutar la sesión al resto de compañeros de clase. Los contenidos a trabajar no se podrán repetir. La práctica escrita debe entregarse con al menos una semana de antelación de la fecha en la que se quiere realizar. Quedará a disposición del profesor, en base a su planificación el que la sesión se pueda ejecutar. En caso de entrega los últimos días de trimestre, no se garantiza que se pueda ejecutar y por tanto calificar.	1 punto (acumulable para todo el curso)
Evaluación de la práctica.	Evaluación obtenida mediante la ejecución de la práctica en las distintas Unidades didácticas. En cada UD se solicitará una o varias pruebas motrices prácticas relacionadas con el contenido trabajado. Se cuantificará numéricamente cada una de las pruebas asignando un valor de 0 a 10 puntos. Los puntos correspondientes a este bloque se obtendrán realizado la media de todas las pruebas realizadas. De forma que será: $(V1+V2+V3/n) \times 0,3$. Siendo V = cada prueba realizada y n = número de pruebas evaluadas.	3 puntos
Comportamiento, Indumentaria y aseo personal	-Mantener una correcta actitud, respetar a los compañeros, mostrar valores de compañerismo y cooperación en clase, esforzarse en la realización de las actividades de clase, ejecución de la práctica, etc. -La ejecución de una conducta inadecuada será anotada en una tabla y penalizará 0,1 puntos. Durante una sesión práctica podría sumarse varias penalizaciones. -Debes equiparte con la vestimenta apropiada durante las sesiones de EF y asearte una vez concluida la clase. Cámbiate la camiseta y utiliza desodorante o colonia.	1 punto (Puede generar puntuación negativa)
Retos de EF	-Realizar los retos que el departamento propone. Se propondrán dos retos trimestrales que deberán ser grabados en vídeos y enviados a classroom.	0,5 puntos
Deporte reglado/ Liga de Recreos	-Práctica habitual en escuela deportiva, fuera del horario lectivo. Debes solicitar un certificado en la escuela deportiva y dárselo al profesor. Participar en la liga de los recreos.	0,5 puntos
STRAVA	-Recorrer una distancia máxima de 100km/andando o 200km/bicicleta y registrarla con la app STRAVA (toda distancia mayor a 20 min será computable y toda distancia inferior a ese tiempo no será tenida en cuenta). Durante la sesión será necesario hacer una foto para dar validez a la autoría del recorrido. La calificación de este apartado será la suma de la participación en la liga de los recreos + los km recorridos hasta el máximo expuesto en el STRAVA dividido entre dos.	1 punto
Examen teórico	Se realizará un examen por trimestre con los contenidos impartidos en las diferentes Unidades Didácticas. La calificación y la puntuación para la asignatura dependerá de la calificación obtenida en el examen, siendo: De 0 a 4 equivalente a -1 punto. De 4,01 a 6,99 equivalente a 0 punto. De 7 a 10 equivalente a 1 punto. En caso de que el alumno sea observado copiando en el examen, obtendrá una calificación de 0 puntos, que conllevará la aplicación del primer apartado de este punto.	-1, 0, 1 punto
Fruta que complementa el bocadillo	OPTATIVA. Traer una pieza de fruta a cada clase de Educación Física. Cada día que se traiga la pieza de fruta, computará con la puntuación proporcional equivalente al total de días impartidos por trimestre. Ejemplo: un trimestre tiene un total de "a" sesiones de Educación Física, la puntuación obtenida en cada sesión será a/b. Siendo "a" el número de frutas traídas en el trimestre y "b" el número de días que se ha impartido docencia de Educación Física. La fruta se deberá comer al inicio de la clase de EF o al final de la misma.	1 punto

La calificación se realiza sobre un máximo de 11 puntos y un porcentaje del 110%. La calificación final obtenida pasará a ser computada en la nota del trimestre o final sin fraccionar. En caso de obtener puntuación superior a 10 puntos, la nota será de 10 puntos.

Tabla 69. Relación de criterios de calificación para ESO entregado a los alumnos.

De lo anterior se desprende que los porcentajes de calificación oscilarán como sigue:

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DE LA ASIGNATURA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA ESO

Categoría Observación	Puntuación			
	Penalizaciones	2 Puntos		
Conceptos y Teoría 40%	Trabajo clase/Fichas	-Retraso de entrega. -No presentar trabajos. -No estar bien desarrollados los apartados propuestos. -Plagio o copia. -Ortografía y lenguaje apropiado. -Limpieza y orden adecuado.	-Trabajo limpio, claro, ordenado con buena presentación. -Están correctos y bien desarrollados todos los contenidos del trabajo. -Creatividad e innovación.	
		*Se utilizará una rúbrica con la puntuación de cada trabajo. *Cada falta de ortografía penalizará 0,1 hasta un máximo de 1 punto. *La entrega de un trabajo fuera de plazo será penalizada con 2 puntos (en una calificación sobre 10 puntos).		
	Examen teórico	-1 Punto	0 Puntos	1 Punto
		Calificación de 0 a 3,99	De 4 a 6,99	De 7 a 10
	Trabajo teórico-práctico soy Docente	0 Puntos		1 Punto
Rúbrica en base a tres apartados: trabajo teórico, elaboración de ficha y sesión práctica. Ítems a evaluar están detrás de la ficha a completar.				
Procedimientos y destrezas motrices 50%	Evaluación de la práctica física	0 Puntos		3 Puntos
		-Resultados de observación sistemática. -Resultado de la medición por test y procedimientos de evaluación. -Resultado de la implicación fisiológica medida en las prácticas.		
	Retos y participación en acciones complementarias	0 Puntos	0,25 Puntos	0,5 Puntos
		No realiza reto.	Realiza 1 reto	Realiza 2 retos.
		0 Puntos		0,5 Puntos
STRAVA	0 Puntos		1 Punto	
	-Realizar 0 kilómetro con la app.		0,01p/km andar y 0,005p/km bici	
Actitudes, valores y normas 20%	Comportamiento, Indumentaria y aseo personal	-0,1 Punto por cada parámetro (en cada sesión)		1 Punto
		-Faltas de comportamiento. -Falta de respeto a compañero o a las normas de clase. -Llamada de atención. -Maltrato de material de EF. -No esforzarse en la práctica. -Falta de asistencia. -No participar en alguna actividad en clase. -No traer material a clase.		-Ninguna falta de comportamiento. -Traer el material. -Esforzarse. -Cuidar el material. -No faltar respeto.
		Cuanfía proporcional al número de sesiones impartidas.		
	Fruta	-No venir con la indumentaria adecuada. -No traer la bolsa de aseo y no cambiarse la camiseta en cada sesión de EF.		-Traer chándal y zapatillas adecuadas. -Traer bolsa de aseo. -Cambiar la camiseta en cada sesión de EF.
		Cuanfía proporcional al número de sesiones impartidas.		1 Punto
		-No traer la fruta.	-Traer fruta.	

*La calificación se realiza sobre un máximo de 11 puntos y un porcentaje máximo del 110%. La calificación final obtenida sobre ese máximo de 11 puntos pasará a computar en la nota del trimestre o final, sin ponderar. En caso de obtener una puntuación superior a 10 puntos, la nota será de 10 puntos.

Tabla 70. Especificaciones de la puntuación de cada apartado relativa a los criterios de calificación de la Educación Secundaria Obligatoria.

Los criterios de Bachillerato son los siguientes que se especifican a continuación. En él se encuentran 8 apartados que califican, al igual que para la ESO, sobre un total de 11 puntos.

Concepto	Explicación	Puntuación
Trabajos de clase/ Fichas	<p>-Cada trimestre se solicitará la realización de dos trabajos relacionados con las Unidad Didáctica. Los trabajos se calificarán con nota numérica de 0 a 10 puntos. Será obligatorio la entrega de al menos uno de los trabajos. Obteniendo la calificación de 0 puntos en el no entregado. La puntuación final por trimestre será a/b. Siendo a= suma de la puntuación de todos los trabajos del trimestre y b= número de trabajos.</p> <p>-En caso de plagio o copia el alumno obtendrá una calificación de 0 puntos en este apartado (trabajo de clase/ficha) para todo el trimestre.</p> <p>-Cada falta de ortografía penalizará con 0,1 punto hasta un máximo de 1 punto (escala sobre 10 puntos) en la calificación de cada trabajo.</p> <p>-La entrega del trabajo fuera del plazo establecido será aceptado con una penalización de 2 puntos sobre 10. No se recogerán trabajos una vez corregidos.</p> <p>-Durante las sesiones se podrá solicitar la realización de fichas o trabajos breves que corresponden a deberes de clase y que podrán ser evaluados en este apartado.</p>	2 puntos
Evaluación de la práctica.	Evaluación obtenida mediante la ejecución de la práctica en las distintas Unidades didácticas. En cada UD se solicitará una o varias pruebas motrices prácticas relacionadas con el contenido trabajado. Se cuantificará numéricamente cada una de las pruebas asignando un valor de 0 a 10 puntos. Los puntos correspondientes a este bloque se obtendrán realizado la media de todas las pruebas realizadas. De forma que será: $(V1+V2+V3/n) \times 0,3$. Siendo V = cada prueba realizada y n = número de pruebas evaluadas.	3 puntos
Comportamiento, Indumentaria y aseo personal	<p>-Mantener una correcta actitud, respetar a los compañeros, mostrar valores de compañerismo y cooperación en clase, esforzarse en la realización de las actividades de clase, ejecución de la práctica, etc.</p> <p>-La ejecución de una conducta inadecuada será anotada en una tabla y penalizará 0,1 puntos. Durante una sesión práctica podría sumarse varias penalizaciones.</p> <p>-Debes equiparte con la vestimenta apropiada durante las sesiones de EF y asearte una vez concluida la clase. Cámbiate la camiseta y utiliza desodorante o colonia.</p>	1 punto (Puede generar puntuación negativa)
Retos de EF	-Realizar los retos que el departamento propone. Se propondrán dos retos trimestrales que deberán ser grabados en vídeos y enviados a classroom.	0,5 puntos
Organización	-Organización de actividades varias. Entre las actividades organizativas se contempla la participación activa en liga de recreos, carrera atlética, festival de navidad. En este apartado NO se tendrá en cuenta las tareas y acciones que se tengan que realizar previa a la celebración del evento, sino la participación activa en el evento.	0,5 puntos
STRAVA	<p>-Recorrer una distancia máxima de 100km/andando o 200km/bicicleta y registrarla con la app STRAVA (toda distancia mayor a 20 min será computable y toda distancia inferior a ese tiempo no será tenida en cuenta). Durante la sesión será necesario hacer una foto para dar validez a la autoría del recorrido.</p> <p>La calificación de este apartado será la suma de la participación en la liga de los recreos + los km recorridos hasta el máximo expuesto en el STRAVA dividido entre dos.</p>	1 punto
Examen teórico	<p>Se realizará un examen por trimestre con los contenidos impartidos en las diferentes Unidades Didácticas. La calificación y la puntuación para la asignatura dependerá de la calificación obtenida en el examen, siendo:</p> <p>De 0 a 4 equivalente a -1 punto.</p> <p>De 4,01 a 6,99 equivalente a 0 punto.</p> <p>De 7 a 10 equivalente a 1 punto.</p> <p>En caso de que el alumno sea observado copiando en el examen, obtendrá una calificación de 0 puntos, que conllevará la aplicación del primer apartado de este punto.</p>	-1, 0, 1 punto
Fruta que complementa el bocadillo	OPTATIVA. Traer una pieza de fruta a cada clase de Educación Física. Cada día que se traiga la pieza de fruta, computará con la puntuación proporcional equivalente al total de días impartidos por trimestre, Ejemplo: un trimestre tiene un total de "a" sesiones de Educación Física, la puntuación obtenida en cada sesión será a/b. Siendo "a" el número de frutas traídas en el trimestre y "b" el número de días que se ha impartido docencia de Educación Física. La fruta se deberá comer al inicio de la clase de EF o al final de la misma.	1 punto

Tabla 71. Relación de criterios de calificación para Bachillerato entregado a alumnos.

De lo anterior se desprende que los porcentajes de calificación oscilarán como sigue:

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DE LA ASIGNATURA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA BACHILLERATO

Categoría Observación	Puntuación			
	Penalizaciones	2 Puntos		
Conceptos y Teoría 50%	Trabajo clase/Fichas	-Retraso de entrega. -No presentar trabajos. -No estar bien desarrollados los apartados propuestos. -Plagio o copia. -Ortografía y lenguaje apropiado. -Limpieza y orden adecuado.	-Trabajo limpio, claro, ordenado con buena presentación. -Están correctos y bien desarrollados todos los contenidos del trabajo. -Creatividad e innovación.	
		*Se utilizará una rúbrica con la puntuación de cada trabajo. *Cada falta de ortografía penalizará 0,1 hasta un máximo de 1 punto. *La entrega de un trabajo fuera de plazo será penalizada con 2 puntos (en una calificación sobre 10 puntos).		
	Examen teórico	-1 Punto	0 Puntos	1 Punto
		Calificación de 0 a 3,99	De 4 a 6,99	De 7 a 10
Organización de Eventos Teórico-práctico	0 Puntos		2 Puntos	
	-Crear fichas teóricas de eventos. -Participar en la organización y funcionamiento de las actividades.			
Procedimientos y destrezas motrices 40%	Evaluación de la práctica física	0 Puntos		2 Puntos
		-Resultados de observación sistemática. -Resultado de la medición por test y procedimientos de evaluación. -Resultado de la implicación fisiológica medida en las prácticas.		
	Recreos Retos y participación en acciones complementarias	0 Puntos	0,25 Puntos	0,5 Puntos
		No realiza reto	Realiza 1 reto	Realiza 2 retos
		0 Puntos		0,5 Puntos
STRAVA	0 Puntos		1 Punto	
	-Realizar 0 kilómetro con la app.		0,01p/km andar y 0,005p/km bici	
Actitudes, valores y normas 20%	Comportamiento, Indumentaria y aseo personal	-0,1 Punto por cada parámetro (en cada sesión)		1 Punto
		-Faltas de comportamiento. -Falta de respeto a compañero o a las normas de clase. -Llamada de atención. -Maltrato de material de EF. -No esforzarse en la práctica. -Falta de asistencia. -No participar en alguna actividad en clase. -No traer material a clase.		-Ninguna falta de comportamiento. -Traer el material. -Esforzarse. -Cuidar el material. -No faltar respeto.
		Cuantía proporcional al número de sesiones impartidas.		
		-No venir con la indumentaria adecuada. -No traer la bolsa de aseo y no cambiarse la camiseta en cada sesión de EF.		-Traer chándal y zapatillas adecuadas. -Traer bolsa de aseo. -Cambiar la camiseta en cada sesión de EF.
	Fruta	Cuantía proporcional al número de sesiones impartidas.		1 Punto
-No traer la fruta.		-Traer fruta.		

*La calificación se realiza sobre un máximo de 11 puntos y un porcentaje máximo del 110%. La calificación final obtenida sobre ese máximo de 11 puntos pasará a computar en la nota del trimestre o final, sin ponderar. En caso de obtener una puntuación superior a 10 puntos, la nota será de 10 puntos.

Tabla 72. Especificaciones de la puntuación de cada apartado relativa a los criterios de calificación de Bachillerato.

2.5.6.1.-Especificaciones de los Criterios de calificación.

Las faltas de asistencia deberán ser justificadas y, en su caso, compensadas con la realización de los trabajos que el profesor estime oportuno. La inasistencia a 5 o más clases, en cada trimestre, conllevará la realización de un trabajo equivalente a la ausencia señalada. La falta por expulsión no computa. El trabajo deberá tener una calificación superior a 5 puntos sobre 10 para compensar las faltas de asistencia. La temática del trabajo será designada por el profesor, quién también avisará al alumno cuando esté cercano a las 5 inasistencias.

Será requisito indispensable la entrega de, al menos, uno de los trabajos del trimestre para poder hacer media en el trimestre. La entrega fuera de la fecha señalada acarreará una penalización de 2 puntos en la calificación del trabajo sobre 10 puntos. No se podrá entregar ningún trabajo después de que los alumnos reciban el trabajo corregido.

Los trabajos copiados o plagiados en parte o en su totalidad no serán corregidos, obtendrán una calificación de 0 puntos y no computando como trabajo entregado, por lo que será requisito indispensable la entrega del segundo trabajo.

Será requisito inexcusable asistir el día del examen. Podrá realizar el examen de forma extraordinaria aquel alumno que justifique de forma adecuada (únicamente se permite mediante justificante médico firmado y sellado) su ausencia el día del examen. La justificación tendrá que ser por causa mayor o enfermedad de consideración. No se realizará examen a aquellos alumnos que entreguen únicamente el justificante de padre/madre/tutor o la ausencia sea por una visita médica. El examen será realizado el siguiente día de asistencia a clase de Educación Física y no será notificada la fecha de la nueva realización del examen de forma previa al alumno que justifique su ausencia de forma adecuada.

La evaluación de la destreza motriz se realizará mediante una evaluación individualizada en cada una de las unidades didácticas ejecutadas. De cada evaluación práctica se obtendrá una calificación numérica que oscilará de 0 a 10 puntos. En caso de no asistir a una prueba de evaluación de destreza motriz se deberá cumplir lo expuesto sobre justificación de faltas relativas a la ejecución de examen, al también tratarse de un examen.

La calificación correspondiente al trimestre del apartado relativo a la práctica será la media de las calificaciones obtenidas en las pruebas de cada una de las unidades didácticas entre el número de pruebas prácticas realizadas.

En caso que un alumno asista a clase y por causa justificada, no pueda realizar práctica aislada durante un día o varios días, deberá completar una ficha de sesión y contestar a una relación de preguntas sobre su enfermedad o problema. En la medida de su problema intentará ejecutar práctica o realizará labores de ayuda al docente y/o sus compañeros.

Para aquellos alumnos que asistan a clase y que no puedan realizar práctica física, con independencia del motivo y de la causa, penalizarán con -0,1 punto en la evaluación del trimestre. Se podrá compensar esa penalización mediante justificante médico en el que conste el tipo de lesión y/o enfermedad. Será necesaria la entrega de dos documentos. Uno primero que denominaremos baja en la que se explique la situación de lesión y/o enfermedad y otro segundo en el que se denominará alta en el que se

explique la ausencia de lesión y/o enfermedad. A la entrega del documento denominado alta, se compensarán las penalizaciones.

En caso que, de forma reiterada asistan a clase y no puedan realizar práctica física 5 o más días, se compensará la ausencia de ejecución práctica con la realización del mismo trabajo propuesto para las faltas de asistencia. En caso que el alumno también acumule al menos 5 faltas de asistencia, solo se entregará una vez el trabajo. Para todos los casos en los que el trabajo no sea entregado, la ausencia de práctica reiterada mantendrá las penalizaciones de -0,1 punto por día que no se ha realizado práctica en la calificación del trimestre. Esta causa no compensará la ausencia en la realización de exámenes, pruebas o test durante esos días.

En caso que un alumno, por motivos de lesión o enfermedad no pueda realizar alguna evaluación de destreza motriz individualizada, deberá realizar un trabajo escrito propuesto por el docente de la asignatura. El trabajo deberá tener una calificación igual o superior a 5 puntos sobre una escala de 10 puntos. La realización del trabajo compensará a la superación de la evaluación de destreza motriz propuesta con una calificación de 5 puntos.

La compensación mediante trabajo teórico de la evaluación de la destreza motriz individualizada no exime de lo expresado en el apartado de: *alumnos que de forma reiterada asisten a clase y no puedan realizar práctica física*. Es decir, en caso de necesitar la evaluación de la destreza motriz junto a la acumulación de 5 faltas por práctica física, se deberán realizar y entregar dos trabajos diferentes para compensar cada una de las partes. En el caso que únicamente se entregue uno de ellos, únicamente compensará el apartado correspondiente al trabajo entregado.

La distancia en la aplicación STRAVA se computará en kilómetros. Contarán aquellas actividades con una duración superior a 18-20 minutos y distancias superiores a 2 kilómetros. Se deberá realizar en cada actividad/salida una fotografía en la que se reconozca la autoría de la ruta. Se considera autoría de la ruta que se reconozca el camino por el que se transita y tenga relación con el recorrido mostrado en STRAVA, así como que en la fotografía aparezca el propio alumno. Se podrá reservar el derecho a la privacidad no mostrando la cara pero, en cualquier caso, debe reconocerse que la foto pertenece al alumno. Será penalizada la trampa, considerada esta como: la realización de kilómetros en un medio distinto al de andar, correr o bicicleta. La conducta indebida acarreará la no obtención de la calificación correspondiente a este apartado. Será requisito obligatorio disponer de la Aplicación STRAVA (gratuita) para la elaboración de los kilómetros, en caso que el móvil no admita dicha aplicación, podrá ser utilizada de forma extraordinaria algunas de las siguientes aplicaciones: Polar Beat o Adidas Runtastic, Nike run, Edmondo, Wikiloc, etc. En caso de castigos sin el uso del móvil se deberá disponer de un pulsómetro y elaborar un documento Word en el que se ponga cada uno de los días que se ha salido y la fotografía con la distancia recorrida y la frecuencia cardiaca empleada. En caso de utilizar podómetro, se restarán 2000 pasos diarios, considerados como la media estimativa de pasos que se realizan al cabo del día por una persona. Este documento será enviado al profesor de la materia el día anterior a cuando se estime la fecha límite de ejecución de kilómetros en el STRAVA.

