

# **PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN**

**FÍSICA DE 1º, 2º, 3º, 4º ESO**

**Y**

**1º BACHILLERATO**

**2024-2025**



**Junta de  
Castilla y León**

Consejería de Educación



**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º DE ESO**

**a) Introducción: conceptualización y características de la materia.**

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del *Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.*

**b) Diseño de la evaluación inicial.**

<i>Crterios de evaluación</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Número de sesiones</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>Observaciones</i>
2.2	<i>Prueba escrita</i>	1	<i>Heteroevaluación</i>	
3.1	<i>Otro: ..... Escala de actitudes</i>	3	<i>Coevaluación</i>	
4.2	<i>Portfolio</i>	3	<i>Autoevaluación</i>	
5.1	<i>Otro: ..... Rubrica de deportes</i>	3	<i>Heteroevaluación</i>	

**c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.**

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

**d) Metodología didáctica.**

***Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):***

Se tendrán en cuenta los siguientes principios metodológicos de centro:

- Construcción de aprendizajes significativos.
- Adaptabilidad y atención a la diversidad.
- Motivación del alumnado y del profesorado.
- Cooperación, respeto, inclusión y coeducación.

**MÉTODOS TRADICIONALES:**

- Mando directo para el aprendizaje de gestos técnicos, corrección de posiciones en diferentes ejercicios.
- Asignación de tareas para la elaboración de algunas actividades como, por ejemplo, los circuitos de condición física.

**MÉTODOS ACTIVOS (BASADOS EN EL APRENDIZAJE COOPERATIVO)**

- Descubrimiento guiado para la resolución de planteamientos tácticos de juego y para la elaboración y puesta en práctica de programas de entrenamiento.
- Resolución de problemas en la creación de coreografías grupales, diseño de calentamientos o creación de ejercicios, sesiones de entrenamiento, organización de competiciones deportivas.
- Enseñanza recíproca para la coevaluación con un compañero en relación con el modelo técnico planteado.



## METODOLOGÍA ON-LINE:

- Utilización de la plataforma Microsoft Teams y Aula Virtual para la comunicación con el alumnado, el envío y recepción de tareas, el uso de las tecnologías y el ahorro y manipulación de papel.
- Google Forms y Google Drive para la elaboración de cuestionarios on line.
- App Genially para la elaboración de presentaciones digitales.

### **Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:**

El enfoque multidisciplinar del proceso educativo exige y requiere la **flexibilidad** en el uso de espacios, tiempos y agrupamientos.

La organización del aula debe favorecer procesos de **diálogo**, de trabajo **individual, grupal**, colaborativo, etc. La distribución variable y movable de los espacios y la **diversidad de agrupamientos** aportan un flujo de comunicación real entre alumnado y profesorado.

En cuanto a la estructura de la sesión, partimos de la premisa de que el alumno asuma un desempeño activo la mayor parte del tiempo. Así, la **estructura de las sesiones** será muy variada. Desde el sistema clásico de inicio de clase activación, parte principal y vuelta a la calma, hasta la clase invertida en la que el trabajo individual o algunos procesos de aprendizaje se transfieren fuera del aula y se reserva el tiempo en el aula para dinamizar el intercambio y trabajo de aplicación y colaborativo.

## e) Secuencia de unidades temporales de programación.

	<b>Título</b>	<b>Fechas y sesiones</b>
<b>PRIMER TRIMESTRE</b>	SA 1: Retos cooperativos	Septiembre. 6 sesiones
	SA 2: Calentamiento general	Octubre. 5 sesiones
	SA 3: Floorball (I)	Octubre-noviembre. 8 sesiones
	SA 4: Bádminton (I)	Noviembre-diciembre. 8 sesiones
<b>SEGUNDO TRIMESTRE</b>	SA 5: Acrosport (I)	Enero. 5 sesiones
	SA 6: Baloncesto (I)	Enero-febrero. 6 sesiones
	SA 7: Datchaball como juego coeducativo	Febrero. 4 sesiones
	SA 8: Atletismo básico	Febrero-marzo. 6 sesiones
<b>TERCER TRIMESTRE</b>	SA 9: Ultimate frisbee	Marzo-abril. 6 sesiones
	SA 10: ¡A bailar Zumba!	Abril-mayo. 5 sesiones
	SA 11: Me oriento por el centro	Mayo-junio. 6 sesiones
	SA 12: Refuerzo y recuperación	Junio. 3 sesiones

## f) En su caso, concreción de proyectos significativos.

<b>Título</b>	<b>Temporalización por trimestres</b>	<b>Tipo de aprendizaje</b>	<b>Materia / Materias</b>
“Por un centro saludable” Recreos activos (torneos deportes alternativos)	<b>3º trimestre</b>	Disciplinar	Educación física
Plan de fomento de la lectura	<b>Todo el curso</b>	Disciplinar	Educación física

El proyecto, **Por un centro saludable**, se enmarca en las medidas que promueven un estilo de vida activo. Desde la materia de educación física se va a trabajar para ello a través de la organización de **torneos en los recreos**. Los alumnos de 1º de bachillerato deben trabajar este contenido como organizadores para todo el alumnado del centro que quiera participar. Se van a proponer juegos y deportes alternativos en los que prime



la cooperación por encima de la competición, equipos mixtos por encima de solo del mismo sexo y que se precise la participación tanto de los más hábiles como de los que no lo son tanto mediante reglas como, por ejemplo, “que cada jugador solo pueda tocar una vez (seguida) el balón”, así, todos deberán estar atentos para seguir el juego, tocando alternativamente el balón para conseguir el objetivo común. El alumnado que se implique en este proyecto podrá obtener hasta **1 punto adicional** en su nota.

En cuanto al Plan de **fomento de la lectura**, aunque a través de la materia de educación física (eminentemente práctica y cuyo desarrollo tiene lugar al aire libre o en el gimnasio sin sillas ni mesas) se fomentará recompensando con hasta **1 punto adicional** a los alumnos que lean determinados artículos que tienen que ver con la actividad física y el deporte en sus diferentes ámbitos. De esta forma creemos que los alumnos se pueden animar más a leer, sin ser obligatorio, pero sí atractivo porque van a poder elegir entre diferentes temáticas acordes con sus gustos e intereses y además pueden obtener un extra en la nota. El departamento seleccionará artículos de prensa que tratan diferentes contenidos como el tabaco y el alcohol, el deporte y la violencia, la importancia de la mujer en el deporte, la obesidad, etc., sin perjuicio de cualquier otro que el alumno pueda seleccionar.

### g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.

	<i><b>Materiales</b></i>	<i><b>Recursos</b></i>
<i><b>Impresos</b></i>	Artículos periodísticos de interés para la materia	Periódicos, revistas y recursos similares.
<i><b>Digitales e informáticos</b></i>	Correo electrónico corporativo, Teams, STILUS familias y/o lesfácil	Ordenador de sobremesa, ordenador portátil, panel digital
<i><b>Medios audiovisuales y multimedia</b></i>	Música específica para construcción de coreografías, Course Navette, TABATA, etc.	Reproductor de cd, usb, bluetooth, altavoz.
<i><b>Manipulativos</b></i>	Aros, cuerdas, balones medicinales, de voleibol, de baloncesto, de balonmano, de fútbol, de espuma, de plástico, palas, raquetas, bandas elásticas, mancuernas, picas, minivallas, porterías floorball, pelotas y sticks floorbal, bancos suecos, colchonetas y esterillas.	Cuatro mesas y dos sillas (de aula).
<i><b>Otros</b></i>	Espalderas, un encerado y sendos tableros de baloncesto anclados a la pared.	Instalaciones deportivas: Una pista polideportiva <b>cubierta</b> (28x15m) que cuenta con vestuarios y aseos femenino y masculino, cuarto de material, cuarto de limpieza, cuarto con aseo para el profesor. Dos canchas al <b>aire libre</b> . Una de 20x40m y la otra de 28x15m