La calificación obtenida en cada uno de los apartados se registrará con dos decimales obteniendo una calificación final en la asignatura con dos decimales. La calificación que se obtendrá en el boletín de notas será al alza siempre que se superen los valores igual o mayor a 0,75 y será a la baja para el resto de cas

2.5.6.2.-Especificaciones relativas a la evaluación trimestral y final. Información de los resultados.

La evaluación trimestral dependerá de las unidades didácticas que las componga. En cada evaluación se responderá a los criterios de calificación señalados anteriormente. Aquel alumno que no califique con 5 o más puntos en 2 o en las 3 evaluaciones trimestrales, no podrá superar la materia y deberá presentarse al examen de convocatoria extraordinaria, en los casos en los que este exista.

Las calificaciones finales de cada evaluación trimestral serán comunicadas al alumnado una vez realizadas las juntas de evaluaciones trimestrales mediante los boletines de calificaciones. La distribución de la calificación corresponde a:

1ª Evaluación: 100% de la calificación obtenida por el alumno en el 1º trimestre.

2ª Evaluación: 100% de la calificación obtenida por el alumno en el 2º trimestre.

3ª Evaluación: 100% de la calificación obtenida por el alumno en el 3º trimestre.

Evaluación Final: 33% de calificación obtenida en la 1ª evaluación + 33% de calificación obtenida en la 2ª evaluación + 33% de calificación obtenida en la 3ª evaluación.

En caso que **No** exista la prueba extraordinaria y un alumno no supere un trimestre, deberá mediar con el resto de trimestre y en la evaluación final obtener una calificación superior a 5 puntos. En caso de eso no producirse, la asignatura estará suspensa.

2.5.7.- Redondeo de boletín

El boletín se compone de números sin decimales. Se determinará el 0,75 como valor de redondeo al alza para todos los valores. No obstante, ese redondeo en los boletines trimestrales no implica el valor superior redondeado, por lo que la evaluación final corresponderá a la media obtenida de los valores con decimales obtenido en los trimestres. La asignatura es aprobada obteniendo una calificación superior a 5 puntos en la evaluación final.

2.5.8.- Criterios de recuperación. Especificaciones relativa a la pérdida de la evaluación continua.

En cada trimestre la evaluación comenzará nuevamente de cero. Se mantendrá la estructura de los criterios de evaluación. No podrá ser recuperada, bajo ningún concepto, la evaluación trimestral anterior, debiendo mediar esta con las posteriores.

Los alumnos que en la suma de las tres evaluaciones obtengan una calificación inferior a 5 puntos, suspenderán la asignatura y tendrán que realizar una prueba extraordinaria para el presente curso. Las posibilidades de no superar la asignatura se basan en la no superación de los contenidos mínimos y los criterios mínimos de calificación expuestos en base a los estándares de aprendizaje evaluables versados en los diferentes apartados de los criterios de evaluación.

En caso que el alumno no entregue al menos uno de los dos trabajos teóricos exigidos por trimestre, aún teniendo una calificación superior a 5 puntos, suspenderá ese trimestre. La calificación de ese trimestre para mediar con el resto de trimestres no será su calificación superior a 5 puntos, sino el valor de 4,99 puntos.

2.5.9.- Pruebas extraordinarias. (En los términos en los que esta prueba se mantenga)

Los alumnos que no superen la materia en la evaluación final podrán presentarse a la evaluación extraordinaria en la que tendrán que realizar prueba teórica, trabajo teórico y recorrer una distancia que permitirá evaluar los contenidos exigidos a su nivel.

Prueba extraordinaria			
Procedimiento	Instrumento de evaluación	Aclaración del procedimiento	Porcentaje calificación
Análisis de la producción del alumnado	Cuaderno/trabajo alumno	Entrega de cuaderno/ elaboración de trabajo	30%
Prueba específica	Examen escrito	Examen teórico de todos los contenidos del curso	70%
La prueba de carácter específica correspondiente a un examen escrito contendrá todos los contenidos del curso y penalizarán las respuestas contestadas de forma incorrecta.			

Tabla 73. Instrumentos y porcentaje de calificación en la prueba extraordinaria.

La calificación de la prueba extraordinaria será la media ponderada de los instrumentos de evaluación en función de su criterio de calificación. Cada una de las pruebas se valorará sobre 10 puntos y se ejecutará el porcentaje correspondiente a la misma. Será requisito indispensable obtener una calificación superior a 5 puntos en la media de las tres pruebas.

Se mantendrá la organización normativa descrita en esta programación didáctica, en su apartado 2.5 completo, para la evaluación extraordinaria.

En caso de que el alumno cuente con dos o más cursos no superados y se presente a la prueba extraordinaria tendrá que superar la materia de cada uno de los cursos de manera correlativa. No pudiendo superar un curso superior antes de haber superado el curso inferior. Es decir, no es posible superar 2º ESO sin haber superado 1º ESO, no es posible superar 3º ESO sin antes haber superado 1º y 2º ESO y no es posible superar 4º ESO sin antes haber superado 1º 2º y 3º de la ESO.

2.5.10.- Asignatura pendiente de cursos anteriores.

El alumnado que tenga la asignatura de Educación Física pendiente de cursos anteriores, será informado a comienzo de curso de cuales serán los requisitos para la recuperación de la materia pendiente. Existirán dos posibilidades de recuperación que se describen a continuación:

- La primera hace mención a la recuperación de la prueba pendiente del curso anterior
- La segunda que lo hace de, al menos, dos cursos anteriores.

2.5.10.1.- Alumno con asignatura pendiente del curso anterior al actual.

Los alumnos que tengan la asignatura pendiente del curso anterior tendrán que realizar un examen teórico de recuperación de la asignatura con los contenidos del curso pasado.

El departamento de Educación Física, según la selección de fechas que otorgue jefaturas de estudio según su organización y planificación, establecerá una fecha

comprendida entre el segundo y tercer trimestre (de febrero a mayo) y que no coincida con ningún otro examen de pendientes.

La prueba se realizará durante el horario lectivo, pero a consecuencia de las características anómalas de la prueba, se realizará fuera de cualquier sesión de Educación Física para el curso en el que el alumno se encuentre. Se priorizará la realización del examen en la hora asignada como reunión de departamento.

Recuperación pendiente. / No supera la materia durante el curso actual.		
Procedimiento	Instrumento	Porcentaje calificación
Prueba específica	Examen escrito	100%

Tabla 74. Recuperación para alumnos con asignatura pendiente del curso anterior.

Si el alumno NO superar la materia, tendrá derecho a presentarse a la prueba extraordinaria, cumpliendo las directrices marcadas para la misma en el punto anterior.

La prueba consistirá en la realización de un examen teórico compuesto de diferentes preguntas de los contenidos trabajados durante el curso anterior. El examen será realizado en una única sesión y para ello se dispondrá del tiempo asignado y marcado por la legislación vigente en base a los periodos de horario escolar para cada franja horaria. Se facilitará de forma digital todo el contenido que deberá ser estudiado para facilitar la búsqueda de los apuntes del curso pasado.

2.5.10.2.- Alumno con asignatura pendiente de, al menos, dos cursos anteriores:

En caso de encontrar un alumno con la asignatura pendiente de dos cursos anteriores o más, será requisito indispensable la realización de un examen teórico con los conocimientos de ese o esos cursos no superados. Se seguirán las indicaciones relativas al punto anterior sobre: *alumno con asignatura pendiente del curso anterior al actual*.

2.5.11.- Mecanismo de revisión, evaluación de la programación didáctica docente, del proceso de Enseñanza-Aprendizaje y modificaciones relevantes académicas.

Al principio del curso se les pregunta a los alumnos, en forma de evaluación inicial, sobre los conocimientos relativos al presente curso escolar para delimitar el estado inicial, conocimiento de los contenidos a trabajar y marcar el nivel inicial. Así mismo, durante el curso, se sondeará sobre los contenidos, la duración de las unidades didácticas, y otros aspectos que se consideran de interés. Otro indicativo que se utilizará será la observación de los alumnos: si estado emocional al finalizar la sesión, si se implican activamente en las unidades didácticas, si muestran interés, si realizan cuestiones durante las intervenciones, si la intensidad del ejercicio y de la tarea es la adecuada, etc. Así como los resultados en las diferentes evaluaciones.

A nivel departamental se realizará una reunión en la que es comentado periódicamente la marcha de las unidades didácticas y se intercambian experiencias. Este proceso se lleva a cabo durante las reuniones de departamento que se mantienen una vez semanal, aunque el tema no es tratado de forma periódica en todas las reuniones semanales.

En las sesiones de evaluación, cada tutor da información a los profesores sobre la dificultad en las materias, dicha información también es de utilidad para la toma de decisiones relativas a la marcha de los contenidos de las distintas unidades didácticas.

En caso de ser detectada la falta de resultados favorables con alguno de los grupos, de alguno de los niveles o es observada la baja implicación por parte de ellos, el departamento de Educación Física se reunirá con el tutor del grupo para informar del suceso e intentar solventar el problema.

Al final de curso, se realizará una encuesta anónima para valorar la intervención docente recibida durante el curso y evaluar nuestra práctica docente, los contenidos empleados y el nivel de la materia.

La revisión de las actividades y contenidos será tenida en cuenta, durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, señalando las actividades que se consideren más interesantes y aquellas que por el contrario no lo sean tanto.

Existirá una evaluación docente que atenderá a:

-Reflexión de la propia acción docente. Una vez finalizadas las clases del curso actual, se valorará si se han llevado a cabo según el plan establecido, y lo que es más importante, se determinará si se han conseguido los objetivos que se pretendían. Estas indicaciones se reflejarán en una Memoria de departamento. La actuación docente, así como las unidades didácticas y contenidos de las mismas serán modificadas en base a los resultados arrojados de este análisis.

-Observación de la propia actuación docente a través de la utilización de medios audiovisuales (dependiendo de su accesibilidad y disponibilidad).

-Cuestionarios que se entrega al alumnado en donde se les pide su opinión en diversas cuestiones referentes a la actuación docente, como: claridad de las explicaciones, duración de las mismas, empatía del profesor, etc.

2.5.12.-Evaluación Inicial

Se ha dividido la calificación de la evaluación inicial en tres apartados: teóricos, prácticos y actitudinales. La parte actitudinal hace referencia a si el alumno realiza la tarea con la actitud adecuada, completa las tareas encomendadas y entrega la ficha, de esta forma, comprobamos que no pierde el tiempo durante la sesión práctica, su nivel de madurez hacia la ejecución de la tarea y la autonomía personal para completar el trabajo encomendado en el tiempo establecido.

Se muestra a continuación las pruebas, escritas y prácticas que se han llevado a cabo durante los primeros días del presente curso para cada uno de los niveles educativos de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato.

2.5.12.1.- Evaluación Inicial 1º ESO

EVALUACION INICIAL EDUCACION FISICA. NIVEL 1º ESO



Nombre y Apellidos:

Grupo:

Esta ficha se compone de diferentes preguntas teóricas y prácticas sobre los contenidos que se van a trabajar a lo largo del presente curso escolar. Intenta responder a todas las preguntas. Por parejas se debe acceder libremente a las distintas estaciones y completar la ficha en base a tiempos o mediciones. Un componente de la pareja deberá ejecutar la actividad y el otro completar la ficha y realizar la medición. Las preguntas teóricas deben ser respondidas de forma individual y personal. Si hay compañeros en una estación, ve a otra que esté vacía.

Cuestiones a completar	Resultados	
1º Define calentamiento y expón las actividades en las que se compone.		
2º ¿Existe diferencia entre Actividad física y Deporte? En caso que exista ¿Cuál es?		
3º Dibuja el hueso del húmero y ubícalo en un cuerpo humano		
4º Lanzamiento de balón medicinal con los dos brazos (<i>puedes ejecutar 2 intentos</i>)	m	m
5º Salto horizontal a pies juntos (<i>2 intentos si apoyáis las manos o caéis el salto no es válido</i>)	m	m
6º Carrera de velocidad (<i>2 intentos campo de futbol a lo largo</i>)	s	s
7º Carrera de resistencia (<i>2 vueltas a los dos campos de futbol lo más rápido posible</i>)	m	s
8º Flexibilidad . Medición en banco sueco (<i>2 intentos</i>)	cm	cm
9º Agilidad . Completa el circuito en el menor tiempo posible (<i>2 intentos</i>)	s	s
10º ¿Eres capaz de hacer una voltereta en una colchoneta sin apoyar las manos? (<i>2 intentos</i>)	SI	NO
11º Disco volador . Desde una portería intenta meter el disco sin tocar el suelo en la otra.	SI	NO
12º Golpéa con el balón de datchball uno de los conos. ¿Lo has conseguido? (<i>2 intentos</i>)		
¿Has conseguido realizar todas las actividades?	SI	NO
<i>A completar por el profesor:</i>		
Ha mostrado madurez en la ejecución de la actividad	SI	NO
Ha aprovechado el tiempo de forma correcta y no se le ha llamado la atención	SI	NO

Tabla 75. Ficha de evaluación inicial entregada a los alumnos de 1º ESO.

CONCLUSIONES:

- El alumnado que accede a 1º ESO muestra un leve conocimiento en algunos de los aspectos como el calentamiento, aunque no ordenan de forma correcta las actividades que lo componen.
- El resto de contenidos teóricos son desconocidos para ellos.
- Los resultados prácticos son acordes a su edad.
- Muestran una estimulación motriz favorable a consecuencia de realizar actividad física no reglada fuera del horario lectivo y pasar varias horas a la semana realizando ejercicio físico en la calle.
- No están acostumbrados a tener una correcta organización y cuidado del material.
- No están acostumbrados a realizar pruebas en las que se requiera autonomía en la práctica para que ellos ejecuten por si mismos las acciones.

Los resultados que se desprenden de los test realizados en base a condición física, obtienen valores propios de su edad, entorno al percentil 50-75 y en el resto de pruebas muestran ciertas carencias a consecuencia de no haber trabajado anteriormente de forma conveniente los contenidos que se les solicita de forma práctica.

2.5.12.2.- Evaluación Inicial 2º ESO



EVALUACION INICIAL EDUCACION FISICA

2º E.S.O

Nombre:

Curso:

*Esta evaluación inicial cuenta con dos apartados diferenciados sobre los contenidos que impartiremos sobre el curso, el primero de los apartados son una serie de pruebas físicas para saber el nivel de habilidad y condición física que tenéis, el segundo apartado será una serie de preguntas teóricas las cuales deberéis responder lo mejor posible. **La evaluación es individual y personal**

Pruebas físicas	Resultados	
1º Lanzamiento de balón medicinal con los brazos (2 intentos)		
2º Salto horizontal a pies juntos (2 intentos si apoyáis las manos o caéis el salto no es válido)		
3º Carrera de velocidad (2 intentos campo de futbol a lo largo)		
4º Carrera de resistencia (2 vueltas a los dos campos de futbol lo más rápido posible)		
5º Lanzamiento de balonmano a portería (2 intentos por aro contar número aciertos)		
6º Saltos de comba (30s continuos contar número de saltos, hacia delante y hacia atrás)		
7º Circuito de habilidad floorball (Contabilizar tiempo ejecución 2 intentos)		
8º Circuito de Agilidad (2 intentos)		
9º Flexibilidad. Banco sueco y medir distancia con brazos		
10º Introduce el disco volador en la portería desde el centro del campo		
11ª ¿Cuáles son las partes de un calentamiento y que tipos de entrenamiento conoces?		
12ª ¿Cuáles son las cualidades físicas básicas? ¿Y las cualidades motrices?		
13ª ¿Cómo se dividen las pruebas del atletismo? pon un ejemplo de cada.		
¿Has conseguido realizar todas las actividades?	SI	NO
Ha mostrado madurez en la ejecución de la actividad	SI	NO
Ha aprovechado el tiempo de forma correcta y no se le ha llamado la atención	SI	NO

Tabla 76. Ficha de evaluación inicial entregada a los alumnos de 2º ESO.

CONCLUSIONES.

-A nivel teórico muestran ciertas dudas, aunque responden las cuestiones. Muestran desconocimientos en las cualidades motrices y en la adecuada organización de las pruebas de atletismo.

-El nivel de autonomía y madurez es aún insuficiente como para ejecutar las tareas, siendo reiteradas las llamadas de atención.

-Algunos alumnos no mantienen un correcto comportamiento en el cuidado del material.

-La ejecución práctica de las actividades, en lo relativo a la condición física muestran valores ajustado a su edad, aunque algo inferiores a la media.

-La adherencia a la práctica física es alta en la mayoría de los alumnos.

Se requiere un tratamiento de los contenidos partiendo de un nivel medio-alto para, de forma progresiva ir aumentando en complejidad y superando el nivel inicial de exigencia.

2.5.12.3.- Evaluación Inicial 3º ESO

EVALUACION INICIAL EDUCACION FISICA. NIVEL 3º ESO



Nombre y Apellidos:

Grupo:

Esta ficha se compone de diferentes preguntas teóricas y prácticas sobre los contenidos que se van a trabajar a lo largo del presente curso escolar. Intenta responder a todas las preguntas. Por parejas se debe acceder libremente a las distintas estaciones y completar la ficha en base a tiempos o mediciones. Un componente de la pareja deberá ejecutar la actividad y el otro completar la ficha y realizar la medición. Las preguntas teóricas deben ser respondidas de forma individual y personal. Si hay compañeros en una estación, ve a otra que esté vacía.

Cuestiones a completar	Resultados	
1º Define vuelta a la calma y expón al menos 3 actividades diferentes		
2º ¿Qué es el estado de homeostasis?		
3º ¿Cuántos deportes adaptados conoces? Exponlos.		
4º Lanzamiento de balón medicinal con los dos brazos (<i>puedes ejecutar 2 intentos</i>)	m	m
5º Salto horizontal a pies juntos (<i>2 intentos si apoyáis las manos o caéis el salto no es válido</i>)	m	m
6º Carrera de velocidad (<i>2 intentos campo de futbol a lo largo</i>)	s	s
7º Carrera de resistencia (<i>2 vueltas a los dos campos de futbol lo más rápido posible</i>)	m	s
8º Flexibilidad . Medición en banco sueco (<i>2 intentos</i>)	cm	cm
9º Agilidad . Completa el circuito en el menor tiempo posible (<i>2 intentos</i>)	s	s
10º Haz un pase a tu compañero con el balón de rugby . Uno se colocará en un área y otro en el centro del campo (<i>2 intentos</i>) ¿Lo has conseguido?	SI	NO
11º Baloncesto. Encestar 3 tiros libres consecutivos en 3 lanzamientos (<i>2 intentos</i>)	SI	NO
12º Golpea con el bate de béisbol 1 bola e intenta tocar un cono. (<i>2 intentos</i>)	SI	NO
13º Palas. Realizar 20 pases sin que la bola caiga al suelo. (<i>1 intento</i>) ¿Lo has conseguido?	SI	NO
14º. Lanza con la mano un balón e intenta golpear uno de los conos. ¿Lo has conseguido? (<i>2 intentos</i>)		
¿Has conseguido realizar todas las actividades?	SI	NO
<i>A completar por el profesor:</i>		
Ha mostrado madurez en la ejecución de la actividad	SI	NO
Ha aprovechado el tiempo de forma correcta y no se le ha llamado la atención	SI	NO

CONCLUSIONES.

- Resultado favorables y esperados.
- La mayoría de alumnos superan la prueba y muestran valores adecuados.
- En los contenidos teóricos existe cierta confusión terminológica.
- Solo se observa una correcta respuesta en las cuestiones básicas.
- Resultados prácticos adecuados a la edad.
- El alumno muestra cierta autonomía y madurez suficientes. Es posible ejecutar las tareas por si mismos.
- Mantienen un correcto comportamiento en el cuidado del material.

2.5.12.4.- Evaluación Inicial 4º ESO

EVALUACION INICIAL EDUCACION FISICA. NIVEL 4º ESO



Nombre y Apellidos:

Grupo:

Esta ficha se compone de diferentes preguntas teóricas y prácticas sobre los contenidos que se van a trabajar a lo largo del presente curso escolar. Intenta responder a todas las preguntas. Por parejas se debe acceder libremente a las distintas estaciones y completar la ficha en base a tiempos o mediciones. Un componente de la pareja deberá ejecutar la actividad y el otro completar la ficha y realizar la medición. Las preguntas teóricas deben ser respondidas de forma individual y personal. Si hay compañeros en una estación, ve a otra que esté vacía.