**h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.**

<b>Planes, programas y proyectos</b>	<b>Implicaciones de carácter general desde la materia</b>	<b>Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)</b>
Plan de Lectura	Se recompensará con hasta 1p adicional al alumnado que, voluntariamente, lea una serie de artículos relacionados con la actividad física y el deporte. De esta forma creemos que los alumnos se pueden animar más a leer sin ser obligatorio, pero sí atractivo porque van a poder elegir distintas temáticas acordes con su edad, intereses etc., y así obtener un extra en su calificación.	TODAS
Plan de Convivencia	Mediante el fomento y desarrollo de una actitud cooperativa en las diferentes actividades, especialmente en la práctica deportiva y en el torneo de los recreos (en cuya actividad se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente), demostrando capacidad para ayudar, respeto y diálogo.	TODAS
Plan de fomento de la igualdad entre hombres y mujeres	Rotación de roles en los equipos, rotación de puestos y funciones. Inclusión de deportes alternativos cuyas reglas igualan al alumnado dejando que aspectos como la fuerza pasen a un segundo plano. En la participación en los torneos de los recreos (se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente).	TODAS
Plan de Atención a la Diversidad	Rotación de roles en los equipos, rotación de puestos y funciones. Inclusión de deportes alternativos cuyas reglas igualan al alumnado dejando que aspectos como la fuerza pasen a un segundo plano. En la participación en los juegos alternativos del torneo de los recreos (se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente).	TODAS
Otro: POR UN CENTRO SALUDABLE	Conociendo, identificando y comprendiendo la importancia que tiene una correcta alimentación, así como, el funcionamiento del cuerpo humano y su respuesta al estímulo del ejercicio físico. Participando en los juegos alternativos del torneo de los recreos en cuya actividad se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente.	TODAS



**i) Actividades complementarias y extraescolares.**

<b>Actividades complementarias y extraescolares</b>	<b>Breve descripción de la actividad</b>	<b>Temporalización (indicar la SA donde se realiza)</b>
Senderismo	Actividad física en el medio natural y convivencia en colaboración con el departamento de orientación.	Primer trimestre. Inicio del curso.
Bautismo blanco	Diputación provincial de León. Una única jornada de esquí en la estación de San Isidro.	Segundo trimestre
Recreos activos	Participación en los torneos deportivos del tercer trimestre	Tercer trimestre
Alguna actividad física en el medio natural.	Como medio de convivencia al finalizar el curso y puesta en práctica de las habilidades desarrolladas durante el curso	Tercer trimestre
Jornada de convivencia y multideporte	Como medio de convivencia al finalizar el curso y puesta en práctica de las habilidades desarrolladas durante el curso	Tercer trimestre

**j) Atención a las diferencias individuales del alumnado.**

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<b>Formas de representación</b>	<b>Formas de acción y expresión</b>	<b>Formas de implicación</b>
Proporcionar diferentes opciones para la percepción.  Proporcionar múltiples opciones para el lenguaje, símbolos, expresiones propias de la actividad física y el deporte.  Proporcionar opciones para la comprensión.	Proporcionar opciones para la interacción física.  Proporcionar opciones para la expresión y la comunicación.  Proporcionar opciones para las funciones ejecutivas.	Proporcionar opciones para captar el interés.  Proporcionar opciones para mantener el esfuerzo y la persistencia.  Proporcionar opciones para la auto-regulación.