Cuestiones a completar	Resultados	
1º Define calentamiento específico y expón 3 actividades que realizarías para la modalidad deportiva que prefieras.		
2º ¿Cuáles son las capacidades físicas básicas? ¿y su clasificación?		
4º Lanzamiento de balón medicinal con los dos brazos (<i>puedes ejecutar 2 intentos</i>)	m	m
5º Salto horizontal a pies juntos (<i>2 intentos si apoyáis las manos o caéis el salto no es válido</i>)	m	m
6º Carrera de velocidad (<i>2 intentos campo de futbol a lo largo</i>)	s	s
7º Carrera de resistencia (<i>2 vueltas a los dos campos de futbol lo más rápido posible</i>)	m	s
8º Flexibilidad . Medición en banco sueco (<i>2 intentos</i>)	cm	cm
9º Agilidad . Completa el circuito en el menor tiempo posible (<i>2 intentos</i>)	s	s
10º ¿Cuántas vueltas de malabares eres capaz de hacer con 3 pañuelos? (<i>2 intentos</i>)		
11º Realiza un saque bajo de voleibol e intenta encestar la pelota. No puede votar previamente. ¿Lo has conseguido? (<i>2 intentos</i>)	SI	NO
12º Disco volador . Desde una portería realiza un pase a tu compañero que se encontrará en el centro.	SI	NO
13º Palas . Realizar 20 pases sin que la bola caiga al suelo. (<i>1 intento</i>) ¿Lo has conseguido?	SI	NO
14º Ejecútale al menos dos de los pasos del baile de bachata a tu compañero	SI	NO
¿Has conseguido realizar todas las actividades?	SI	NO
<i>A completar por el profesor:</i>		
Ha mostrado madurez en la ejecución de la actividad	SI	NO
Ha aprovechado el tiempo de forma correcta y no se le ha llamado la atención	SI	NO

Tabla 78. Ficha de evaluación inicial entregada a los alumnos de 4º ESO.

CONCLUSIONES.

En términos generales se han obtenidos unas calificaciones adecuadas a la edad. En la evaluación inicial se han calificado los conocimientos de ámbito teórico con tres preguntas, conocimientos prácticos con doce preguntas y actitudinales en base a su comportamiento y a si empleaban el tiempo de clase a superar las distintas pruebas de las que se componía este test inicial.

Los conceptos teóricos son propios de 4º de ESO, de ahí que se requiera conocer el punto de partida, por lo que los resultados no son alarmantes. Esto nos da una idea clara de los conocimientos iniciales, para sobre ellos, partir e iniciar el conocimiento de este 4º curso.

Los distintos alumnos que componen los grupos no tienen adquirida la dinámica y mantienen un comportamiento en durante la sesión inadecuado, debiendo ser llamada la atención en varias ocasiones. La mayoría de alumno no concluyó las tareas de la ficha.

Los resultados prácticos de la evaluación inicial se cuantificaron en base a los distintos bloques de contenidos que el currículo nos expone. En base a los mismos se observó que a nivel de condición física muestran niveles comprendidos entre regular-bien en flexibilidad y resistencia y, sin embargo, valores entre bien-muy bien en fuerza, aunque valores oscilando el mal-regular en agilidad. Para el resto de variables evaluadas, en todos los casos sus rangos oscilan entre el mal-regular.

2.5.12.5.- Evaluación Inicial 1º BACHILLERATO

EVALUACION INICIAL EDUCACION FISICA. NIVEL 1º BACH



Nombre y Apellidos:

Grupo:

Esta ficha se compone de diferentes preguntas teóricas y prácticas sobre los contenidos que se van a trabajar a lo largo del presente curso escolar. Intenta responder a todas las preguntas. Por parejas se debe acceder libremente a las distintas estaciones y completar la ficha en base a tiempos o mediciones. Un componente de la pareja deberá ejecutar la actividad y el otro completar la ficha y realizar la medición. Las preguntas teóricas deben ser respondidas de forma individual y personal. Si hay compañeros en una estación, ve a otra que esté vacía.

Cuestiones a completar	Resultados	
1º ¿Cuáles son los métodos y sistemas de entrenamiento?		
2º ¿Qué es y para qué se utiliza el ciclo de Krebs?		
3º Lanzamiento de balón medicinal con los dos brazos (<i>puedes ejecutar 2 intentos</i>)	m	m
4º Salto horizontal a pies juntos (<i>2 intentos si apoyáis las manos o caéis el salto no es válido</i>)	m	m
5º Cuántas flexiones haces en 30 segundos (<i>no se puede apoyar rodillas</i>) (2 intentos si se desea)		
6º Abdominales en 30 segundos (<i>cogiendo los pies</i>) (2 intentos si se desea)		
7º Carrera de velocidad (<i>2 intentos campo de futbol a lo largo</i>)	s	s
8º Carrera de resistencia (<i>2 vueltas a los dos campos de futbol lo más rápido posible</i>)	m	s
9º Flexibilidad . Medición en banco sueco (2 intentos)	cm	cm
10º Agilidad . Completa el circuito en el menor tiempo posible (2 intentos)	s	s
11º Puntería lanzar con la mano el balón al cono (<i>2 intentos</i>) ¿Lo has conseguido?	SI	NO
12º ¿Cuántas vueltas de malabares eres capaz de hacer con 3 pañuelos? (<i>2 intentos</i>)		
13º Inventa una coreografía de baile callejero con al menos 2 pasos. Representasela a tu compañero	SI	NO
14º Disco volador . Desde una portería intenta meter el disco sin tocar el suelo en la otra.	SI	NO
15º Palas . Realizar 20 pases sin que la bola caiga al suelo. (<i>1 intento</i>) ¿Lo has conseguido?	SI	NO
16º Ejecútale al menos dos de los pasos del baile de bachata a tu compañero	SI	NO
¿Has conseguido realizar todas las actividades en el tiempo fijado de sesión?	SI	NO
<i>A completar por el profesor:</i>		
Ha mostrado madurez en la ejecución de la actividad	SI	NO
Ha aprovechado el tiempo de forma correcta y no se le ha llamado la atención	SI	NO

CONCLUSIONES.

- Los resultados arrojados son muy adecuados respecto al nivel educativo.
- Las preguntas teóricas son contestadas de forma vaga y sin precisión.
- Existen ciertas lagunas de contenidos y en las respuestas existe gran confusión terminológica.
- A nivel de pruebas prácticas los resultados oscilan entorno a los percentiles respecto a la edad y género.
- Los alumnos muestran autonomía y madurez en la ejecución de la tarea.
- Cuidad de forma conveniente el material y mantienen organizado el mismo.

2.5.13.- Tratamiento de los estándares de aprendizajes evaluables. Procedimiento de calificación por estándares normativos

La **Orden ECD/489/2016, de 26 de mayo** organiza los estándares de aprendizaje evaluables para la educación secundaria en dos ciclos. El primer ciclo corresponde a los niveles de 1º, 2º y 3º ESO y el segundo ciclo a 4º ESO. La **Orden ECD/494/2016, de 26 de mayo** se describen los estándares de aprendizaje evaluables para 1º de bachillerato.

La consecución de los estándares de aprendizaje evaluables se traduce en la superación de los distintos apartados expuestos en el: 2.5.6. *Criterios de evaluación*, de forma que cada uno de esos apartados, ya tengan un tratamiento teórico, práctico o actitudinal, se relaciona con uno o varios estándares.

A consecuencia del desarrollo madurativo de los alumnos de 1º y 2º ESO, diferente al de los alumnos de 3º ESO, es requerimiento necesario estandarizar una fórmula de consecución de los estándares que escalone los propios estándares en función de la complejidad de los mismos, de forma que se adquieran gradualmente, estableciendo categorías con un peso diferente en función de la complejidad del mismo y el nivel educativo en el que nos encontremos.

Este proceso se ha mantenido para graduar el nivel de complejidad/importancia de los últimos niveles educativos de cada ciclo, a los que los estándares hacen referencia, de forma que para 3º ESO, 4º ESO y 1º Bachillerato, se mantiene la graduación de niveles en base a tres ponderaciones de peso (básicos, intermedios y avanzados).

Estándares de aprendizaje evaluables básicos (B): imprescindibles para superar el curso y se relaciona con los contenidos mínimos	50% de peso
Estándares de aprendizaje evaluables intermedios (I): nivel medio de consecución de los criterios de evaluación.	40% de peso
Estándares de aprendizaje evaluables avanzados (A): mayor nivel de consecución de los criterios de evaluación.	10% de peso

Tabla 80. Consideración de estándar y peso de los mismos

La consecución de los estándares básicos (B) son requisito necesario e imprescindible para la correcta superación del curso académico. Estos estándares se relacionan con los contenidos mínimos exigidos para el nivel educativo al que se hace mención. Por tanto, se entienden como los estándares mínimos que deben ser alcanzados.

Para la consecución de los estándares se seguirán las siguientes fórmulas dependiendo del tipo de estándar que sea:

Consecución de estándares de aprendizaje evaluables básicos (B):

$$10 - (5 \times [1 - \frac{n^{\circ} \text{ básicos superados}}{n^{\circ} \text{ básicos totales}}]) + \left[\frac{\sum \text{niveles de logro normalizado básico} > 1}{n^{\circ} \text{ de básicos totales} \times \text{max. nivel logro normalizado}} \right] \times (\text{peso básico\%} - 50 \times 10) \times \left(\frac{10}{5}\right)$$

Consecución de estándares de aprendizaje evaluables intermedios y avanzados (I) y (A):

$$10 - (5 \times [1 - \frac{n^{\circ} \text{ básicos superados}}{n^{\circ} \text{ básicos totales}}]) + \left[\frac{\sum \text{niveles de logro normalizado básico} > 1}{n^{\circ} \text{ de básicos totales} \times \text{max. nivel logro normalizado}} \right] \times \frac{10}{5}$$

La calificación de los estándares se normalizará de forma que se computará en una escala que oscilará desde 1 a 5, se muestra a continuación:

Escala normalizada de nivel de logro de estándares			
Mejorar/en proceso	aceptable	bueno	Muy bueno
1	2	3-4	5

Tabla 81. Escala normalizada de correspondencia para la consecución de los estándares

La puntuación obtenida en cada apartado de los descritos en el punto 2.5.6 se normalizará a valores comprendidos a la escala expuesta en la tabla 81.

2.5.13.1.- Grado de complejidad de los estándares por niveles

Es necesario establecer el grado de complejidad de los estándares de aprendizaje evaluables que se van a trabajar en cada nivel educativo y relacionarlo con los contenidos mínimos.

Nivel de complejidad de los estándares de aprendizaje evaluables							
Estándar	Complejidad 1ºESO	Complejidad 2ºESO	Complejidad 3ºESO	Estándar	Complejidad 4º ESO	Estándar	Complejidad 1ºBach
1.1.1	B	B	B	1.1.1	B	1.1.1	B
1.1.2	A	I	B	2.3.1	B	1.1.3	I
1.1.3	A	A	I	3.1.2	B	2.3.1	B
1.1.4	A	A	I	3.3.2	B	2.3.4	A
2.3.1	B	B	B	3.3.3	A	2.3.5	I
2.3.2	A	A	A	3.3.4	A	3.1.2	I
2.3.3	I	B	B	4.1.3	B	3.3.2	I
2.3.4	I	I	I	4.3.5	I	3.3.3	B
3.3.1	B	B	B	4.3.6	A	3.3.4	I
3.3.2	A	A	A	5.2.1	B	3.3.5	B
3.3.3	I	B	B	5.2.2	I	4.1.1	B
3.3.4	I	I	I	5.2.3	I	4.1.3	I
4.1.5	I	B	B	6.4.1	A	4.1.4	I
5.2.1	A	A	A	6.4.2	I	4.3.4	A
5.2.2	B	B	B	6.4.3	B	5.2.1	B
5.2.3	I	B	B	6.4.4	B	5.2.2	B
5.2.4	A	I	I	6.5.1	I	5.2.3	A
6.4.1	I	I	B	6.5.2	I	6.4.1	B
6.4.2	A	I	B	6.5.3	A	6.4.2	B
6.4.3	I	B	B	6.5.4	I	6.4.3	I
6.4.4	A	I	I	6.6.1	B	6.5.1	A
6.4.5	A	I	I	6.6.2	B	6.5.2	B
6.4.6	I	I	B	6.6.3	B	6.5.3	I
6.5.1	B	B	B	6.7.1	B	6.5.4	B
6.5.2	B	B	B	6.7.2	I	6.5.5	A
6.5.3	A	A	I	6.7.3	A	6.5.6	B
6.5.4	A	A	A	6.8.1	I	6.6.1	B
6.6.1	I	B	B	6.8.2	A	6.6.2	I
6.6.2	B	B	B	6.8.3	B	6.7.1	I
6.6.3	A	A	A	6.9.1	I	6.7.2	I
6.7.1	B	B	B	6.9.2	B	6.7.3	A
6.7.2	B	B	B	6.9.3	B	6.8.1	B
6.7.3	B	B	B	6.10.1	I	6.8.2	B
6.8.1	I	I	I	6.10.2	I	6.9.1	B
6.8.2	B	B	B	6.10.3	I	6.9.2	B
6.8.3	A	A	A	6.11.1	B		
6.9.1	I	I	I	6.11.2	B		
6.9.2	A	I	I	6.12.1	B		
6.9.3	B	B	B	6.12.2	B		
6.10.1	B	B	B	6.12.3	B		
6.10.2	B	B	B				

Tabla 82. Grado de complejidad de los estándares distribuidos por niveles.

2.5.13.2.- Estándares por apartado evaluable y nivel educativo

A continuación, se relaciona la consecución de los criterios de calificación de la materia de Educación Física con las especificaciones mostradas dependientes de los criterios de calificación y estándares de aprendizaje evaluable de la normativa en vigor.

Consecución de criterios de evaluación y estándares para 1º ESO

Porcentaje	Concepto a evaluar y puntuación	Requisito Evaluación	Juegos recreativos y Calentamiento	UD1. Condición Física	UD2. Desinhibición	Transversal Teoría-práctica	UD3. Habilidades motrices	UD4. Iniciación deportiva	UD 5. Hab. gimnásticas	UD6. Deportes alternativos	Transversal Teoría-práctica	UD7. Botes y danzas.	UD8. Juegos populares	UD9. Deportes alternativos	UD10. AF medio natural	Transversal Teoría-práctica
Conceptos y Teoría 40%	Trabajos de clase/ Fichas 2p	Criterios	1.1 6.6 6.10	1.1 6.10				1.1 6.10	1.1 6.10					6.10		6.10
		Estándar	1.1.3 6.6.2 6.10.1 6.10.2	1.1.3 6.10.1 6.10.2				1.1.2 1.1.3 6.10.1 6.10.2	1.1.2 1.1.3 6.10.1 6.10.2						6.10.1 6.10.2	
	Examen teórico 1p	Criterios	1.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.6, 6.10					1.1, 2.3, 3.3, 6.4, 6.5, 6.10				3.3, 4.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.10,				
		Estándar	1.1.3, 5.2.2, 6.4.1, 6.4.2, 6.4.3, 6.4.6, 6.5.4, 6.6.1, 6.6.2, 6.10.2					1.1.3, 2.3.2, 2.3.4, 3.3.2, 3.3.4, 6.4.1, 6.4.3, 6.5.4, 6.10.2				3.3.2, 3.3.4, 4.1.5, 5.2.2, 6.4.3, 6.5.4, 6.10.2				
	Trabajo teórico-práctico soy docente 1p	Criterios	1.1, 2.3, 3.3, 6.4, 6.5, 6.6													
Estándar		1.1.1,1.1.2, 1.1.3, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.4, 6.4.4, 6.4.6, 6.5.1, 6.5.3, 6.6.1, 6.6.2, 6.6.3,														
Procedimientos y destrezas motrices 50%	Evaluación de la práctica 3p	Criterios	6.5 6.6 6.9	1.1 6.4 6.5 6.6 6.8	5.2	6.4 6.5 6.8 6.9	1.1 6.4 6.9	2.3 3.3	1.1 6.4 6.9	3.3	6.4 6.5 6.8 6.9	5.2	3.3	3.3	4.1 6.8 6.9.2	6.4 6.5 6.8 6.9
		Estándar	6.5.3 6.6.1 6.6.2 6.6.3 6.9.1 6.9.3	1.1.1 1.1.2 1.1.3 1.1.4 6.4.1 6.4.4 6.4.5 6.5.1 6.5.2 6.5.3 6.6.1 6.6.3 6.8.1	5.2.1 5.2.2 5.2.4	6.4.2 6.4.3 6.4.6 6.5.3 6.5.4 6.8.3 6.9.2	1.1.1 1.1.2 1.1.3 1.1.4 6.4.1 6.4.1 6.9.1 6.9.3	2.3.1 2.3.2 2.3.3 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4	1.1.1 1.1.2 1.1.3 1.1.4 6.4.1 6.4.1 6.9.1 6.9.3	3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4	6.4.3 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.5.4 6.8.3 6.9.2	5.2.1 5.2.2 5.2.3 5.2.4	3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4	3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4	4.1.5 6.8.1 6.8.2 6.8.3 6.9.2 6.9.3	6.4.3 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.5.4 6.8.3 6.9.1 6.9.2 6.9.3
	Recreos y complem. 1p	Criterios	1.1, 2.3, 3.3, 4.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.8,				1.1, 2.3, 3.3, 4.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.8,					1.1, 2.3, 3.3, 4.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.8,				
		Estándar	1.1.1, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.3, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 4.1.5, 5.2.2, 5.2.3, 6.4.3, 6.4.4, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3				1.1.1, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.3, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 4.1.5, 5.2.2, 5.2.3, 6.4.3, 6.4.4, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3					1.1.1, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.3, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 4.1.5, 5.2.2, 5.2.3, 6.4.3, 6.4.4, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3				
	STRAVA 1p	Criterios	1.1, 4.1, 6.4, 6.5, 6.8				1.1, 4.1, 6.4, 6.5, 6.8					1.1, 4.1, 6.4, 6.5, 6.8				
Estándar		1.1.1, 1.1.4, 4.1.5, 6.4.4, 6.4.5, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3				1.1.1, 1.1.4, 4.1.5, 6.4.4, 6.4.5, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3					1.1.1, 1.1.4, 4.1.5, 6.4.4, 6.4.5, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3					
Actitudes, valores y normas 20%	Comportam., Indumentaria y aseo personal 1p	Criterios	6.4, 6.5, 6.7, 6.8, 6.9				6.4, 6.5, 6.7, 6.8, 6.9					6.4, 6.5, 6.7, 6.8, 6.9				
		Estándar	6.4.6, 6.5.1, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.8.2, 6.9.1, 6.9.3				6.4.6, 6.5.1, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.8.2, 6.9.1, 6.9.3					6.4.6, 6.5.1, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.8.2, 6.9.1, 6.9.3				
	Fruta como hábito 1p	Criterios	6.4, 6.8				6.4, 6.8					6.4, 6.8				
		Estándar	6.4.2, 6.8.3				6.4.2, 6.8.3					6.4.2, 6.8.3				

Tabla 83. Relación de criterios de evaluación y estándares normativos para 1º ESO.

Consecución de criterios de evaluación y estándares para 2º ESO

Porcentaje	Concepto a evaluar y puntuación	Requisito Evaluación	Juegos recreativos y Calentamiento	UD1. Condición Física	UD2. Dramatización	Transversal Teoría-práctica	UD3. Balonmano	UD4. Judo	UD 5. Atletismo	UD6. Bailes y danzas.	Transversal Teoría-práctica	UD7. Comba	UD8. Deportes alternativos	UD9. Football	UD10. AF medio natural	Transversal Teoría-práctica	
Conceptos y Teoría 40%	Trabajos de clase/ Fichas 2p	Criterios	1.1 6.6 6.10	1.1 6.10			1.1 6.10		1.1 6.10			6.10				6.10	
		Estándar	1.1.3 6.6.2 6.10.1 6.10.2	1.1.3 6.10.1 6.10.2			1.1.2 1.1.3 6.10.1 6.10.2		1.1.2 1.1.3 6.10.1 6.10.2			6.10.1 6.10.2					6.10.1 6.10.2
	Examen teórico 1p	Criterios	1.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.6, 6.10				1.1, 2.3, 3.3, 5.2, 6.4, 6.5, 6.10				3.3, 4.1, 6.4, 6.5, 6.10,						
		Estándar	1.1.3, 5.2.2, 6.4.1, 6.4.2, 6.4.3, 6.4.6, 6.5.4, 6.6.1, 6.6.2, 6.10.2				1.1.3, 2.3.2, 2.3.4, 3.3.2, 3.3.4, 5.2.2, 6.4.1, 6.4.3, 6.5.4, 6.10.2				3.3.2, 3.3.4, 4.1.5, 6.4.3, 6.5.4, 6.10.2						
	Trabajo teórico-práctico soy docente 1p	Criterios	1.1, 2.3, 3.3, 6.4, 6.5, 6.6														
		Estándar	1.1.1,1.1.2, 1.1.3, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.4, 6.4.4, 6.4.6, 6.5.1, 6.5.3, 6.6.1, 6.6.2, 6.6.3,														
Procedimientos y destrezas motrices 50%	Evaluación de la práctica 3p	Criterios	6.5 6.6 6.9	1.1 6.4 6.5 6.6 6.8	5.2	6.4 6.5 6.8 6.9	3.3	2.3 6.8 6.9	1.1 6.4 6.9	5.2	6.4 6.5 6.8 6.9	1.1 3.3	3.3	3.3	4.1 6.8 6.9.2	6.4 6.5 6.8 6.9	
		Estándar	6.5.3 6.6.1 6.6.2 6.6.3 6.9.1 6.9.3	1.1.1 1.1.2 1.1.3 1.1.4 6.4.1 6.4.4 6.4.5 6.5.1 6.5.2 6.5.3 6.6.1 6.6.3 6.8.1	5.2.1 5.2.2 5.2.4	6.4.2 6.4.3 6.4.6 6.5.3 6.5.4 6.8.3 6.9.2	3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4	2.3.1 2.3.2 2.3.3 2.3.4 6.8.2 6.9.1 6.9.3	1.1.1 1.1.2 1.1.3 1.1.4 6.4.1 6.4.2 6.4.3 6.4.4 6.4.5 6.4.6 6.4.7 6.4.8 6.4.9	5.2.1 5.2.2 5.2.3 5.2.4	6.4.3 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.5.4 6.8.3 6.9.2	1.1.1 1.1.2 1.1.3 1.1.4 3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4	3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4	3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4	4.1.5 6.8.1 6.8.2 6.9.2	6.4.3 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.5.4 6.8.3 6.9.1 6.9.2 6.9.3	
	Recreos y complem. 1p	Criterios	1.1, 2.3, 3.3, 4.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.8,			1.1, 2.3, 3.3, 4.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.8,				1.1, 2.3, 3.3, 4.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.8,							
		Estándar	1.1.1, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.3, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 4.1.5, 5.2.2, 5.2.3, 6.4.3, 6.4.4, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3			1.1.1, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.3, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 4.1.5, 5.2.2, 5.2.3, 6.4.3, 6.4.4, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3				1.1.1, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.3, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 4.1.5, 5.2.2, 5.2.3, 6.4.3, 6.4.4, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3							
	STRAVA 1p	Criterios	1.1, 4.1, 6.4, 6.5, 6.8			1.1, 4.1, 6.4, 6.5, 6.8				1.1, 4.1, 6.4, 6.5, 6.8							
		Estándar	1.1.1, 1.1.4, 4.1.5, 6.4.4, 6.4.5, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3			1.1.1, 1.1.4, 4.1.5, 6.4.4, 6.4.5, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3				1.1.1, 1.1.4, 4.1.5, 6.4.4, 6.4.5, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3							
	Actitudes, valores y normas 20%	Comportam., Indumentaria y aseo personal 1p	Criterios	6.4, 6.5, 6.7, 6.8, 6.9			6.4, 6.5, 6.7, 6.8, 6.9				6.4, 6.5, 6.7, 6.8, 6.9						
			Estándar	6.4.6, 6.5.1, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.8.2, 6.9.1, 6.9.3			6.4.6, 6.5.1, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.8.2, 6.9.1, 6.9.3				6.4.6, 6.5.1, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.8.2, 6.9.1, 6.9.3						
		Fruta como hábito 1p	Criterios	6.4, 6.8			6.4, 6.8				6.4, 6.8						
			Estándar	6.4.2, 6.8.3			6.4.2, 6.8.3				6.4.2, 6.8.3						

Tabla 84. Relación de criterios de evaluación y estándares normativos para 2º ESO diferenciado por criterios de calificación y unidades didácticas.

Consecución de criterios de evaluación y estándares para 3º ESO

Porcentaje	Concepto a evaluar y puntuación	Requisito Evaluación	Juegos recreativos y Calentamiento	UD1. Condición Física	UD2. Improvisación	Transversal Teoría-práctica	UD3. Baloncesto	UD4. Acrosport	UD 5. Rugby	UD6. Deportes adaptados	Transversal Teoría-práctica	UD7. Béisbol	UD8. Bailes latinos	UD9. Iniciacas	UD10. AF medio natural	Transversal Teoría-práctica	
Conceptos y Teoría 40%	Trabajos de clase/ Fichas 2p	Criterios	1.1 6.6 6.10	1.1 6.10			1.1 6.10			1.1 6.10		6.10				6.10	
		Estándar	1.1.3 6.6.2 6.10.1 6.10.2	1.1.3 6.10.1 6.10.2			1.1.2 1.1.3 6.10.1 6.10.2			1.1.2 1.1.3 6.10.1 6.10.2		6.10.1 6.10.2					6.10.1 6.10.2
	Examen teórico 1p	Criterios	1.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.6, 6.10				1.1, 2.3, 3.3, 5.2, 6.4, 6.5, 6.10				2.3, 3.3, 4.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.10,						
		Estándar	1.1.3, 5.2.2, 6.4.1, 6.4.2, 6.4.3, 6.4.6, 6.5.4, 6.6.1, 6.6.2, 6.10.2				1.1.3, 2.3.2, 2.3.4, 3.3.2, 3.3.4, 5.2.2, 6.4.1, 6.4.3, 6.5.4, 6.10.2				2.3.2, 2.3.4, 3.3.2, 3.3.4, 4.1.5, 5.2.2, 6.4.3, 6.5.4, 6.10.2						
	Trabajo teórico-práctico soy docente 1p	Criterios	1.1, 2.3, 3.3, 6.4, 6.5, 6.6														
		Estándar	1.1.1,1.1.2, 1.1.3, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.4, 6.4.4, 6.4.6, 6.5.1, 6.5.3, 6.6.1, 6.6.2, 6.6.3,														
Procedimientos y destrezas motrices 50%	Evaluación de la práctica 3p	Criterios	6.5 6.6 6.9	1.1 6.4 6.5 6.6 6.8	5.2	6.4 6.5 6.8 6.9	3.3	2.3 5.2 6.5 6.8 6.9	3.3 6.4 6.9	3.3 6.7 6.9	6.4 6.5 6.8 6.9	2.3	5.2	3.3	4.1 6.8 6.9.2	6.4 6.5 6.8 6.9	
		Estándar	6.5.3 6.6.1 6.6.2 6.6.3 6.9.1 6.9.3	1.1.1 1.1.2 1.1.3 1.1.4 6.4.1 6.4.4 6.4.5 6.5.1 6.5.2 6.5.3 6.6.1 6.6.3 6.8.1	5.2.1 5.2.2 5.2.4	6.4.2 6.4.3 6.4.6 6.5.3 6.5.4 6.8.3 6.9.2	3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4	2.3 2.3.2 2.3.3 2.3.4 5.2.1 5.2.2 5.2.3 5.2.4 6.5.3 6.8.2 6.9.1 6.9.3	3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4	3.3 6.4 6.9	3.3 6.7 6.9	6.4 6.5 6.8 6.9	2.3 2.3.2 2.3.3 2.3.4	5.2.1 5.2.2 5.2.3 5.2.4	3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4	4.1.5 6.8.1 6.8.2 6.9.2	6.4.3 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.5.4 6.8.3 6.9.1 6.9.2 6.9.3
	Recreos y complem. 1p	Criterios	1.1, 2.3, 3.3, 4.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.8,				1.1, 2.3, 3.3, 4.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.8,					1.1, 2.3, 3.3, 4.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.8,					
		Estándar	1.1.1, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.3, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 4.1.5, 5.2.2, 5.2.3, 6.4.3, 6.4.4, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3				1.1.1, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.3, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 4.1.5, 5.2.2, 5.2.3, 6.4.3, 6.4.4, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3					1.1.1, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.3, 2.3.4, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 4.1.5, 5.2.2, 5.2.3, 6.4.3, 6.4.4, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3					
	STRAVA 1p	Criterios	1.1, 4.1, 6.4, 6.5, 6.8				1.1, 4.1, 6.4, 6.5, 6.8					1.1, 4.1, 6.4, 6.5, 6.8					
		Estándar	1.1.1, 1.1.4, 4.1.5, 6.4.4, 6.4.5, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3				1.1.1, 1.1.4, 4.1.5, 6.4.4, 6.4.5, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3					1.1.1, 1.1.4, 4.1.5, 6.4.4, 6.4.5, 6.5.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3					
Actitudes, valores y normas 20%	Comportam., Indumentaria y aseo personal 1p	Criterios	6.4, 6.5, 6.7, 6.8, 6.9				6.4, 6.5, 6.7, 6.8, 6.9					6.4, 6.5, 6.7, 6.8, 6.9					
		Estándar	6.4.6, 6.5.1, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.8.2, 6.9.1, 6.9.3				6.4.6, 6.5.1, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.8.2, 6.9.1, 6.9.3					6.4.6, 6.5.1, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.8.2, 6.9.1, 6.9.3					
	Fruta como hábito 1p	Criterios	6.4, 6.8				6.4, 6.8					6.4, 6.8					
		Estándar	6.4.2, 6.8.3				6.4.2, 6.8.3					6.4.2, 6.8.3					

Tabla 85. Relación de criterios de evaluación y estándares normativos para 3º ESO diferenciado por criterios de calificación y unidades didácticas.

Consecución de criterios de evaluación y estándares para 4º ESO

Porcentaje	Concepto a evaluar y puntuación	Requisito Evaluación	Juegos recreativos y Calentamiento	UD1. Condición Física	UD2. Teatro y sombras	Transversal Teoría-práctica	UD3. Fútbol-sala	UD4. Malabares	UD 5. Lucha canaria	UD6. Bailes y danzas.	Transversal Teoría-práctica	UD7. Voleibol	UD8. Pádel	UD9. Disco volador	UD10. AF medio natural	Transversal Teoría-práctica	
Conceptos y Teoría 40%	Trabajos de clase/ Fichas 2p	Criterios	1.1 6.6 6.12	1.1 6.12			1.1 6.12				1.1 6.12	6.12				6.12	
		Estándar	1.1.1 6.6.2 6.12.1 6.12.2 6.12.3	1.1.1 6.12.1 6.12.2 6.12.3			1.1.1 6.12.1 6.12.2 6.12.3				1.1.1 6.12.1 6.12.2 6.12.3	6.12.1 6.12.2 6.12.3				6.12.1 6.12.2 6.12.3	
	Examen teórico 1p	Criterios	1.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.6, 6.12				1.1, 2.3, 3.1, 5.2, 6.4, 6.5, 6.12					3.1, 4.1, 6.4, 6.5, 6.12,					
		Estándar	1.1.1, 5.2.2, 6.4.1, 6.4.2, 6.4.3, 6.4.6, 6.5.4, 6.6.1, 6.6.2, 6.6.3, 6.12.1				1.1.1, 2.3.1, 2.3.4, 3.1.2, 5.2.2, 6.4.1, 6.4.3, 6.5.4, 6.12.1					3.1.2, 4.1.5, 6.4.1, 6.4.3, 6.5.4, 6.12.1					
	Trabajo teórico-práctico soy docente 1p	Criterios	1.1, 2.3, 3.1, 3.3, 6.4, 6.5, 6.6, 6.7, 6.10														
		Estándar	1.1.1, 2.3.1, 3.1.2, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 6.4.2, 6.4.6, 6.5.1, 6.5.3, 6.6.1, 6.6.2, 6.6.3, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.10.1														
Procedimientos y destrezas motrices 50%	Evaluación de la práctica 3p	Criterios	6.4 6.5 6.6 6.7	1.1 6.4 6.5 6.6	5.2 6.7 6.11	6.4 6.5 6.10	3.1 3.3 6.11	1.1 2.3 5.2	2.3 6.7	5.2 6.7 6.11	6.4 6.5 6.10	2.3 6.7	2.3 6.7	3.1 3.3 6.7 6.11	4.1 4.3 6.7 6.9 6.11	6.4 6.5 6.10	
		Estándar	6.4.1 6.4.2 6.5.3 6.6.1 6.6.2 6.6.3 6.7.1 6.7.2 6.7.3	1.1.1 6.4.1 6.4.2 6.4.4 6.5.1 6.5.2 6.5.3 6.5.4 6.6.1 6.6.3	5.2.1 5.2.2 5.2.4 6.7.1 6.7.2 6.7.3 6.11.1 6.11.2	6.4.3 6.4.4 6.5.1 6.5.2 6.5.3 6.5.4 6.10.1 6.10.2 6.10.3	3.1.2 3.3.3 3.3.4 6.7.1 6.7.2 6.7.3 6.11.1 6.11.2	1.1.1 2.3.1 5.2.1 5.2.2	2.3.1 6.9.3 6.7.1 6.7.2 6.7.3	5.2.1 5.2.2 5.2.3 5.2.4 6.7.1 6.7.2 6.7.3 6.11.1 6.11.2	6.4.1 6.4.2 6.4.3 6.5.1 6.5.2 6.5.3 6.5.4 6.10.1 6.10.2 6.10.3	2.3.1 6.7.1 6.7.2 6.7.3	2.3.1 6.7.1 6.7.2 6.7.3	3.1.2 3.3.2 3.3.4 6.7.1 6.7.2 6.7.3 6.11.1 6.11.2	4.1.3 4.3.5 4.3.6 6.7.1 6.7.2 6.7.3 6.9.1 6.9.2 6.9.3 6.11.1 6.11.2	6.4.1 6.4.2 6.4.3 6.5.1 6.5.2 6.5.3 6.5.4 6.10.1 6.10.2 6.10.3	
	Recreos y complem. 1p	Criterios	1.1, 2.3, 3.1, 3.3, 4.1, 4.3, 5.2, 6.4, 6.5, 6.7, 6.9, 6.11				1.1, 2.3, 3.1, 3.3, 4.1, 4.3, 5.2, 6.4, 6.5, 6.7, 6.9, 6.11					1.1, 2.3, 3.1, 3.3, 4.1, 4.3, 5.2, 6.4, 6.5, 6.7, 6.9, 6.11					
		Estándar	1.1.1, 2.3.1, 3.1.2, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 4.1.3, 4.3.5, 4.3.6, 5.2.1, 5.2.2, 5.2.3, 6.4.2, 6.4.3, 6.5.2, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.9.1, 6.9.2, 6.9.3, 6.11.1, 6.11.2				1.1.1, 2.3.1, 3.1.2, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 4.1.3, 4.3.5, 4.3.6, 5.2.1, 5.2.2, 5.2.3, 6.4.2, 6.4.3, 6.5.2, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.9.1, 6.9.2, 6.9.3, 6.11.1, 6.11.2					1.1.1, 2.3.1, 3.1.2, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 4.1.3, 4.3.5, 4.3.6, 5.2.1, 5.2.2, 5.2.3, 6.4.2, 6.4.3, 6.5.2, 6.7.1, 6.7.2, 6.7.3, 6.9.1, 6.9.2, 6.9.3, 6.11.1, 6.11.2					
	STRAVA 1p	Criterios	1.1, 4.1, 4.3, 6.4, 6.5, 6.8, 6.9				1.1, 4.1, 4.3, 6.4, 6.5, 6.8, 6.9					1.1, 4.1, 4.3, 6.4, 6.5, 6.8, 6.9					
		Estándar	1.1.1, 4.1.3, 4.3.5, 6.4.2, 6.4.3, 6.5.2, 6.9.2				1.1.1, 4.1.3, 4.3.5, 6.4.2, 6.4.3, 6.5.2, 6.9.2					1.1.1, 4.1.3, 4.3.5, 6.4.2, 6.4.3, 6.5.2, 6.9.2					
Actitudes, valores y normas 20%	Comportam., Indumentaria y aseo personal 1p	Criterios	6.4, 6.5, 6.7, 6.8, 6.10				6.4, 6.5, 6.7, 6.8, 6.10					6.4, 6.5, 6.7, 6.8, 6.10					
		Estándar	6.4.3, 6.4.5, 6.5.1, 6.7.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3, 6.10.1				6.4.3, 6.4.5, 6.5.1, 6.7.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3, 6.10.1					6.4.3, 6.4.5, 6.5.1, 6.7.1, 6.8.1, 6.8.2, 6.8.3, 6.10.1					
	Fruta como hábito 1p	Criterios	6.4,				6.4,					6.4,					
		Estándar	6.4.4,				6.4.4,					6.4.4,					

Tabla 86. Relación de criterios de evaluación y estándares normativos para 4º ESO diferenciado por criterios de calificación y unidades didácticas.

Consecución de criterios de evaluación y estándares para 1º Bachillerato

Porcentaje	Concepto a evaluar y puntuación	Requisito Evaluación	Juegos recreativos y Calentamiento	UD1. Condición Física	UD2.Clown/Festival/Magia	Transversal Teoría-práctica	UD3. Atletismo	UD4. Deportes alternativos	UD 5. Bádminton	UD6. Coreografía: Hip hop.	Transversal Teoría-práctica	UD7. Invención deporte	UD8. Bicicleta	UD9. Actividades dirigidas	UD10. AF medio natural	Transversal Teoría-práctica
Conceptos y Teoría 50%	Trabajos de clase/ Fichas 2p	Criterios		6.9		6.9	6.9				6.9	6.9				6.9
		Estándar		6.9.1 6.9.2		6.9.1 6.9.2	6.9.1 6.9.2				6.9.1 6.9.2	6.9.1 6.9.2				6.9.1 6.9.2
	Examen teórico 1p	Criterios	1.1, 5.2, 6.4, 6.5			1.1, 2.3, 3.1, 3.3, 5.2, 6.4, 6.5					1.1, 4.1, 5.2, 6.4, 6.5					
		Estándar	1.1.1, 5.2.2, 6.4.1, 6.4.2, 6.5.1,			1.1.1, 2.3.1, 2.3.4, 3.1.2, 3.3.5, 5.2.2, 6.4.1, 6.4.2, 6.5.1					1.1.1, 4.1.4, 5.2.2, 6.4.1, 6.4.2, 6.5.1					
	Organización de eventos 2p	Criterios	1.1, 2.3, 3.1, 3.3, 4.1, 5.2, 6.5, 6.6, 6.7, 6.8													
Estándar		1.1.1, 1.1.3, 2.3.1, 2.3.4, 3.1.2, 3.3.2,3.3.3, 3.3.4, 3.3.5, 4.1.3, 4.1.4, 5.2.1, 6.5.1, 6.5.5, 6.5.6, 6.6.1, 6.6.2, 6.7.2, 6.7.3, 6.8.2														
Procedimientos y destrezas motrices 40%	Evaluación de la práctica 2p	Criterios	6.4 6.5 6.7	1.1 6.4 6.5 6.7	5.2	6.4 6.5 6.6	1.1	3.1 3.3	2.3	5.2	6.4 6.5 6.6	2.3 3.1 3.3	1.1	1.1 5.2 6.6 6.7	4.1 4.3 6.8 6.7	6.4 6.5 6.6
		Estándar	6.4.3 6.5.5 6.7.3	1.1.1 1.1.3 6.4.2 6.4.3 6.5.1 6.5.2 6.5.3 6.5.4 6.5.5 6.5.6 6.7.3	5.2.1 5.2.2 5.2.3	6.4.1 6.4.2 6.4.3 6.5.1 6.6.1 6.6.2	1.1.1 1.1.3	3.1.2 3.3.2 3.3.3 3.3.4 3.3.5	2.3.1 2.3.4 2.3.5	5.2.1 5.2.2 5.2.3	6.4.1 6.4.2 6.4.3 6.5.1 6.6.1 6.6.2	2.3.1 2.3.4 2.3.5 3.1.2 3.3.2 3.3.3 3.3.4 3.3.5	1.1.1 1.1.3	1.1.1 5.2 6.6 6.7	4.1.1 4.1.3 4.1.4 6.7.1 6.8.1	6.4.1 6.4.2 6.4.3 6.5.1 6.6.1 6.6.2
	Recreos y complem. 1p	Criterios	1.1, 2.3, 3.1, 4.1, 5.2, 6.5, 6.6, 6.7, 6.8			1.1, 2.3, 3.1, 4.1, 6.5, 6.6, 6.7, 6.8					1.1, 2.3, 3.1, 4.1, 6.5, 6.6, 6.7, 6.8					
		Estándar	1.13, 2.3.1, 2.3.3, 3.1.2, 3.3.3, 3.3.4, 3.3.5, 4.1.3, 4.1.4, 5.2.1, 5.2.2, 5.2.3, 6.5.1, 6.5.5, 6.5.6, 6.6.1, 6.6.2, 6.7.3, 6.8.1, 6.8.2			1.13, 2.3.1, 2.3.3, 3.1.2, 3.3.3, 3.3.4, 3.3.5, 4.1.3, 4.1.4, 6.5.1, 6.5.5, 6.5.6, 6.6.1, 6.6.2, 6.7.3, 6.8.1, 6.8.2					1.13, 2.3.1, 2.3.3, 3.1.2, 3.3.3, 3.3.4, 3.3.5, 4.1.3, 4.1.4, 6.5.1, 6.5.5, 6.5.6, 6.6.1, 6.6.2, 6.7.3, 6.8.1, 6.8.2					
	STRAVA 1p	Criterios	1.1, 4.1, 6.5, 6.7			1.1, 4.1, 6.5, 6.7					1.1, 4.1, 6.5, 6.7					
		Estándar	1.1.1, 4.1.1, 4.3.4, 6.5.1, 6.5.5, 6.5.6, 6.7.3			1.1.1, 4.1.1, 4.3.4, 6.5.1, 6.5.5, 6.5.6, 6.7.3					1.1.1, 4.1.1, 4.3.4, 6.5.1, 6.5.5, 6.5.6, 6.7.3					
	Actitudes, valores y normas 20%	Comportam., Indumentaria y aseo personal 1p	Criterios	6.4, 6.7, 6.8			6.4, 6.7, 6.8					6.4, 6.7, 6.8				
			Estándar	6.4.2, 6.7.1, 6.7.2, 6.8.1, 6.8.2			6.4.2, 6.7.1, 6.7.2, 6.8.1, 6.8.2					6.4.2, 6.7.1, 6.7.2, 6.8.1, 6.8.2				
		Fruta como hábito 1p	Criterios	6.4, 6.6,			6.4, 6.6,					6.4, 6.6,				
			Estándar	6.4.2, 6.6.2			6.4.2, 6.6.2					6.4.2, 6.6.2				

Tabla 87. Relación de criterios de evaluación y estándares normativos para 1º Bachillerato diferenciado por criterios de calificación y unidades didácticas.