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<b>Alumnado</b>	<b>Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa</b>	<b>Observaciones</b>
A	Medidas de Refuerzo Educativo	Alumnos con pequeños problemas, que no pueden seguir el ritmo normal de clase o realizar determinados tipos de ejercicios. Por ejemplo, <b>escoliosis</b> . En estos casos se procura ofrecer actividades alternativas y ejercicios



		orientados a posibilitar paliar y mejorar la dolencia. También procuramos que el alumno desarrolle en clase los ejercicios correctivos que le hayan pautado.
B	Medidas de Refuerzo Educativo	El alumnado con patologías como <b>diabetes</b> , deberá administrarse el azúcar en sangre antes y después de la actividad física (sobre todo cuando haya una prueba que suponga una intensidad alta). En el caso del alumnado con <b>asma</b> , hay que insistir en que tengan la medicación a mano durante las clases de EF, así como, darles a conocer la importancia que tiene el ejercicio físico correctamente realizado para disminuir y espaciar las crisis asmáticas.
C	Medidas de Refuerzo Educativo	En el caso de alumnos con <b>problemas físicos (temporales) más incapacitantes</b> , deberán colaborar en aspectos organizativos, de control o recogida de datos. Se valorará si se elimina parte de la práctica que será sustituida por otro tipo de trabajo en forma de "supuestos prácticos" (reflejado en el apartado de evaluación).
D	Medidas de Refuerzo Educativo	Para atender a las <b>distintas capacidades</b> dentro del mismo grupo de alumnos, una de las estrategias más utilizadas es hacer grupos de nivel en función de los aprendizajes que poseen los alumnos/as. A la hora de impartir, por ejemplo, un deporte como baloncesto nos podemos encontrar alumnos que no saben nada y otros que te saben hacer desde una entrada a canasta hasta un bloqueo ya que lo practican a nivel extraescolar. Por ello es muy importante dar respuesta a todos y motivarles ofreciendo distintas tareas y actividades en función de su nivel.
E	Medidas de Refuerzo Educativo	Alumnado con patologías del espectro <b>autista</b> . Situar al alumno cerca, mantener el contacto visual, dividir la ejecución en varias partes diferentes, con materiales más blandos o lo que sea oportuno dependiendo del contenido, acostumbrarle a una rutina



		en las clases que le permita saber qué tiene que hacer y en qué orden, rotar en el trabajo individual, por parejas, pequeño y gran grupo según el contenido y según el estado del alumno en cada clase, proporcionarle más tiempo para la resolución de las tareas, darle la posibilidad de explicarse tanto oralmente como por escrito.
--	--	--

#### **k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.**

Los alumnos tendrán que ir superando pruebas de diversa índole relacionadas con la consecución de los diferentes criterios de evaluación e indicadores de logro que se llevarán a cabo en las diferentes situaciones de aprendizaje planteadas y cuyo porcentaje de calificación queda expresado más adelante. Si el alumno no consigue una valoración positiva de la evaluación, tendrá derecho a recuperar los criterios de evaluación o indicadores de logro no conseguidos, en el siguiente trimestre o al final de curso (será el profesor el encargado de determinar las fechas en función de los criterios de evaluación o indicadores de logro no conseguidos).

Para la realización de las pruebas físicas será obligatorio acudir con la ropa y calzado adecuado. En caso contrario el alumno tendrá una calificación negativa de la prueba.

No se puede faltar a la realización de las pruebas sin justificante médico o realización de llamada de algún familiar que acredite la falta. En caso contrario, la prueba no se repetirá y el alumno tendrá una calificación negativa de la prueba.

#### **PÉRDIDA DE EVALUACIÓN CONTINUA**

Ocurrirá si el alumno tiene un 20% de las faltas sin justificar (más o menos unas 5 al trimestre). Si esto ocurre solo en alguno de los trimestres, el alumno obtendrá automáticamente la calificación negativa de la materia y podrá recuperarla en el siguiente trimestre o al final del curso. En este caso, la mitad de la calificación recaerá sobre los contenidos teóricos y la otra mitad, sobre los prácticos.

Si el alumno ha faltado prácticamente todo el curso y solo asiste al final del último trimestre, deberá presentarse a la **prueba final extraordinaria** porque se entiende que es imposible recuperar todo lo que no ha trabajado diariamente a lo largo de todo el curso escolar o dicho de otro modo, se entiende, que es imposible poder valorar su nivel competencial.

#### **PRUEBA FINAL EXTRAORDINARIA**

El alumnado que no haya obtenido una valoración positiva de sus competencias y/o que su calificación no sea positiva en la tercera evaluación, deberá presentarse a una **prueba final extraordinaria** que consistirán en la superación de los contenidos calificados negativamente durante el curso, a través de diferentes tipos de pruebas e instrumentos de evaluación. Será el profesor/a que imparte la materia en el curso actual, el que determine los detalles de dicha prueba final extraordinaria. No obstante, las pautas generales son las siguientes:

- **Trabajos.** Los alumnos deberán entregar obligatoriamente los trabajos que su profesor/a le haya indicado. Se podrán entregar en mano o telemáticamente.
- **Cuestionarios Google Forms.** Consistirá en la realización de test o cuestionarios referidos a los contenidos, criterios de evaluación e indicadores de logro desarrollados durante el curso. El alumno



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

podrá realizarlos directamente on line o por escrito y seguidamente, entregarlos en mano a su profesor/a.

- **Pruebas físicas, deportivas y de expresión corporal.** Todas ellas similares a las realizadas durante el curso. En el caso de que algún alumno no pudiera realizarlas por impedimento físico, serán sustituidas por la realización **escrita u oral de supuestos prácticos.**

## EVALUACIÓN PARA ATENDER A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

Se otorgará **más importancia al proceso** que a los resultados, valorando prioritariamente la superación y la mejora conseguida.

Se Utilizarán instrumentos de evaluación variados que se adapten a las necesidades de los alumnos.

Se Elaborarán pruebas adecuadas a la realidad del aula.

### PLANES ESPECÍFICOS:

- **DE REFUERZO:** actividades, tareas, ejercicios, proyectos, juegos y deportes en los que los alumnos evaluados con una calificación positiva puedan profundizar, mejorar, perfeccionar tanto los aspectos técnicos, como los tácticos, así como, el conocimiento a cerca de sus orígenes, disciplinas, especialidades, modificaciones reglamentarias, formas de juego, y otros aspectos que sean de interés.
- **DE RECUPERACIÓN:** de aquellos contenidos evaluados de forma negativa durante el curso. Repetición de las pruebas prácticas, escritas u orales en las que el alumno no ha obtenido una calificación positiva y/o diseño y puesta en práctica de otras pruebas similares que se adapten a las necesidades de cada alumno.

### ADAPTACIONES CURRICULARES:

- **NO SIGNIFICATIVAS:**

La OMS (Organización Mundial de la Salud), en su clasificación sobre deficiencias, discapacidades y minusvalías, define a estas últimas como “la situación de desventaja de un individuo determinado, a consecuencia de una deficiencia o discapacidad que le limita o impide el desempeño de un rol que sería normal en su caso”.

Como profesores de enseñanza secundaria puede que nos encontremos condistintos casos de deficiencia: sensorial (visual, auditiva o motriz); mental; y/o de inadaptación social.

Normalmente, salvo casos muy excepcionales, en la materia de educación física todos los alumnos, incluso los que tienen alguna necesidad especial, son capaces de alcanzar los aprendizajes básicos adoptando algunas medidas que afectan básicamente a la metodología y a los instrumentos de evaluación.

## METODOLOGÍA PARA ATENDER A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

La forma de presentar la información debe ser concreta, clara y precisa. Debemos asegurarnos de que los alumnos con dificultades han comprendido las pautas básicas de lo que se quiere conseguir.

Si la tarea es compleja debemos fraccionarla e incidir en los aspectos más importantes desechando informaciones secundarias. Muchas veces una demostración práctica es la mejor manera para que comprendan una tarea.