2.5.13.3.- Estándares por nivel educativo en cada trimestre

Estándares de 1º ESO			
	1º Trimestre MODIFICABLE	2º Trimestre MODIFICABLE	3º Trimestre MODIFICABLE
Trabajos 2 puntos	1.1.3	1.1.2	6.10.1
	6.6.2	1.1.3	6.10.2
	6.10.1	6.10.1	
	6.10.2	6.10.2	
Examen 1 punto	1.1.3	1.1.3	3.3.2
	5.2.2	2.3.2	3.3.4
	6.4.1	2.3.4	4.1.5
	6.4.2	3.3.2	5.2.2
	6.4.3	3.3.4	6.4.3
	6.4.6	6.4.1	6.5.4
	6.5.4	6.4.3	6.10.2
	6.6.1	6.5.4	
	6.6.2	6.10.2	
Soy Docente 1 punto	1.1.1	1.1.1	1.1.1
	1.1.2	1.1.2	1.1.2
	1.1.3	1.1.3	1.1.3
	2.3.1	2.3.1	2.3.1
	2.3.2	2.3.2	2.3.2
	2.3.4	2.3.4	2.3.4
	3.3.1	3.3.1	3.3.1
	3.3.2	3.3.2	3.3.2
	3.3.4	3.3.4	3.3.4
	6.4.4	6.4.4	6.4.4
	6.4.6	6.4.6	6.4.6
	6.5.1	6.5.1	6.5.1
	6.5.3	6.5.3	6.5.3
	6.6.1	6.6.1	6.6.1
	6.6.2	6.6.2	6.6.2
6.6.3	6.6.3	6.6.3	
Práctica 3 puntos	1.1.1	1.1.1	3.3.1
	1.1.2	1.1.2	3.3.2
	1.1.3	1.1.3	3.3.3
	1.1.4	1.1.4	3.3.4
	5.2.1	2.3.1	4.1.5
	5.2.2	2.3.2	5.2.1
	5.2.4	2.3.3	5.2.2
	6.4.1	2.3.4	5.2.3
	6.4.2	3.3.1	5.2.4
	6.4.3	3.3.2	6.4.3
	6.4.4	3.3.3	6.4.6
	6.4.5	3.3.4	6.5.1
	6.4.6	6.4.1	6.5.3
	6.5.1	6.4.3	6.5.4
	6.5.2	6.4.6	6.8.1
	6.5.3	6.5.1	6.8.2
	6.5.4	6.5.3	6.8.3
	6.6.1	6.5.4	6.9.1
	6.6.2	6.8.3	6.9.2
	6.6.3	6.9.1	6.9.3
6.8.1	6.9.2		
6.8.3	6.9.3		
6.9.1			
6.9.2			
6.9.3			
Recreo 1 punto	1.1.1	1.1.1	1.1.1
	2.3.1	2.3.1	2.3.1
	2.3.2	2.3.2	2.3.2
	2.3.3	2.3.3	2.3.3
	2.3.4	2.3.4	2.3.4
	3.3.1	3.3.1	3.3.1
	3.3.2	3.3.2	3.3.2
	3.3.3	3.3.3	3.3.3
	3.3.4	3.3.4	3.3.4
	4.1.5	4.1.5	4.1.5
	5.2.2	5.2.2	5.2.2
	5.2.3	5.2.3	5.2.3
	6.4.3	6.4.3	6.4.3
	6.4.4	6.4.4	6.4.4
	6.5.1	6.5.1	6.5.1
6.8.1	6.8.1	6.8.1	
6.8.2	6.8.2	6.8.2	
6.8.3	6.8.3	6.8.3	
STRAVA 1 punto	1.1.1	1.1.1	1.1.1
	1.1.4	1.1.4	1.1.4
	4.1.5	4.1.5	4.1.5
	6.4.4	6.4.4	6.4.4
	6.4.5	6.4.5	6.4.5
	6.5.1	6.5.1	6.5.1
	6.8.1	6.8.1	6.8.1
	6.8.2	6.8.2	6.8.2
6.8.3	6.8.3	6.8.3	
Actitud 1 punto	6.4.6	6.4.6	6.4.6
	6.5.1	6.5.1	6.5.1
	6.7.1	6.7.1	6.7.1
	6.7.2	6.7.2	6.7.2
	6.7.3	6.7.3	6.7.3
	6.8.2	6.8.2	6.8.2
	6.9.1	6.9.1	6.9.1
	6.9.3	6.9.3	6.9.3
Fruta 1 punto	6.4.2	6.4.2	6.4.2
	6.8.3	6.8.3	6.8.3

Tabla 88. Relación de estándares de aprendizaje de 1º ESO distribuido por trimestre

Estándares de 2º ESO			
	1º Trimestre MODIFICABLE	2º Trimestre MODIFICABLE	3º Trimestre MODIFICABLE
Trabajos 2 puntos	1.1.3 6.6.2 6.10.1 6.10.2	1.1.2 1.1.3 6.10.1 6.10.2	6.10.1 6.10.2
Examen 1 punto	1.1.3 5.2.2 6.4.1 6.4.2 6.4.3 6.4.6 6.5.4 6.6.1 6.6.2 6.10.2	1.1.3 2.3.2 2.3.4 3.3.2 3.3.4 5.5.2 6.4.1 6.4.3 6.5.4 6.10.2	3.3.2 3.3.4 4.1.5 6.4.3 6.5.4 6.10.2
Soy Docente 1 punto	1.1.1 1.1.2 1.1.3 2.3.1 2.3.2 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.4 6.4.4 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.6.1 6.6.2 6.6.3	1.1.1 1.1.2 1.1.3 2.3.1 2.3.2 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.4 6.4.4 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.6.1 6.6.2 6.6.3	1.1.1 1.1.2 1.1.3 2.3.1 2.3.2 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.4 6.4.4 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.6.1 6.6.2 6.6.3
Práctica 3 puntos	1.1.1 1.1.2 1.1.3 1.1.4 5.2.1 5.2.2 5.2.4 6.4.1 6.4.2 6.4.3 6.4.4 6.4.5 6.4.6 6.5.1 6.5.2 6.5.3 6.5.4 6.6.1 6.6.2 6.6.3 6.8.1 6.8.3 6.9.1 6.9.2 6.9.3	1.1.1 1.1.2 1.1.3 1.1.4 2.3.1 2.3.2 2.3.3 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4 3.3.4 5.2.1 5.2.2 5.2.3 6.4.1 6.4.3 6.4.4 6.5.1 6.5.2 6.5.3 6.5.4 6.6.1 6.6.2 6.6.3 6.8.1 6.8.3 6.9.1 6.9.2 6.9.3	1.1.1 1.1.2 1.1.3 1.1.4 3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4 4.1.5 6.4.3 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.5.4 6.8.1 6.8.2 6.8.3 6.9.1 6.9.2 6.9.3
Recreo 1 punto	1.1.1 2.3.1 2.3.2 2.3.3 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4 4.1.5 5.2.2 5.2.3 6.4.3 6.4.4 6.5.1 6.8.1 6.8.2 6.8.3	1.1.1 2.3.1 2.3.2 2.3.3 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4 4.1.5 5.2.2 5.2.3 6.4.3 6.4.4 6.5.1 6.8.1 6.8.2 6.8.3	1.1.1 2.3.1 2.3.2 2.3.3 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4 4.1.5 5.2.2 5.2.3 6.4.3 6.4.4 6.5.1 6.8.1 6.8.2 6.8.3
STRAVA 1 punto	1.1.1 1.1.4 4.1.5 6.4.4 6.4.5 6.5.1 6.8.1 6.8.2 6.8.3	1.1.1 1.1.4 4.1.5 6.4.4 6.4.5 6.5.1 6.8.1 6.8.2 6.8.3	1.1.1 1.1.4 4.1.5 6.4.4 6.4.5 6.5.1 6.8.1 6.8.2 6.8.3
Actitud 1 punto	6.4.6 6.5.1 6.7.1 6.7.2 6.7.3 6.8.2 6.9.1 6.9.3	6.4.6 6.5.1 6.7.1 6.7.2 6.7.3 6.8.2 6.9.1 6.9.3	6.4.6 6.5.1 6.7.1 6.7.2 6.7.3 6.8.2 6.9.1 6.9.3
Fruta 1 punto	6.4.2 6.8.3	6.4.2 6.8.3	6.4.2 6.8.3

Tabla 89. Relación de estándares de aprendizaje de 2º ESO distribuido por trimestre

Estándares de 3º ESO			
	1º Trimestre MODIFICABLE	2º Trimestre MODIFICABLE	3º Trimestre MODIFICABLE
Trabajos 2 puntos	1.1.3 6.6.2 6.10.1 6.10.2	1.1.2 1.1.3 6.10.1 6.10.2	6.10.1 6.10.2
Examen 1 punto	1.1.3 5.2.2 6.4.1 6.4.2 6.4.3 6.4.6 6.5.4 6.6.1 6.6.2 6.10.2	1.1.3 2.3.2 2.3.4 3.3.2 3.3.4 5.5.2 6.4.1 6.4.3 6.5.4 6.10.2	2.3.2 2.3.4 3.3.2 3.3.4 4.1.5 5.2.2 6.4.3 6.5.4 6.10.2
Soy Docente 1 punto	1.1.1 1.1.2 1.1.3 2.3.1 2.3.2 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.4 6.4.4 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.6.1 6.6.2 6.6.3	1.1.1 1.1.2 1.1.3 2.3.1 2.3.2 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.4 6.4.4 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.6.1 6.6.2 6.6.3	1.1.1 1.1.2 1.1.3 2.3.1 2.3.2 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.4 6.4.4 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.6.1 6.6.2 6.6.3
Práctica 3 puntos	1.1.1 1.1.2 1.1.3 1.1.4 5.2.1 5.2.2 5.2.3 5.2.4 6.4.1 6.4.2 6.4.3 6.4.4 6.4.5 6.4.6 6.5.1 6.5.2 6.5.3 6.5.4 6.6.1 6.6.2 6.6.3 6.8.1 6.8.3 6.9.1 6.9.2 6.9.3	2.3.1 2.3.2 2.3.3 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4 5.2.1 5.2.2 5.2.3 5.2.4 6.4.1 6.4.3 6.4.4 6.4.6 6.5.1 6.5.2 6.5.3 6.5.4 6.7.2 6.7.3 6.8.2 6.8.3 6.9.1 6.9.2 6.9.3	2.3.1 2.3.2 2.3.3 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4 4.1.5 5.2.1 5.2.2 5.2.3 5.2.4 6.4.3 6.4.4 6.4.6 6.5.1 6.5.3 6.5.4 6.8.1 6.8.2 6.8.3 6.9.1 6.9.2 6.9.3
Recreo 1 punto	1.1.1 2.3.1 2.3.2 2.3.3 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4 4.1.5 5.2.2 5.2.3 6.4.3 6.4.4 6.5.1 6.8.1 6.8.2 6.8.3	1.1.1 2.3.1 2.3.2 2.3.3 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4 4.1.5 5.2.2 5.2.3 6.4.3 6.4.4 6.5.1 6.8.1 6.8.2 6.8.3	1.1.1 2.3.1 2.3.2 2.3.3 2.3.4 3.3.1 3.3.2 3.3.3 3.3.4 4.1.5 5.2.2 5.2.3 6.4.3 6.4.4 6.5.1 6.8.1 6.8.2 6.8.3
STRAVA 1 punto	1.1.1 1.1.4 4.1.5 6.4.4 6.4.5 6.5.1 6.8.1 6.8.2 6.8.3	1.1.1 1.1.4 4.1.5 6.4.4 6.4.5 6.5.1 6.8.1 6.8.2 6.8.3	1.1.1 1.1.4 4.1.5 6.4.4 6.4.5 6.5.1 6.8.1 6.8.2 6.8.3
Actitud 1 punto	6.4.6 6.5.1 6.7.1 6.7.2 6.7.3 6.8.2 6.9.1 6.9.3	6.4.6 6.5.1 6.7.1 6.7.2 6.7.3 6.8.2 6.9.1 6.9.3	6.4.6 6.5.1 6.7.1 6.7.2 6.7.3 6.8.2 6.9.1 6.9.3
Fruta 1 punto	6.4.2 6.8.3	6.4.2 6.8.3	6.4.2 6.8.3

Tabla 89. Relación de estándares de aprendizaje de 3º ESO distribuido por trimestre

Estándares de 4º ESO			
	1º Trimestre MODIFICABLE	2º Trimestre MODIFICABLE	3º Trimestre MODIFICABLE
Trabajos 2 puntos	1.1.1	1.1.1	6.12.1
	6.6.2	6.12.1	6.12.2
	6.12.1	6.12.2	6.12.3
	6.12.2 6.12.3	6.12.3	
Examen 1 punto	1.1.1	1.1.1	3.1.2
	5.2.2	2.3.1	4.1.5
	6.4.1	2.3.4	6.4.1
	6.4.2	3.1.2	6.4.3
	6.4.3	5.2.2	6.5.4
	6.4.6	6.4.1	6.12.1
	6.5.4	6.4.3	
	6.6.1	6.5.4	
	6.6.2	6.12.1	
	6.6.3 6.12.1		
Soy Docente 1 punto	1.1.1	1.1.1	1.1.1
	2.3.1	2.3.1	2.3.1
	3.1.2	3.1.2	3.1.2
	3.3.2	3.3.2	3.3.2
	3.3.3	3.3.3	3.3.3
	3.3.4	3.3.4	3.3.4
	6.4.2	6.4.2	6.4.2
	6.4.6	6.4.6	6.4.6
	6.5.1	6.5.1	6.5.1
	6.5.3	6.5.3	6.5.3
	6.6.1	6.6.1	6.6.1
	6.6.2	6.6.2	6.6.2
	6.6.3	6.6.3	6.6.3
	6.7.1	6.7.1	6.7.1
	6.7.2	6.7.2	6.7.2
	6.7.3 6.10.1	6.7.3 6.10.1	6.7.3 6.10.1
	Práctica 3 puntos	1.1.1	1.1.1
5.2.1		2.3.1	3.1.2
5.2.2		3.1.2	3.3.2
5.2.4		3.3.3	3.3.4
6.4.1		3.3.4	4.1.3
6.4.2		5.2.1	4.3.5
6.4.3		5.2.2	4.3.6
6.4.4		5.2.3	6.4.1
6.5.1		5.2.4	6.4.2
6.5.2		6.4.1	6.4.3
6.5.3		6.4.2	6.5.1
6.5.4		6.4.3	6.5.2
6.6.1		6.5.1	6.5.3
6.6.2		6.5.2	6.5.4
6.6.3		6.5.3	6.7.1
6.7.1		6.5.4	6.7.2
6.7.2		6.7.1	6.7.3
6.7.3		6.7.2	6.9.1
6.10.1		6.7.3	6.9.2
6.10.2		6.9.1	6.9.3
6.10.3	6.9.3	6.10.1	
6.11.1	6.10.1	6.10.2	
6.11.2	6.10.2	6.10.3	
	6.10.3	6.11.1	
	6.11.1	6.11.2	
	6.11.2		
Recreo 1 punto	1.1.1	1.1.1	1.1.1
	2.3.1	2.3.1	2.3.1
	3.1.2	3.1.2	3.1.2
	3.3.2	3.3.2	3.3.2
	3.3.3	3.3.3	3.3.3
	3.3.4	3.3.4	3.3.4
	4.1.3	4.1.3	4.1.3
	4.3.5	4.3.5	4.3.5
	4.3.6	4.3.6	4.3.6
	5.2.1	5.2.1	5.2.1
	5.2.2	5.2.2	5.2.2
	5.2.3	5.2.3	5.2.3
	6.4.2	6.4.2	6.4.2
	6.4.3	6.4.3	6.4.3
	6.5.2	6.5.2	6.5.2
	6.7.1	6.7.1	6.7.1
	6.7.2	6.7.2	6.7.2
6.7.3	6.7.3	6.7.3	
6.9.1	6.9.1	6.9.1	
6.9.2	6.9.2	6.9.2	
6.9.3	6.9.3	6.9.3	
6.11.1	6.11.1	6.11.1	
6.11.2	6.11.2	6.11.2	
STRAVA 1 punto	1.1.1	1.1.1	1.1.1
	4.1.3	4.1.3	4.1.3
	4.3.5	4.3.5	4.3.5
	6.4.2	6.4.2	6.4.2
	6.4.3	6.4.3	6.4.3
	6.5.2	6.5.2	6.5.2
6.9.2	6.9.2	6.9.2	
Actitud 1 punto	6.4.3	6.4.3	6.4.3
	6.4.5	6.4.5	6.4.5
	6.5.1	6.5.1	6.5.1
	6.7.1	6.7.1	6.7.1
	6.8.1	6.8.1	6.8.1
	6.8.2	6.8.2	6.8.2
	6.8.3	6.8.3	6.8.3
	6.10.1	6.10.1	6.10.1
Fruta	6.4.4	6.4.4	6.4.4

Tabla 90. Relación de estándares de aprendizaje de 4º ESO distribuido por trimestre