Se utilizará la modificación del material y de las dimensiones del terreno de juego para facilitar los aprendizajes.

Se promoverá el trabajo recíproco, la ayuda entre compañeros, los agrupamientos variados desde parejas hasta grupos de distinto nivel, lo que favorece el aprendizaje de los alumnos con dificultades ya que los alumnos con más capacidad ayudan a los que tienen menos.



En la presentación de contenidos teóricos, tener en cuenta aquellos que sean más adecuados a las capacidades de estos alumnos y realizar un seguimiento más individual pero sin desatender al resto.

#### EVALUACIÓN DE ALUMNOS CON LESIÓN TEMPORAL

Se les recordará a todos los alumnos, que no existe la figura del alumno exento. Excepto para el alumnado que acredite (y presente en la Dirección del centro antes del día 30 de septiembre) tener la condición de deportista de alto nivel o alto rendimiento o realice estudios superiores de las enseñanzas profesionales de Danza (Orden EDU 1076/2016 de 19 de diciembre).

Los alumnos que tengan alguna patología o lesión temporal que no les permita realizar algunas partes de las sesiones de EF, deberán colaborar en tareas de organización, así como, participar en aquellas actividades que no supongan ningún riesgo para ellos.

La evaluación se adaptará en función de sus circunstancias pudiendo recuperar los indicadores de logro afectados, realizando las pruebas pendientes en trimestres posteriores o a final de curso.

Recordamos que cuando la incapacidad de práctica es total y es conocida ya en el momento de efectuar la matrícula, se debe presentar en la Dirección del centro el **informe médico que así lo acredite**, antes del día 30 de septiembre.

Si es una lesión o enfermedad que aparece a lo largo del curso y se prolonga hasta el final del mismo, la mitad de la calificación se centrará en la elaboración y exposición de trabajos y supuestos prácticos relacionados con esa parte práctica (física) que no puede realizar y la otra mitad con fichas, cuestionarios y pruebas tanto escritas como orales que permitan valorar los indicadores de logro más teóricos.

#### I) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

<i>Indicadores de logro</i>	<i>Instrumentos de evaluación</i>	<i>Momentos en los que se realizará la evaluación</i>	<i>Personas que llevarán a cabo la evaluación</i>
Se tiene en cuenta la evaluación inicial del alumno	Los materiales y recursos didácticos son suficientes y variados para la planificación prevista.	La metodología didáctica tiene en cuenta y se adapta a las características de los alumnos.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los criterios de evaluación y calificación son objetivos y claros y el alumno los entiende (para valorar este parámetro es necesaria la información que nos da el alumno).	Los recursos empleados facilitan el proceso de enseñanza aprendizaje y son coherentes con las posibilidades del centro.	Se consideran metodologías que promueven el papel activo del alumno.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Para cada uno de los criterios de evaluación se indican los indicadores de logro que se consideran como aprendizajes mínimos	Las instalaciones y espacios deportivos son adecuados.	Se usan metodologías de trabajo cooperativo	Los miembros que forman parte del departamento de educación física



para superarlos y las competencias que se desarrollan			
Organización temporal de los contenidos a lo largo del curso, en unidades de trabajo, temas o proyectos	La planificación temporal de las actividades es adecuada.	Importancia de la investigación por parte del alumnado: descubrimiento guiado, resolución de problemas...	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los instrumentos de evaluación quedan asociados a los criterios de evaluación-indicadores de logro y a los contenidos	Organización flexible de los recursos espaciotemporales, agrupamientos y materiales	Se utilizan estrategias y métodos variados para promover la motivación e interés del alumnado.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Hay propuestos sistemas de recuperación para el alumno.		El profesor tiene un trato accesible con el alumnado y es próximo y cercano.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Se utilizan instrumentos y procedimientos de evaluación variados		El profesor promueve un ambiente de trabajo que fomenta el respeto y la colaboración.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los instrumentos y procedimientos son eficaces para valorar el nivel de aprendizaje y las competencias de los alumnos		Se utilizan estrategias para prevenir y, en su caso, resolver posibles conflictos en el aula.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Se analiza el porcentaje de suspensos y de aprobados y se realizan propuestas de mejora		Se supervisa que el alumno trabaje en las debidas condiciones de seguridad y se atiende a las necesarias medidas de prevención de riesgos	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Se tiene en cuenta la evaluación inicial del alumno	Los materiales y recursos didácticos son suficientes y variados para la planificación prevista.	La metodología didáctica tiene en cuenta y se adapta a las características de los alumnos.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Se tiene en cuenta la evaluación inicial del alumno	Los materiales y recursos didácticos son suficientes y variados para la planificación prevista.	La metodología didáctica tiene en cuenta y se adapta a las características de los alumnos.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los criterios de evaluación y calificación son objetivos y claros y el alumno los entiende (para valorar este	Los recursos empleados facilitan el proceso de enseñanza aprendizaje y son coherentes con las posibilidades del centro.	Se consideran metodologías que promueven el papel activo del alumno.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

parámetro es necesaria la información que nos da el alumno).			
Para cada uno de los criterios de evaluación se indican los indicadores de logro que se consideran como aprendizajes mínimos para superarlos y las competencias que se desarrollan	Las instalaciones y espacios deportivos son adecuados.	Se usan metodologías de trabajo cooperativo	Los miembros que forman parte del departamento de educación física

**Propuestas de mejora:**



Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Peso CE</i>	<i>Contenidos de materia</i>	<i>Contenidos transversales</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>SA</i>
1.1 Establecer y ejecutar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	6%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... ficha de análisis</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... ficha TIC</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos subjetivos sencillos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	4,5%	Todos	Todos	<i>Otro: ..... test de condición física</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.3 Empezar a reconocer en sus rutinas diarias errores de aplicación de una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Cuaderno del alumno</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... escala de valoración de habilidades</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.4 Empezar a incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>



				<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.5 Comenzar a adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	4,5%	Todos	Todos	<i>Portfolio</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.6 Conocer los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	4,5%	Todos	Todos	<i>Otro: .....</i> <i>Rúbrica deporte</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
					<i>Heteroevaluación</i>	
				<i>Otro: .....</i> <i>Ficha análisis</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.7 Analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)	4,5%	Todos	Todos	<i>Cuaderno del alumno</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Portfolio</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.8 Explorar diferentes recursos digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	4,5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, analizando, seleccionando y comunicando información relevante y elaborando documentos propios. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	4,5%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: .....</i> <i>Ficha de análisis</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)	6%	Todos	Todos	Otro: ..... Ficha TIC	Heteroevaluación	Todas
				Otro: ..... Test de condición física	Coevaluación	Todas
				Prueba escrita	Heteroevaluación	Todas
2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, con una limitada incertidumbre, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	4,5%	Todos	Todos	Cuaderno del alumno	Coevaluación	Todas
				Guía de observación	Heteroevaluación	Todas
				Otro: ..... Escala de valoración de habilidades	Autoevaluación	Todas
				Prueba oral	Heteroevaluación	Todas
				Registro anecdótico	Coevaluación	Todas
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	4,5%	Todos	Todos	Prueba escrita	Heteroevaluación	Todas
				Portfolio	Coevaluación	Todas
				Prueba oral	Heteroevaluación	Todas