Estándares de 1º BACHILLERATO			
	1º Trimestre MODIFICABLE	2º Trimestre MODIFICABLE	3º Trimestre MODIFICABLE
Trabajos 2 puntos	6.9.1	6.9.1	6.9.1
	6.9.2	6.9.2	6.9.2
Examen 1 punto	1.1.1	1.1.1	1.1.1
	5.2.2	2.3.1	4.1.4
	6.4.1	2.3.4	5.2.2
	6.4.2	3.1.2	6.4.1
	6.5.1	3.3.5	6.4.2
		5.2.2 6.4.1 6.4.2 6.5.1	6.5.1
Soy Docente 1 punto	1.1.1	1.1.1	1.1.1
	1.1.3	1.1.3	1.1.3
	2.3.1	2.3.1	2.3.1
	2.3.4	2.3.4	2.3.4
	3.1.2	3.1.2	3.1.2
	3.3.2	3.3.2	3.3.2
	3.3.3	3.3.3	3.3.3
	3.3.4	3.3.4	3.3.4
	3.3.5	3.3.5	3.3.5
	4.1.3	4.1.3	4.1.3
	4.1.4	4.1.4	4.1.4
	5.2.1	5.2.1	5.2.1
	6.5.1	6.5.1	6.5.1
	6.5.5	6.5.5	6.5.5
	6.5.6	6.5.6	6.5.6
	6.6.1	6.6.1	6.6.1
	6.6.2	6.6.2	6.6.2
6.7.2	6.7.2	6.7.2	
6.7.3	6.7.3	6.7.3	
6.8.2	6.8.2	6.8.2	
Práctica 3 puntos	1.1.1	1.1.1	1.1.1
	1.1.3	1.1.3	1.1.3
	5.2.1	2.3.1	2.3.1
	5.2.2	2.3.4	2.3.4
	5.2.3	2.3.5	2.3.5
	6.4.1	3.1.2	3.1.2
	6.4.2	3.3.2	3.3.2
	6.4.3	3.3.3	3.3.3
	6.5.1	3.3.4	3.3.4
	6.5.2	3.3.5	3.3.5
	6.5.3	5.2.1	4.1.1
	6.5.4	5.2.2	4.1.3
	6.5.5	5.2.3	4.1.4
	6.5.6	6.4.1	4.3.4
	6.6.1	6.4.2	5.2.1
	6.6.2	6.4.3	5.2.2
	6.7.3	6.5.1	5.2.3
		6.6.1	6.4.1
		6.6.2	6.4.2
			6.4.3
		6.5.1	
		6.6.1	
		6.6.2	
		6.7.1	
		6.7.2	
		6.7.3	
		6.8.1	
Recreo 1 punto	1.1.3	1.1.3	1.1.3
	2.3.1	2.3.1	2.3.1
	2.3.3	2.3.3	2.3.3
	3.1.2	3.1.2	3.1.2
	3.3.3	3.3.3	3.3.3
	3.3.4	3.3.4	3.3.4
	3.3.5	3.3.5	3.3.5
	4.1.3	4.1.3	4.1.3
	4.1.4	4.1.4	4.1.4
	5.2.1	6.5.1	6.5.1
	5.2.2	6.5.5	6.5.5
	5.2.3	6.5.6	6.5.6
	6.5.1	6.6.1	6.6.1
	6.5.5	6.6.2	6.6.2
	6.5.6	6.7.3	6.7.3
	6.6.1	6.8.1	6.8.1
	6.6.2	6.8.2	6.8.2
6.7.3			
6.8.1			
6.8.2			
STRAVA 1 punto	1.1.1	1.1.1	1.1.1
	4.1.1	4.1.1	4.1.1
	4.3.4	4.3.4	4.3.4
	6.5.1	6.5.1	6.5.1
	6.5.5	6.5.5	6.5.5
	6.5.6	6.5.6	6.5.6
6.7.3	6.7.3	6.7.3	
Actitud 1 punto	6.4.2	6.4.2	6.4.2
	6.7.1	6.7.1	6.7.1
	6.7.2	6.7.2	6.7.2
	6.8.1	6.8.1	6.8.1
	6.8.2	6.8.2	6.8.2
Fruta 1 punto	6.4.2	6.4.2	6.4.2
	6.6.2	6.6.2	6.6.2

Tabla 91. Relación de estándares de aprendizaje de 1ºBACH distribuido por trimestre

FASE III: ELEMENTOS RELACIONADOS

3.1.-Principios metodológicos que orientan la práctica

En este apartado se atenderá a una metodología activa y participativa mediante la propia práctica docente que pretenderá albergar durante todo el proceso de E-A, la totalidad de modelos de aprendizajes existentes. Se hará especial hincapié en la organización y el correcto funcionamiento mediante el adecuado enfoque metodológico. La concreción de todo ello, se realizará mediante el empleo de las técnicas de enseñanza, los estilos de enseñanza, la estrategia en la práctica y la utilización de los recursos didácticos.

3.1.1.- Orientaciones metodológicas. Métodos de Enseñanza

Con los métodos de enseñanza que proponemos tenemos en cuenta que deseamos que los alumnos adquieran las competencias que hemos comentado.

En cuanto a los métodos de enseñanza intentaremos centrarnos en aquellos más adecuados a la actividad que se está impartiendo, utilizando tanto métodos deductivos basados en el aprendizaje sin error (instrucción directa), como en inductivos basados más en el aprendizaje autónomo de los alumnos y en el ensayo-error (indagación o búsqueda). Tendrá mayor presencia los métodos inductivos, por adecuarse más a nuestra naturaleza de la asignatura, en la que se intentará desarrollar las actividades y por tanto los aprendizajes a través de la experiencia práctica de los alumnos, favoreciendo tanto las aportaciones geniales de los alumnos como las respuestas motrices no estereotipadas.

La Educación Física tiene un carácter fundamentalmente práctico. Ello no quiere decir que sea exclusivo, muy al contrario, se hace necesaria la reflexión teórica sobre la actividad, pero no debemos caer en una "teorización" de la materia. La Educación Física está compuesta ante todo por Actividad Física, experimentación y vivencia de los contenidos.

Por tanto, en cuanto a los criterios utilizados para el diseño de actividades, en todas ellas, sean de diagnóstico, refuerzo, evaluación, desarrollo, etc., se deberán cumplir unos criterios básicos entre los que se destacan:

- La posibilidad de disfrutar aprendiendo, para aprender a aprender.
- La familiarización con el entorno.

- El autoconocimiento del grado inicial de competencia por parte del alumno.
- La regulación del ritmo de ejecución y aprendizaje de cada alumno.
- Coherencia interna.
- La adquisición y desarrollo individualizado de los distintos tipos de contenidos.
- Deben abarcar todas las posibles formas de agrupamiento para el trabajo del alumno para que consigan la competencia social y ciudadana.
- Deben tratar de favorecer la competencia lingüística, así como la autonomía e iniciativa personal y la competencia social y ciudadana.

3.1.2.- Concreción metodológica en EF. Estrategias de enseñanza.

El aprendizaje debe resultar significativo, es decir, en el que se establezcan relaciones entre los conocimientos y experiencias previas del alumno y lo que estamos enseñando. Esto debe aparecer en todas las acciones docentes y para cumplirlo se atenderá a las siguientes actuaciones:

- Que el contenido sea potencialmente significativo, tanto desde el punto de vista de su estructura interna como de su posible asimilación. Para ello nos debemos basar en los conocimientos previos, y construir a partir de ellos.
- Que el contenido sea motivante para el alumno, única forma de que relacione lo que aprende con lo que ya sabe.
- Nos basaremos en estrategias vinculadas a la práctica, es decir, intentaremos llevar a cabo actividades globales, aunque en ocasiones polaricemos la atención en determinados aspectos, o en otros casos modifiquemos las situaciones reales para llegar a una correcta comprensión de la actividad. En los casos en los que la dificultad de la tarea haga necesaria la estrategia analítica la utilizaremos también, como en el caso de las combas, malabares o algunos pasos de aeróbic o entrada a canasta.

En general, se pretende una enseñanza activa, es decir, que el alumno no sea un mero receptor pasivo de conocimientos y tareas motrices, sino intentar crear las condiciones adecuadas para que reflexione, participe y solucione problemas. Se pretende crear conflictos en el alumno para que vaya avanzando en el proceso de aprendizaje.

En cuanto a la forma de organizar la enseñanza de los diferentes contenidos, seguiremos las siguientes directrices:

En el Bloque 1: acciones motrices individuales, perseguiremos el objetivo último de la autonomía del alumno en la planificación y ejecución de su propio entrenamiento y la toma de conciencia de la necesidad de buscar la salud, mediante una de sus formas, la actividad física saludable. Se ejecutarán sesiones en las que se participará de forma activa en la ejecución y planificación de periodizaciones de entrenamiento y mejora de la condición física personalizadas y adaptadas y otra en la que los propios alumnos serán protagonistas por un día.

En los Bloques 2: acciones motrices de oposición y Bloque 3: acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición, nos basaremos en el gran repertorio de actividades con posibilidades de acometer aprendizajes verdaderamente significativos, aprovechándonos de la motivación inicial que despierta en el alumnado y las grandes posibilidades educativas por su poder de relación y de tratamiento colectivo. Todo ello sin olvidar los juegos, tareas motrices y modalidades deportivas tradicionales y cercanas

como medios para el conocimiento del patrimonio cultural de la zona y como elemento de interrelación con otras materias, además de su riqueza motriz.

Debemos matizar que hablamos de un enfoque educativo del deporte, últimamente injustamente tratado y demasiado olvidado debido a los miedos en caer o dejarse arrastrar por los aspectos negativos originados por un planteamiento exclusivamente competitivo o discriminatorio. Buscaremos el aprendizaje constructivo para ir aprendiendo los deportes colectivos, buscando siempre, economía de esfuerzo, tanto mental como físico y máximo provecho de los aprendizajes.

En el Bloque 4: acciones motrices en el medio natural, intentaremos darle el carácter recreativo y respetuoso, aunque debido a la dificultad de su tratamiento en el marco lectivo escolar, realizaremos salidas fuera del centro. De todas formas, en nuestro centro es posible realizar algunas actividades por la cercanía de entornos naturales dentro del horario lectivo. También presenta muchas posibilidades interdisciplinares, de conocimiento del entorno y de creación de actitudes de respeto y conservación de la naturaleza, lo que da a este bloque características específicas muy valiosas.

En el Bloque 5: acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas, se pretenderá explotar al máximo las posibilidades de enriquecimiento motor, de autoconocimiento, de relaciones interpersonales y de superación de las propias limitaciones y complejos, además de servir de elemento capaz de modificar los papeles que tradicionalmente ocupa cada género en el mundo de la actividad físico-deportiva y especialmente de la Educación Física escolar, lo cual le confiere una importante carga educativa. Así mismo se fomentará la creatividad y la valoración de la belleza, del gusto artístico.

El Bloque 6: gestión de la vida activa y valores, nos brinda la posibilidad de albergar contenidos y trabajo interdisciplinar con el que analizar situaciones para alcanzar un razonamiento crítico e individualizado.

3.1.3.- Concreción metodológica en EF. Técnicas de enseñanza y estilos de enseñanza.

Utilizaremos diferentes estilos de enseñanza adaptándonos a cada situación y tipo de contenido. En ocasiones será necesario utilizar estilos basados en la reproducción de modelos o Instrucción Directa:

- **Estilos Enseñanza tradicionales:**

Mando directo.

Modificación del Mando directo.

Asignación de tareas. Facilita el orden y control de la tarea, permitiendo al alumnado que realice las actividades más adecuadas para su competencia motriz.

- **Estilos Enseñanza participativos:**

Enseñanza recíproca. Al realizarse por pareja, es muy útil en aquellas sesiones que requieren la toma de datos o la observación de ejecuciones técnicas. Además, no solo ayuda al que está ejecutando la acción, sino que también al que anota.

Microenseñanza. La utilización de grupos de alumnos que dominen contenidos y que impartan al resto de compañeros, será muy importante y de consideración en el proceso de E-A. Este EE ayuda a facilitar el aprendizaje entre iguales, creando expertos de

contenidos.
Grupos reducidos.
Cooperativo.

- **Estilos Enseñanza individualizados:**

Enseñanza por grupos de nivel o intereses. Muy útil para trabajar distintos contenidos a la vez, o distintos elementos dentro de un mismo contenido. Facilita la individualización a cada alumno partiendo de su nivel y progresando.

Programas individuales.
Enseñanza por contrato.

En otras ocasiones, será necesaria la utilización de estilos basados en el descubrimiento o la Indagación, que desarrollarán en los alumnos su capacidad de respuesta motriz y de adaptación a diferentes situaciones. La utilización de estos estilos tiene una especial importancia en esta etapa con vistas a la resolución de situaciones de tipo táctico, en las actividades deportivas y en aquellas actividades relacionadas con el bloque de expresión corporal. Así destacamos:

-Estilos Enseñanza Socializadores.

-Estilos Enseñanza Cognoscitivos:

Descubrimiento guiado.
Resolución de problemas.

-Estilos Enseñanza Creativos:

El descubrimiento libre o Sinéctica.

Trataremos de ir de los estilos de reproducción a los de descubrimiento, conforme alcancen madurez y autonomía a lo largo del curso escolar.

Trataremos de utilizar en cada unidad, en la medida que sea posible, el mayor número de métodos (variedad), estrategias y estilos posibles de enseñanza, así como de forma de evaluación.

3.2.

-Materiales y recursos didácticos del alumnado.

3.2.1.- Materiales.

El material con el que cuenta el departamento comienza a ser adecuado. En los tres últimos años se ha realizado un considerable desembolso económico por parte del centro para la correcta reposición del material. El primer año se realizó una inversión de entorno a 1000€, el segundo año unos 600€ y este tercer año una nueva aportación de otros 600€.

Con esta reposición de material se han cubierto las necesidades más básicas. Es a partir de este momento cuando se podrá comenzar a realizar una inversión en adquirir nuevo material que complemente a nuevos contenidos y ayude en las labores de transporte.

Por el momento, se han cumplido las necesidades para el presente curso escolar en la reposición del material, no obstante, aún queda seguir invirtiendo para dotar al departamento de una gran amalgama de materiales. Además de la reposición anual de material que por el uso se deteriora y debe ser repuesto.

Las pretensiones futuras de materiales aún implican la compra de un carro para el transporte de las colchonetas, la reposición de colchonetas finas para tumbarse en el suelo, una televisión plana que sustituya el proyector y facilite la labor didáctica sin necesidad de perder tiempo en la colocación del mismo, la adquisición de vallas y material de atletismo y la compra de dos porterías de kimball, entre otro material necesario.

Además del material comprado, para diversos contenidos se solicitará a los alumnos la confección o comprar de algunos materiales específicos, necesarios para desarrollar algunas actividades concretas de contenidos de las diversas unidades didácticas.

Se presenta el Inventario de material realizado a comienzo del presente curso escolar y agregado la adquisición de nuevo material.

Tipo	Objeto	Bien	Mal	Tipo	Objeto	Bien	Mal
Polivalente	Picas cortas plástico	15	1	Alternativo	Indiaca	7	4
	Picas largas plástico	9	1		Indiaca sin pluma	4	5
	Picas cortas de madera	0	6		Pelota Kingball		1
	Cañavera	2			Palo Criquet		1
	Banderín de llegada	1		Pelota Goalball	3		
	Pelotas hinchables	5		Datchball	3		
	Aros pequeños metal	4	2	Atletismo	Testigos plásticos	7	
	Aros pequeños goma	5			Testigos madera	5	
	Soporte para aros		2		Cronómetros	1	
	Moqueta roja (pequeña)	3			Cinta métrica	2	
	Silbato higiénico	1			Disco goma 800g	5	
	Red multideporte	4		Disco goma 2kg	3		
	Petos kínder azul/blanco	12		Peso PVC 2kg	1		
	Petos verdes/amarillo	13		Pelota jabalina	1		
	Petos rejilla	10		Vallas PVC	3		
	Aros grandes	28		Listón salto altura	4		
	Aros medianos	14		Soporte listón	4		
Aros pequeños	4		Orientación	Baliza orientación	8		
Pelotas goma grande	2			Brújulas	12		
Pelota goma pequeña	4	2	Ex corporal	Rollos de cinta	2		
Conos (Setas)	40	23		Pompones	8		
Conos Grandes	5	6		Peluca	3		
Conos pequeños	6			Sombrero	1	1	
Conos pequeños clase b	6	2		Aros malabares	4		
Red balones	4			Maza malabares	4		
Funda balones tela	4			Diábolos	7		
Balón Netbal	1		Monociclo	1			
Cuerdas	25	2	Tela blanca	1			
Combas	8	3	Esponja	4			
Hinchador aire eléctrico	1		Béisbol	Bates de béisbol	7	2	
Agujas	6			Pelota foan 7cm	2		
Pañuelo	6	2	Voleibol	Balones	20		
Pelota Espuma eco 160	12	2		Red	1		
Hockey	Sticks floorball rojo	16		J populares	Peonza	1	
	Stick ffloorball verde	16			Mini-escalera	2	
	Pelotas floorball	18	3		Juego Petanca	2	

	Discos plástico hockey	6			Mini-sacos arena	3	
Tenis de mesa	Palas	6	5		Bolos botella	15	
	Pelotas tenis-mesa	60			Bolos pequeños	6	
	Red móvil	1			Zancos	0	
Tenis	Pelotas de tenis	32			Tabla hoyetes	1	
	Palas amarillas	39		Baloncesto	Balones	12	6
Disco volador	Disco volador	14	6	Balonmano	Balones	22	2
Bádminton	Fundas de raqueta	3		Fútbol	Balones	14	
	Raquetas	30	10	Rugby	Balones	13	
	Volantes	70	5		Cinta pilla-pilla	24	
	red	1		Gimnasia	Trampolín	1	
Acondicionamiento	Gomas fitness verde	4			Pelota gimnasia	13	
	Gomas números flasti	4		Multimedia	Portátil	1	
	Esterillas	30	3		Mesa portátil	1	
	Balón medicinal 2kg	2			Regleta	1	
	Balón medicinal 3kg		1		Proyector	1	
	Soga/cuerda trepa	2		Mobiliario	Camilla	1	
	Escalera entrenamiento	2			Banco sueco	8	
	Pesas en disco 2kg	6			Poste móvil	4	
	Pesas en disco 1kg	15			Mesa Tenis mesa	1	1
	Mancuernas 2kg	6			Quitamiedos	1	
	Barra mancuernas	4			Colchonetas	5	6
	Bloqueos barra	7			Bicicleta estática		1
	TRX	3			Bicicleta	1	

Tabla 92. Inventario de material del departamento de EF de inicio de curso.

3.2.2.- Instalaciones.

El departamento de Educación Física dispone de un pabellón de dimensiones acordes a la práctica de diferentes actividades físico-deportivas. El aforo se fija entorno a los 15-23 alumnos para poder ejecutar, de forma adecuada las sesiones teórico-prácticas. Ratios superiores dificultan la correcta ejecución, aunque para según qué contenidos, se podría ejecutar correctamente en las dimensiones de la instalación. Es inviable, en base al tamaño de la instalación, poder ejecutar de forma simultánea dos sesiones de educación física a la vez.

El recinto cuenta con un pasillo con dos vestuarios diferenciados, uno para chicos y otro para chicas, con lavabos, aseos y duchas, además de un vestuario para los docentes donde está el botiquín y una camilla, el cuarto del material y el despacho perfectamente habilitado para su cometido.

En el exterior se cuenta con dos pistas polideportivas y dos espacios delimitados con dos canastas, una en cada uno de los espacios. Las dimensiones de las instalaciones del exterior facilitan la ejecución de cualquier contenido cuando la climatología lo permite.

En los supuestos en los que los profesionales de educación física coinciden en horario, la limitación en las dimensiones de la instalación techada es latente por lo que esto no permite la realización de muchas de las actividades diseñadas y programadas. Al ser el único espacio a cubierto de las inclemencias del duro clima de la zona, las condiciones de trabajo y desarrollo de la asignatura se hacen precarias.

Existe la posibilidad de utilizar el pabellón municipal de la localidad, aunque hay que desplazarse y debido a la duración de la clase (50 minutos), se hace muy difícil

programar actividades en esas dependencias, ya que la duración total de tiempo de compromiso motor se ve muy mermado.

3.2.3.- Libro de texto.

Desde el Departamento de EF se ha decidido no utilizar libro de texto, ya que nuestra programación es específica para el centro y nos servimos de distintos libros y materiales bibliográficos para la confección de los temas a tratar en las distintas unidades didácticas. De esta forma, aunque implica más trabajo, se facilita el material y se adapta a las necesidades de nuestros alumnos.

Las clases teóricas se impartirán en el aula de referencia de los alumnos, en audiovisuales o en el gimnasio, utilizando los medios informáticos y audiovisuales con los que cuenta el centro.

Las explicaciones teóricas serán utilizadas para la introducción de cada bloque temático, estarán presentes durante todas las sesiones, dejando un espacio al inicio de sesión para el desarrollo de las mismas, de cara a matizar aspectos fundamentales y solventando cualquier tipo de dudas que puedan surgir.

3.2.4.- Vestimenta deportiva. Indumentaria.

Para la realización práctica de las sesiones, es obligatorio que los alumnos lleven vestimenta deportiva: zapatillas de deporte correctamente anudadas, calcetines, camiseta de manga corta y chándal compuesto por un pantalón corto o largo y sudadera para los periodos de temperatura más frías.

Se podrán utilizar guantes, gorros, bragas para el cuello y gafas solares si se entienden estos complementos como necesarios para el correcto cuidado temporal.

Es posible que, a consecuencia del contenido de sesión, se pueda venir vestido con otro tipo de indumentaria. Esto será permitido siempre y cuando el profesor lo indique previamente.

Será requerimiento traer una bolsa de aseo en la que porten una camiseta limpia que deberá sustituir a la utilizada durante la sesión, un desodorante y un tarro de colonia para el correcto aseo personal trascurrida la sesión.

3.3-Medidas de utilización de las TIC como recurso metodológico.

Desde el Departamento de Educación Física estamos muy implicados en la utilización de las nuevas tecnologías por ser un medio facilitador de la labor docente. El empleo de estos mecanismos ahorra tiempo, ayuda a la comunicación y convierte los trabajos o las presentaciones en herramientas incluso de aprendizaje para la vida real.

La propuesta para la mejora en la utilización y uso de estas herramientas de información y comunicación impregnará la asignatura al completo. A continuación, se presentan los mecanismos y usos que haremos de las TIC:

3.3.1.-Medidas de utilización por el profesor.

-Disposición de Excel/ aplicación iDoceo diferenciado por grupo-clase, en el que se aglutinan todos los datos e información de los alumnos distribuidos por grupos. La importancia de esta medida, no es únicamente la de ahorrar papel, sino la de contener en un espacio único toda la información de clase e información adicional y a la vez con los datos correlacionados que facilita la evaluación de forma que diariamente se actualiza la propia evaluación de cara a poder informar al alumnado en todo momento.

-Utilización y empleo de música en diversas clases como medida motivadora mediante tecnología bluetooth de cara a poder parar la música en las explicaciones y retomarla nuevamente tras las mismas.

-Confección de cartelería, trípticos, logotipos, etc., con distintos programas y aplicaciones informáticas que ayudan a dar publicidad a acontecimientos que se celebran en el centro y hacer más atractiva la participación en diferentes actividades.

-Utilización para la comunicación con el alumnado de aplicaciones en las que poder subir información relacionada con las unidades didácticas a trabajar, de cada a facilitarles en formato digital los apuntes de estudio, vídeos de youtube explicativos y aclaratorios e incluso encuestas con las que valorar el grado de implicación, motivación e interés por las distintas sesiones y contenidos.

-Utilización de cañón proyector para diferentes clases y contenidos.

-Utilización de aplicaciones móviles que ayudan a la labor docente y facilitan el proceso de enseñanza-aprendizaje para diferentes contenidos y aplicaciones de edición de imagen, vídeo, compresión de archivos y modificación de documentos en pdf.

Aplicaciones para la evaluación como Kahoot o plickers. Seguimiento de diferentes parámetros evaluativos del comportamiento de clase con classDojo.

3.3.2.-Medidas de utilización por los alumnos.

La importancia de estas herramientas ayuda y facilita el trabajo por parte de los alumnos. Algunas herramientas que se van a emplear en clase son:

-Empleo de diferentes entornos web y plataformas relacionadas con los contenidos que desarrollaremos en la asignatura, de información relevante para la realización de los diferentes trabajos que deben realizar. La utilización del paquete office (Word, Power Point y Excel) para la confección de trabajos. Aunque también el empleo de otras aplicaciones

como: Canva para trabajar con documentos gráficos y visual y/o el empleo de códigos QR en diferentes sesiones que facilite el procedimiento de creación de documentación digital.

-Empleo de pulsómetros polar para la autorregulación de su esfuerzo y el conocimiento del funcionamiento de la intensidad del esfuerzo y de su sistema cardiovascular. Aplicación de polar team para analizar las gráficas y zonas de trabajo.

-Aplicación Strava como medio de promoción de la salud en su tercer tiempo pedagógico.

-Grabaciones en vídeo y análisis de imágenes con aplicaciones como Ubersense para la correcta realización del gesto deportivo o Technique para la medición biomecánica.

-Análisis de la dieta con la aplicación Yuka y la realización de valoración nutricional con una aplicación web destinado para ello.

-Visualización del entorno natural con peakVisor o tratamiento de la intensidad solar con UVLens.

-Trabajo de confección de rutinas de musculación con aplicaciones de confección de rutinas para gimnasios, análisis de movimientos con la app strong y fitcam.

3.4. Plan de competencia lingüística que incorpora el plan de lectura específico en Educación Física.

La Educación Física al igual que el resto de materias, requieren del conocimiento de un vocabulario específico. La elaboración de trabajos y exposiciones orales, implican el manejo y utilización del mismo.

Desde nuestra asignatura se fomentará una serie de lecturas recomendadas mediante textos específicos de distinta índole. Principalmente se proporcionarán:

-Textos narrativos y literarios: que describen eventos, historias, cuentos o mitos relacionados con la Educación Física.

-Textos descriptivos, argumentativos y expositivos: que narran los acontecimientos históricos sucedidos que se relacionan con el deporte y del rendimiento deportivo.

-Textos científicos: describen los nuevos avances en materia de deporte y son importantes para mantener a nuestros alumnos con el conocimiento más reciente.

-Textos periodísticos y publicitarios: con ellos se trabajarán temas transversales y un enfoque diferente de concienciación de la persona. Son innumerables los textos de esta temática que pueden ser utilizados para dar sentido a la propia asignatura.

Estos textos serán entregados mensualmente por los docentes como fichas de clase, llevarán aparejados una serie de cuestiones que deberán ser contestadas y contarán como trabajo diario de clase.

El modo de entrega podrá ser diferente en función de la propia demanda del docente, en cada momento, ya sea utilizando google classroom, fotocopiándolo y entregándolo en mano o exponiendo el link de acceso a través de internet donde podrán encontrar la información al respecto para su lectura previa.

De forma complementaria a lo anterior, en algunas sesiones prácticas, se pedirá al alumnado, a nivel individual o en pequeños grupos, la exposición oral de diferentes lecturas, trabajos o actividades (teóricas o prácticas) que complementarán las sesiones

prácticas, de forma que podamos atender a la competencia lingüística a través de la expresión oral y escrita.

Para fomentar el hábito lector del alumnado, en la realización de las actividades del cuaderno, es necesaria la búsqueda de información deportiva en distintos medios.

Los alumnos muestran un gran número de faltas ortográficas en su redacción por ello se ha planteado como forma directa de contribución a la competencia clave – competencia lingüística, descontar 0,1 puntos por cada error ortográfico, poniendo especial énfasis en el vocabulario propio de la materia, hasta un máximo de 1 punto en cada trabajo/examen/ficha. El alumno podrá recuperarlo, si el departamento lo estima conveniente, con la realización de un trabajo ortográfico encomendado por el profesor, escritura repetitiva de manera correcta del fallo ortográfico cometido. En acuerdo por los miembros del departamento de Educación Física, el punto negativo y relativo a las faltas ortográfico no será recuperado.

Las actividades que se ponen en marcha para desarrollar la competencia lectora y la comprensión oral y escrita en clase de Educación Física, son las siguientes:

- Para mejorar la comprensión y la expresión del alumnado: leer en voz alta, elaborar mapas conceptuales, comentar términos específicos de la materia, presentar esquemas, exponer gráficos, interpretar tablas, redactar actividades de cuaderno y preguntar en clase para que contesten oralmente.
- Para fomentar el hábito lector del alumnado: buscar información deportiva en los periódicos y revista de ámbito deportivo.

Se está trabajando en la elaboración de un dossier con fichas de lecturas con el propósito de implantar en futuros cursos académicos, la obligatoriedad de una lectura semanal y el correspondiente análisis del texto con una ficha de trabajo adicional.

Los miembros del departamento se han puesto a trabajar para recopilar diferentes libros, textos de ámbito periodísticos, imágenes ilustrativas, etc. Que sean significantes con los diferentes contenidos de la asignatura y que estén graduados por niveles dependiendo del desarrollo madurativo de los alumnos.

Los libros recomendados por el departamento para la lectura de los alumnos son:

- Óscar, papá y el trampolín de tres metros
- Darío Fo. 2017. El campeón prohibido. Sirueta (Novela contemporánea).
- Alejandro Gándara. La media distancia. Alfaguara. (Basada en historia real).
- Alan Sillitoe. La soledad del corredor de fondo. Debate. (Basada en historia real).
- David Coventry. La milla invisible. Seix Barral (Novela contemporánea).
- Juanjo Díaz Polo. Jóvenes promesas. Planeta (Novela contemporánea).

3.5-Trabajo interdisciplinar con otras materias. Coordinación con profesores de otros departamentos.

El número de horas asignadas a los profesores del departamento y la distribución de los alumnos en grupos ha generado la necesidad de compartir grupos de un mismo nivel entre los dos profesores de Educación Física asignados para este curso escolar al centro educativo. Las reuniones de departamento son propicias para conformar y unificar criterios para el trabajo con estos grupos y acordar los contenidos, procedimientos y actuaciones a acometer con los alumnos.

En relación a otras materias, se está trabajando con el profesorado de:

-Departamento de Plástica para la elaboración de cartelera, camisetas para la carrera atlética, que se realizará en el segundo trimestre y ayuda para la decoración con juegos y actividades de las zonas contiguas a las pistas polideportivas exteriores.

-Departamento de Biología y Geología para la elaboración de rutas senderistas, perfiles, mapas, etc. Y las salidas extraescolares planteadas para el nivel educativo de 3º ESO.

-Departamento de Geografía e Historia para la elaboración de contextos culturales y sociales para las rutas senderistas en las salidas extraescolares planteadas con los diferentes grupos de escolares.

-Departamento de Filosofía para trabajar todo lo relacionado con la Grecia clásica y las olimpiadas.

-Departamento de música para el trabajo conjunto de los ritmos, percusión y danzas.

-El Departamento de Lengua y literatura para fomentar el adecuado uso del léxico y vocabulario a nivel escrito y hablado.

-Departamento de hostelería para la elaboración de un desayuno adaptado a deportistas.

-Departamento de emergencias para la impartición de talleres de primeros auxilios y RCP a los alumnos de los distintos niveles educativos.

36-Plan de atención a la diversidad y adaptaciones curriculares para el alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.

La programación didáctica del departamento de Educación Física busca garantizar la educación mediante la individualización del proceso de enseñanza-aprendizaje en el alumnado. Se garantiza la atención a la particularidad y diversidad de cada alumno mediante un desarrollo educativo integral, flexible y globalizado.

Las adaptaciones curriculares están presentes de forma explícita o implícita en la programación, ya que se pide a cada alumno (ya tengan problemas derivados de circunstancias temporales o trastornos específicos que impidan alcanzar los objetivos,

contenidos y criterios de evaluación especificados en esta Programación Didáctica) que trabaje según su nivel inicial y su capacidad, observando su progresión y logro.

Para abordar este apartado se han seguido las indicaciones propuestas en el **Decreto 188/2017, de 28 de noviembre**, del Gobierno de Aragón, por el que se regula la respuesta educativa inclusiva y la convivencia en las comunidades educativas de la Comunidad Autónoma de Aragón y la **Orden ECD/1005/2018, de 7 de junio**, por la que se regulan las actuaciones de intervención educativa inclusiva.

3.6.1.- Atención a Alumnos con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (ANEAE).

Los alumnos de los grupos PAI y PMAR, en general, no presentan ninguna dificultad para alcanzar los objetivos generales de etapa previstos en la programación de esta materia. Algunos alumnos integrados en estos grupos o en los grupos ordinarios cuentan como Alumnos con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (ANEAE) lo que deberá tener un tratamiento acorde a su trastorno.

Para nuestra materia. Los alumnos de estos grupos se encuentran incluidos en los grupos de referencia de ESO por lo que los contenidos y la evaluación son similares a los comentados para los respectivos cursos de ESO salvo en los casos que existan adaptaciones de tipo significativo.

Los alumnos de integración son aquellos que tienen algún impedimento psíquico o físico que no les permite seguir el currículo tal como esta descrito. Estos pueden ser temporales o totales. Podemos apreciar dos grupos diferenciados:

-Trastornos psíquicos: estos alumnos precisan adaptaciones en los contenidos conceptuales para que sean capaces de llegar a entender esa información. Si además a esta limitación se le añaden problemas psicomotrices se trabajarán las funciones de ajuste, coordinación y dominio corporal. Por lo demás se intentará la plena integración con el resto de sus compañeros de clase teniendo en cuenta sus limitaciones.

-Trastornos físicos: ante sus dificultades o limitaciones motrices permanentes o temporales se trabajarán preferentemente las funciones de ajuste, coordinación y dominio corporal en función de la limitación planteada. Si esa limitación es temporal por alguna enfermedad, los contenidos prácticos no realizados serán suplidos por trabajos de análisis, investigación, etc., sobre contenidos que en ese momento se estén desarrollando, y serán realizados con los recursos bibliográficos que hay en la biblioteca. Por lo demás se intentará la plena integración con el resto de sus compañeros de clase.

3.6.2.- Enfermos y lesionados temporales de uno, dos o más de tres días

Aquellos alumnos que uno o dos días no pudieran hacer actividad física, por enfermedad, lesión, o por no llevar la indumentaria deportiva adecuada, deberán recoger por escrito el contenido de la clase práctica (Ficha tipo) y entregarla al profesor al terminar la clase o si el profesor considera oportuno, el alumno realizará un trabajo preparado para estas ocasiones y que entregará en la fecha propuesta. Esto servirá al profesor para su valoración. De esta forma se suplirá la falta de práctica de manera que no pierda ningún contenido de sesión.

Durante la ausencia de práctica se le podrá solicitar además de la observación de la sesión, completar la ficha, la posibilidad de organización de actividades para el desarrollo de la sesión, la posibilidad de ejercer algún rol (entrenador, árbitro, anotador, contador, etc.) o dirigir alguna actividad o tarea de sesión.

Los alumnos que por lesión o enfermedad no puedan realizar actividad física durante tres o más sesiones de que consta una U.D., deben de seguir los siguientes pasos:

1. Presentar justificante médico en el que figure expresamente en qué consiste la lesión o enfermedad, que tipo de ejercicios le impide realizar, y qué tipo de ejercicios debería hacer para su mejor recuperación.
2. Trabajo extenso sobre su problema: nombre y tipo, por qué se produce, si hay o no forma de prevenirla, qué tipo de ejercicios le impide practicar actividad física, cómo se cura, y otros aspectos que el departamento considere oportunos para que el alumno conozca a fondo su dolencia.
3. Llevar un diario de clases en el cual se refleje todo lo que se hace en las sesiones de EF.
4. Trabajos teóricos para incapacitados temporales correspondiente al trimestre en el que se haya producido la lesión.
5. El alumno deberá participar siempre que sea posible en el desarrollo de la clase: ayudando al profesor o a sus compañeros en lo que se le indique, ayudando a sacar, organizar, y recoger el material, arbitrando partidos, etc.
6. Se valorará su actitud como al resto de los alumnos.

3.6.3.- Plan de atención a la diversidad para la ESO y Bachillerato.

Las medidas de intervención educativa recogidas en el plan de atención a la diversidad para ESO y bachillerato pretenden conseguir, en todos nuestros alumnos, el mayor desarrollo y aprendizaje atendiendo a la prevención e intervención ante los posibles desajustes personales o académicos. Se atenderá a las siguientes medidas generales

Se ejecutarán una serie de medidas para el alumnado que se encuentre en esta situación durante el presente curso escolar.

3.6.3.1.-Medidas generales. Dan respuesta a las diferencias existentes entre los alumnos de un grupo en cuanto a nivel académico, intereses, motivaciones, ritmos de aprendizaje; por ejemplo: metodología individualizada o adaptación de materiales. Tienen la característica principal el que son de aplicación común a todo el alumnado. En este apartado se atenderán a:

1. Metodologías basadas en el trabajo en equipo y en el apoyo entre miembros para conseguir los objetivos propuestos, metodologías cooperativas donde los alumnos con problemas de aprendizaje puedan ser apoyados no solo por el docente sino por sus compañeros.
2. Progresiones basadas en el nivel del alumno, donde este elige el punto de partida y la velocidad de aprendizaje, además de ser participe en su propia evaluación pudiendo volver hacia atrás si fuera necesario.
3. Realización de proyectos grupales que hagan participe a todos los alumnos en los cuales se pone en funcionamiento diferentes capacidades individuales y desarrollan nuevas.

3.6.3.2.-Medidas ordinarias de apoyo y refuerzo. Dan respuesta al alumno que tiene dificultades, con una atención individualizada para seguir la marcha del curso, pero no se varían los objetivos, por ejemplo: los agrupamientos flexibles, los desdobles en ciertas actividades, etc.

3.6.3.3.-Medidas extraordinarias. Dan respuesta al alumno que no puede seguir la marcha de la clase, introduciendo modificaciones en el Currículo Ordinario, y su aplicación exige la evaluación psicopedagógica y el dictamen del departamento de orientación (Adaptaciones de tipo significativas).

Una vez identificadas y analizadas las necesidades específicas de apoyo educativo (dentro del cual se engloban a los alumnos con necesidades específicas de apoyo educativas), el contexto escolar y familiar del alumno y la respuesta a cada uno de ellos, se concretará en un Trabajo Individualizado. El trabajo individualizado contemplará las competencias y estándares que el alumnado debe alcanzar en la materia de conocimiento de Educación Física, y se concretará en base a los contenidos, los procedimientos de evaluación y la organización del proceso de enseñanza-aprendizaje.

En este curso y desde del departamento de Educación Física se realizarán adaptaciones a todo el alumnado que lo requiera.

3.6.4.- Atención a la diversidad Específica.

La Educación Física merece especial mención en este apartado debido a sus particularidades. Esta materia ofrece muchas posibilidades de selección de contenidos y actividades que van a constituir la práctica de la asignatura. Es intención de este departamento tratar de garantizar la atención a la diversidad mediante la enseñanza individualizada, pues la diversidad en los centros educativos no es más que un reflejo de la diversidad que existe en la sociedad.

Algunos métodos a usar para la diversificación son los siguientes:

- Utilizar una metodología que posibilite la individualización de la enseñanza.
- Organizar a los alumnos por niveles o intereses de forma que se desdoblén los grupos para trabajar con un menor número de alumnos y se pueda atender por separado a un alumno o grupo de alumnos que en un momento determinado lo necesite.
- Trabajar en función del nivel de partida. Para ello se utilizarán como base los resultados de las diferentes pruebas iniciales realizadas.
- Realizar actividades elaboradas por el alumno y supervisadas por el profesor.
- Ofrecer actividades alternativas para el desarrollo de las capacidades físicas básicas con distintos niveles de intensidad y/o volumen de trabajo.
- Variar el proceso de E-A para grupos de alumnos que marchen más adelantados.
- Establecer actividades con diferente grado de dificultad para alumnos más aventajados y alumnos con carencias en su adquisición competencial.
- Dar autonomía al alumnado con la aplicación del estilo de enseñanza micro-enseñanza.
- Posibilitar la modificación de tareas. Adaptar las tareas a los alumnos en función de sus capacidades. Las diferentes actividades pueden modificar su dificultad en base a: materiales, reglas, oposición, ritmo de ejecución, etc.
- Adaptar elementos materiales, espaciales o de comunicación: modificarlos para que se facilite el proceso de E-A en alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo.

Algunos ejemplos: utilizar balones con colores vivos por tener un alumno con problemas de visión, colocar cerca del profesor a alumnos con problemas de audición, etc.

-Permitir que el alumno permanezca en niveles sencillos en aquellas actividades que puedan producirle temor o que sean progresivamente más difíciles.

-Utilizar la enseñanza recíproca para que cada pareja trabaje con ritmos diferentes.

-Alumnos con niveles alto de adquisición de contenido pueden apoyar y ayudar a otros alumnos que no han alcanzado el contenido a trabajar.

-Dedicar un tiempo de práctica determinado en función del nivel inicial y de las necesidades de cada grupo.

-Adaptar la intensidad de la actividad al nivel de partida del alumno.

La atención a la diversidad, independientemente de las razones que la provoquen, debe atender a dos aspectos fundamentales:

- Los requerimientos cuantitativos de una tarea no deben impedir, si se puede introducir alguna modificación, en las reglas, en el material, etc., que algunos alumnos/as queden al margen de los aprendizajes.
- La exigencia en los requerimientos cuantitativos no debe suponer el que se cometan errores, por forzar movimientos, que posteriormente serán muy difíciles de corregir.

Esta atención a las necesidades educativas de todos los alumnos/as es posible abordarla a través de diferentes elementos del currículo: adaptación de los objetivos, priorización de contenidos y una gradación de los criterios de evaluación.

La forma de enseñar, de organizar y adaptar el espacio y los recursos didácticos, la agrupación de los alumnos/as, la elección del nivel de ayuda necesario para cada alumno en su proceso de construcción del aprendizaje, etc., son elementos de la acción docente que deben ser orientados a situar los nuevos aprendizajes al alcance de cada alumno/a.

El profesor deberá ajustar la ayuda pedagógica a las diferentes necesidades del alumno/a y facilitar recursos y estrategias variadas que permitan dar respuestas a las diversas motivaciones, intereses y capacidades que presentan los alumnos/as de estas edades.

3.6.5.- Atención Específica en casos comunes.

3.6.5.1.-Alumno con discapacidad física transitoria o permanente. En este aspecto distinguiremos aquellos alumnos que están limitados para realizar unas determinadas actividades de aquellos que no pueden practicar actividad física.

- a) Alumnos con discapacidad física grave y permanente. Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de Actividad Física.

Estos alumnos contarán con una adaptación curricular específica. Se utiliza como actividad alternativa la posibilidad de realizar rehabilitación mientras sus compañeros realizan otras actividades. Alguna de las tareas que llevará a cabo son:

- Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están trabajando para exponer a sus compañeros.
- Elaboración de memorias de sesiones.
- Participación en las actividades deportivas realizando arbitraje, colocación de material y tomando iniciativa en las sesiones prácticas.
- Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación.
- Participación en aquellas actividades y/o contenidos en los que su limitación se vea facilitada por la intensidad o tipo de trabajo.

b) Alumnos con discapacidades contraindicadas para un determinado tipo de contenidos. Dentro de este grupo incluimos a aquellos alumnos que sufren una afectación que les impide realizar determinadas actividades. Esta afectación puede ser crónica o de larga recuperación o temporal.

Algunas de estas afecciones pueden ser enfermedades crónicas que, en ocasiones, aconsejan la no participación motriz durante un tiempo más o menos prolongado. Las circunstancias que causan esta imposibilidad resultan variadas: enfermedad común, lesión ósea, tendinosa, muscular o ligamentosa, diabéticos con cuadros de hipoglucemia o hiperglucemia, alérgicos y asmáticos, intensidad de la actividad por encima de sus posibilidades, realización de actividades en un lugar de riesgo para ellos o cuando la climatología desaconseje la práctica.

Es conveniente que el profesor de Educación física conozca a través del doctor mediante un informe médico las enfermedades de los alumnos y cual es el tipo de ejercicio contraindicado y el recomendado. Para obtener más información, a principio de curso a los alumnos que sufran una dolencia, se les entrega una ficha médica que han de rellenar sus padres y poder valorar las necesidades y posibilidades de los alumnos.

3.6.5.2.-Alumno superdotado o con altas capacidades. Se le encomendará labores de especial responsabilidad (en relación con el material o el tipo de actividad) así como la colaboración en la dirección de actividades que requieran la distribución en grupos.

3.6.5.3.-Alumno desconocedores del idioma. En aquellos alumnos extranjeros que desconocen el castellano se priorizarán las destrezas y actitudes, dado el problema de comunicación que tienen. De todas formas, se trabajará el apartado de conocimientos tratando de que los alumnos ganen vocabulario general y específico de nuestra materia e intentando que comprendan aquellos conceptos básicos. En el caso que exista, podremos ayudarnos de un compañero de su misma nacionalidad o que conozca su mismo idioma, para que le traduzca o ayude a hacerlo. No obstante, nos ayudaremos del Departamento de Orientación y del "protocolo de acogida" para trabajar de forma coordinada y que el alumno reciba una correcta acogida en nuestro centro.

3.6.5.4.-Alumnado con síndrome de Ásperger. En el presente curso escolar no contamos con ningún alumnado con el síndrome de Ásperger. No obstante, en caso que durante el curso escolar se matriculase algún alumno con este trastorno, se especifican las posibles medidas acordadas con el Departamento de Orientación. Estas son:

- No utilizar ironías ni dobles sentidos.
- Asegurarnos bien que ha comprendido lo que se le ha explicado.
- Utilizarla para algunos ejemplos, de forma que se sienta integrada en el grupo.

- Ser alumna que ayuda a ejemplificar y a aclarar actividades más complicadas con su implicación y explicación ayudándonos de ella.
- Dejarle el tiempo que necesite para que desarrolle sus ideas y pensamientos o resuelva los problemas suscitados en clase, en las distintas actividades.
- Proporcionarle apuntes esquemáticos y resumidos.
- Utilizar medios para que se apoyen en sus iguales y colaboren con los demás alumnos de clase.
- Realizar actividades cooperativas y grupales para reforzar su auto-confianza.
- Reforzar su conducta con conocimiento de resultado o feedback positivo.
- No expresar lo negativo de una acción motriz incorrecta, buscar lo positivo de su acción y explicar la mejor posibilidad para solucionar el problema que no ha sido capaz de resolver a nivel motriz.
- Realizar comentarios y explicaciones de muy corta duración para intentar mantener el máximo tiempo posible la atención y que no se cree déficit de atención.

3.6.5.5.-Alumnado con discapacidad motórica. Existe un caso concreto de una alumna que tiene discapacidad física, en este caso, a la alumna se le ha concedido la excedencia de ciertos bloques de contenidos. Para poder adaptar los diferentes bloques se han propuesto las siguientes adaptaciones:

1º Bloque de condición física: se han adaptado las diferentes actividades al tiempo, repeticiones y distancia que puede recorrer la alumna, realizando actividades más sencillas y de menos duración.

2º Bloque de deportes de equipo: se utilizará, si fuera posible, una silla de ruedas para poder mejorar la movilidad de la alumna con ayuda de un auxiliar o de un compañero, a su vez podrá realizar los diferentes roles de árbitro o entrenador.

3º Bloque de expresión corporal: no tiene adaptaciones, únicamente se tendrá en cuenta la realización de actividades y ejercicios más simples que no suponga una aplicación de fuerza y equilibrio, realizando actividades de dramatización y bailes básicos sin mucho desplazamiento, además de fomentar el aspecto de la creatividad.

4º Bloque de Medio natural: este sería el que presentaría más dificultades, para ello se han escogido rutas que pueda desarrollar la alumna sin mucha dificultad, apoyada por el docente y el auxiliar. Además, se han propuesto actividades que se pueden realizar de forma normal en zona de acampada y sin exponer a la alumna a demasiado esfuerzo físico.

5º Contenidos teóricos: se han adaptado los apuntes a la condición de la alumna, al no poder escribir rápido se le ha proporcionado unos apuntes básicos que puede imprimir para las clases y únicamente tendría que subrayar la información que es explicada en clase además de poder usar el ordenador para la toma de apuntes.

3.6.5.6-Adaptación del alumnado de 1º ESO. Para facilitar la entrada del alumnado de 1º de la ESO en la dinámica del instituto, desde el Departamento de EF se ha tenido en cuenta una serie de medidas:

-En las primeras sesiones se realizarán actividades jugadas, a modo de evaluación inicial, para que los alumnos fijen sus conocimientos previos (inconscientes en muchos casos), y puedan relacionarlos con los nuevos contenidos y métodos de trabajo.

-En el planteamiento de la primera UD abundará el juego y la dinámica de grupo para generar y/o fortalecer los lazos del nuevo grupo de iguales.

Se prestará especial atención en explicar detalladamente y con las repeticiones necesarias, las normas de la asignatura y los criterios de calificación. Así mismo, éstos quedarán expuestos en el tablón del gimnasio.

3.7-Actividades complementarias y extraescolares.

Desde el Departamento de Educación Física se plantean una serie de actividades para todos los cursos. Estas actividades serán las siguientes que se exponen:

Departamento de Educación Física				
Curso	Actividad	Trimestre	Fecha	Observación
Todos	Liga de los recreos	1º, 2º y 3º	octubre-junio	Complementaria
Todos	Festival de navidad	1º	22 diciembre 2021	Complementaria
Todos	Carrera atlética	2º	Previo a S. Santa	Complementaria
1º ESO	Esquí, raquetas nieve y orientación	2º	25 al 28 enero 2022	Extraescolar
1º ESO	Desayuno saludable	2º	marzo	Complementaria
1º ESO	Ruta de senderismo	3º	mayo	Complementaria
2º ESO	Ruta de senderismo	3º	mayo	Complementaria
2º ESO	Actividad de aventura	3º	mayo	Extraescolar
3º ESO	Esquí, raquetas nieve y orientación	2º	25 al 28 enero 2022	Extraescolar
3º ESO	Acampada, barranco, tirolina y tiro con arco	3º	mayo	Extraescolar
3º ESO	Ruta de senderismo	3º	mayo	Complementaria
4º ESO	Visita gimnasio municipal Ateca	1º	octubre	Complementaria
4º ESO	Rafting y hidrospeed	3º	mayo	Extraescolar
4º ESO	Ruta de senderismo	3º	mayo	Complementaria
1ºBACH	Charla RCP y Desfibrilador	2º	Previo a S.Santa	Complementaria
1ºBACH	Buceo, paddle sur y senderismo	3º	29 y 30 mayo	Extraescolar
2ºBACH	Partido de baloncesto	2º	Previo a S. Santa	Complementaria

*Las fechas pueden sufrir variación por causas externas al departamento.

Tabla 89. Relación de actividades extraescolares y complementarias.

Curso a docentes sobre RCP básico y utilización de desfibrilador semi-automático.	1º trimestre
---	--------------

Para la elección de las actividades nos hemos basado en los siguientes criterios:

Programar actividades que permitan a los alumnos conocer las inmediaciones culturales y medioambientales de su entorno cercano y que puedan aprovechar como medio de ocio alternativo para utilizar en su tiempo libre como práctica deportiva y de actividad física, así como conocer las entidades a través de las que puedan desarrollarse (clubes, servicio municipal, etc.).

Interés didáctico y utilidad de la actividad para conseguir los objetivos de la asignatura, algunas de ellas, vienen a ser la culminación de una Unidad Didáctica completa, otras son contenidos curriculares trabajados a lo largo del curso que son reforzados a través de estas actividades.

Permitir el tratamiento del bloque de contenidos de actividades en el medio natural, al ser éste un contenido muy difícil de llevar a la práctica en el ajustado horario lectivo.

Explicación de las actividades a desarrollar diferenciadas por su tipo (complementarias o extraescolares):

3.7.1.-Liga de recreos deportivos (1º, 2º y 3º trimestre)

Se trata de competiciones deportivas que se realizarán en los periodos de recreo, en las que busquemos desarrollar actitudes de tolerancia, respeto por el rival y cooperación con los compañeros, así como el gusto por participar en actividades físico-deportivas. La actividad consiste en realizar competiciones de diversos deportes.

3.7.2.-Salidas del centro (en cualquier trimestre)

A lo largo del curso realizaremos, en la correspondiente hora de EF, diversas salidas del centro con la finalidad de realizar determinadas actividades, necesarias para la mejor consecución de los objetivos planteados. Así, está previsto realizar salidas para trabajar la Condición Física en espacios abiertos y para actividades de orientación u otras que puedan surgir a lo largo del curso. También se contempla la posibilidad de acudir al pabellón municipal.

3.7.3.-Rutas de senderismo.

Actividad relacionada con el currículo oficial de actividades en el medio natural. Se trata de realizar salidas de un día para realizar rutas por la Comarca.

3.7.4.-Salida al medio natural.

Actividad relacionada con el currículo oficial. Se concreta en base al bloque de contenidos IV actividades en el medio natural. En cada uno de los cursos se ejecutará una actividad diferente en base a la tabla 58 antes expuesta. Estas actividades se desarrollarán durante el curso y se ejecutarán en el medio natural.

FASE IV: MEDIDAS PARA EL SEGUIMIENTO DE LA ACTIVIDAD LECTIVA A DISTANCIA

4.1.-ALUMNADO CONFINADO.

En caso que un alumno, varios alumnos o un grupo-clase completo sea confinado a consecuencia de la necesidad de guardar cuarentena, se procederá a subir los contenidos teóricos a la plataforma classroom junto con aquellas tareas o actividades que deban ser trabajadas y desarrolladas. En la subida de la información de los contenidos teóricos, quedarán bien explicada la lección y el alumno deberá repasarlo para mantener el mismo nivel de conocimiento que sus compañeros de clase.

4.2.-SITUACIÓN EXCEPCIONAL.

En caso de encontrarnos en una nueva situación en la que la pandemia vuelve a reactivarse de forma acusada con una nueva ola, se plantearán las siguientes limitaciones en el aula:

-Uso de espacios: restricción, en la medida de lo posible, de uso de instalaciones en espacios cerrados.

-Uso de material: restricción de uso de material de tipo colectivo.

-Bloques de contenidos: restricción en el trabajo de contenidos en los que exista contacto.

Protocolo de actuación y medidas a desarrollar en el aula de Educación Física:

-La asignatura de Educación Física será impartida atendiendo a las medidas sanitarias indicadas en ese momento por la administración educativa competente.

-Se respetarán las indicaciones y protocolos establecidos por el centro educativo en cuanto a la libre circulación de alumnos, respeto de agrupamientos, espacios, zonas comunes y resto de indicaciones especificadas para los grupos-clases.

-Se limitarán los contenidos a impartir en la asignatura para los distintos niveles educativos. Se desarrollarán, únicamente, aquellos que permitan distanciamiento social. Se retirarán de las programaciones didácticas, para el presente curso escolar, todos los contenidos relacionados con el bloque de contenidos de acciones motrices de

oposición y el bloque de contenidos de acciones motrices de cooperación y cooperación-oposición. La propuesta de actividades para cada sesión será de no contacto y la ejecución de actividades de carácter individual.

-La asignatura de Educación Física se desarrollará en dos partes durante una sesión. En primer término, los alumnos que componen el grupo-clase asistirán al aula asignada para impartir la clase de Educación Física, se sentarán en asientos asignados en los que se respetará una distancia mínima entre alumnos, se pasará lista y se impartirán unos minutos de formación teórica, de resolución de dudas o de comentarios generales sobre contenidos. La segunda parte estará compuesta por una sesión de ámbito práctico. Antes de comenzar esta parte, los alumnos deberán echarse gel hidroalcohólico y en todo momento guardar una distancia de al menos 2 metros de distancia con sus compañeros. La impartición de la sesión se realizará en las pistas polideportivas exteriores o en zonas aledañas al centro educativo ubicadas al aire libre. De forma predominante no será utilizado material o se utilizará en actividades muy concretas y de uso individual. Al término de la sesión el material será desinfectado y limpiado con productos específicos y con papel desechable. Ese material será guardado y puesto en cuarentena con, al menos, 24h hasta su nuevo uso. Todas las tareas, actividades y/o ejercicios a desarrollar por los alumnos, guardarán distancia de seguridad. A la conclusión de la sesión los alumnos deberán volver a echarse gel hidroalcohólico.

-Al término de cada sesión se procederá a la desinfección del aula asignada por parte del personal de limpieza del centro educativo.

FASE V: ELEMENTOS CONCLUSIVOS

5.1.-CONCLUSIÓN.

El diseño de esta programación didáctica se ha basado en las características del entorno y del centro educativo. Con la suma de esos aspectos en lo que denominaríamos como **contexto** se ha pretendido dar respuestas a lo largo de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje, a una serie de preguntas **curriculares**: ¿Qué enseñar?, ¿Cómo enseñar?, ¿Cuándo enseñar? y ¿Qué, cómo y cuándo evaluar?

El proceso de Enseñanza-Aprendizaje llevado a cabo a lo largo de los diferentes apartados de esta programación didáctica ha pretendido alcanzar los objetivos previstos mediante el desarrollo de unos contenidos y ejecutado con unas actividades, así como utilizando una metodología concreta y unos procedimientos de evaluación y criterios de calificación cuidadosamente planificados de modo que resulten motivantes para nuestros alumnos. En definitiva, una de las finalidades del departamento es el de crear mejores personas contribuyendo a la consecución de las competencias clave y de la educación en valores.

Se ha observado un incesante aumento detectado en relación a diversos hábitos negativos para la salud en nuestros alumnos, lo cual nos ha obligado a enfocar la materia de EF desde una perspectiva en la que se pretenda el trabajo de los correctos hábitos saludables mediante diversos programas y proyectos que con cada grupo-clase se desarrollará convenientemente. Ese trabajo se realizará mediante el desarrollo de varias unidades didácticas destinadas al fomento de una mejora de la calidad de vida.

Un último aspecto a destacar, es el de la proliferación en el mal uso de los teléfonos móviles y por consiguiente en un uso inadecuado de las nuevas tecnologías. Esto induce al requerimiento de la adecuación y reconducción hacia un buen uso de las mismas, ya que se consideran como el medio de desarrollo en el futuro próximo, por todo ello, como docentes, debemos introducir a los alumnos en este nuevo mundo tecnológico desde un enfoque educativo y productivo como herramientas necesarias en ese mundo tecnológico cercano.

5.2.-BIBLIOGRAFÍA.

5.2.1.-Bibliografía legislativa correspondiente a ESO y Bachillerato.

-M.E.C. (2013). Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE) que modifica la LEY Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE).

-M.E.C. (2014). Real Decreto 1105/2014 de 26 de diciembre, por el que se establece el currículum básico correspondientes a Educación Secundaria Obligatoria.

-GOBIERNO DE ARAGÓN (2016). Orden ECD 489/2016, de 26 de mayo, por el que se establece el currículum de Educación Secundaria en la comunidad de Aragón.

-GOBIERNO DE ARAGÓN (2016). Orden ECD 494/2016, de 26 de mayo, por el que se establece el currículum de Bachillerato en la comunidad de Aragón.

-M.E.C. (2015). Orden ECD 65/2015 de 21, de enero por la que se relacionan las competencias clave con los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables.

-GOBIERNO DE ARAGÓN (2017). Decreto 188/2017, de 28 noviembre por el que se regula la respuesta educativa inclusiva y convivencia en Aragón.

-GOBIERNO DE ARAGÓN (2018). Orden ECD/1005/2018, de 7 de junio, por la que se regulan las actuaciones de intervención educativa inclusiva.

-Resolución de 24 de junio de 2016, del Director General de Innovación, Equidad y Participación, por la que se establecen las condiciones de autorización y de organización del Programa de Aprendizaje Inclusivo (PAI) en el primer curso de la ESO.

-Resolución de 27 de junio de 2016, de la Dirección General de Planificación y Formación Profesional, por la que se dispone la organización de los Programas de Mejora del Aprendizaje y del Rendimiento (PMAR) para su aplicación en centros de ESO en Aragón.

-GOBIERNO DE ARAGÓN (2018). Orden ECD/624/2018, de 11 de abril, sobre la evaluación en Educación Secundaria Obligatoria en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

-GOBIERNO DE ARAGÓN (2018). Orden ECD/623/2018, de 11 de abril, sobre la evaluación en Bachillerato en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

5.2.2.-Bibliografía especializada.

-BATALLA A (2000). Habilidades motrices. Barcelona: Inde.

-BLÁNDEZ J (2005). La utilización del material y del espacio en EF. Barcelona: Inde.

-BLÁZQUEZ D (2017). Cómo evaluar bien en EF: el enfoque de la evaluación formativa. Barcelona: Inde.

-BLÁZQUEZ D (2016). Métodos de enseñanza en EF. Barcelona: Inde.

- BLÁZQUEZ D (2013). Diez competencias docentes para ser mejor profesor de EF. La gestión didáctica de la clase. Barcelona: Inde.
- BLÁZQUEZ D (2010). Enseñar por competencias en EF. Barcelona: Inde.
- BLÁZQUEZ D (1997). Evaluar en Educación Física. Barcelona: Inde.
- BLÁZQUEZ D y SEBASTIANI E (2010). Enseñar por competencias en EF. Barcelona: Inde.
- CAÑIZARES JM y CARBONEROS C (2018). Las Tic en la escuela actual: Nuevas metodologías en EF. Sevilla: Wanceulen.
- CONTRERAS O (2017). El aprendizaje basado en proyectos en EF. Barcelona: Inde.
- CONTRERAS O (2009). Didáctica de la EF: un enfoque constructivista. Barcelona: Inde.
- ALRCÓN F, CÁRDENAS D y CLEMENTE VJ (2018). Neurociencia, deporte y educación. Sevilla: Wanceulen.
- MARTINEZ E (2001). Evaluación informatizada de la EF. Madrid: Paidotribo.
- NAVAS M (2007). Habilidades motrices básicas. Barcelona: Inde.
- PARRA J (2016). Actividades prácticas creativas y útiles para las clases de EF. Madrid: Pila Teleña.
- PELLICER I (2011). EF emocional: de la teoría a la práctica. Barcelona: Inde.
- PELLICER I (2015). NeuroEF. La revolución de la Educación Física desde la Neurociencia. Barcelona: Inde.
- PIERÓN M (2005). Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas. Barcelona: Inde.
- RIOS HERNANDEZ M (1999). Actividad física adaptada. El juego y los alumnos con discapacidad. Barcelona: Paidotribo.
- SÁNCHEZ A, MOSQUERA MJ, BADÍA JD y CEBRIÁN Y (2008). Educación en valores a través del deporte. Guía Práctica. Sevilla: Wanceulen.
- SÁNCHEZ BAÑUELOS F (1992) Bases para una Didáctica de la Educación Física y el Deporte. Madrid: Gymnos.
- SEBASTIANI EM (2019). Gamificación en Educación Física. Barcelona: Inde.
- SICILIA A y DELGADO MA (2002). Educación Física y estilos de enseñanza. Barcelona: Inde.
- VICIANA J (2002): "Planificar en Educación Física". Barcelona: Inde.