2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución de estas. (CPSAA1, CE2, CE3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica deporte</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	6%	Todos	Todos	<i>Otro: ..... Ficha análisis</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica deportes</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba oral</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
	6%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)				Otro: ..... Ficha de análisis	Heteroevaluación	Todas
				Otro: ..... Ficha TIC	Coevaluación	Todas
				Otro: ..... Rúbrica saber ser y estar	Heteroevaluación	Todas
4.2 Participar en diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	4,5%	Todos	Todos	Guía de observación	Autoevaluación	Todas
				Otro: ..... Escala de habilidades	Heteroevaluación	Todas
4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	4,5%	Todos	Todos	Prueba oral	Autoevaluación	Todas
				Registro anecdótico	Heteroevaluación	Todas
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	4,5%	Todos	Todos	Prueba escrita	Coevaluación	Todas
				Otro: ..... rúbrica saber ser y estar	Heteroevaluación	Todas
				Registro anecdótico	Coevaluación	Todas
5.2 Iniciar la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)	4%	Todos	Todos	Guía de observación	Heteroevaluación	Todas
				Otro: ..... ficha análisis	Autoevaluación	Todas



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

				<i>Otro: ..... rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
--	--	--	--	--	---------------------	--------------



## **ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º DE ESO**

### **A. Vida activa y saludable.**

- A.1. Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura del *core* (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- A.2. Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. Desarrollo de actitudes preventivas.
- A.3. Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.

### **B. Organización y gestión de la actividad física.**

- B.1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- B.3. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.7. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

### **C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- C.1. Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica.
- C.5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto



individualmente como en grupo.

- C.6. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.

**D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- D.1. Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
- D.2. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- D.3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

**E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.
- E.3. Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: Presencia y relevancia de figuras del deporte masculinas y femeninas.

**F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour*, *skate* u otras manifestaciones similares).
- F.4. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.
- F.5. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- F.6. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

**ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO**

- CT1. La comprensión lectora.
- CT2. La expresión oral y escrita.
- CT3. La comunicación audiovisual.
- CT4. La competencia digital.
- CT5. El emprendimiento social y empresarial.
- CT6. El fomento del espíritu crítico y científico.
- CT7. La educación emocional y en valores.
- CT8. La igualdad de género.



CT9. La creatividad

CT10. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.

CT11. Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.

CT12. Educación para la salud.

CT13. La formación estética.

CT14. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable.

CT15. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales.

### PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 2º DE ESO

#### a) Introducción: conceptualización y características de la materia.

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del *Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.*

#### b) Diseño de la evaluación inicial.

<i>Crterios de evaluación</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Número de sesiones</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>Observaciones</i>
1.1	<i>Otro: ..... Ficha sobre ejercicios de calentamiento</i>	3	<i>Heteroevaluación</i>	
2.3	<i>Prueba oral</i>		<i>Coevaluación</i>	
3.2	<i>Prueba práctica</i>	1	<i>Heteroevaluación</i>	
			<i>Autoevaluación</i>	

#### c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

#### d) Metodología didáctica.

##### **Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):**

Se partirá siempre del bagaje motor que hayan obtenido los alumnos anteriormente consolidando y ampliando los conocimientos, capacidades y habilidades para seguir construyendo **aprendizajes significativos**.

Una actividad intensa y experimental derivada del proceso de enseñanza-aprendizaje y con una **participación más activa** de los alumnos junto con el profesor en su diseño y organización posibilitará la consecución de los objetivos del área.



En el desarrollo de las sesiones de E. Física las opciones metodológicas del profesor no han de reducirse a una única forma de aplicación, sino que existirá diversidad de formas de impartir la enseñanza de los contenidos y que cada profesor adaptará en cada caso, según el tipo de tarea que esté desarrollando en la sesión.

Se pretende llegar a una **diversificación de los métodos de trabajo** y utilizar el más adecuado a la situación concreta.

Nuestra visión de la Educación Física implica una **metodología inductiva**, que parte de la experiencia y de la **exploración** de la práctica motriz, y de las preguntas y las sugerencias que vamos planteando al alumno. De este modo, irán comprendiendo mucho mejor el conocimiento que queremos transmitir, ya que estará apoyado en sus experiencias. Solo en algunos casos, cuando los alumnos se muestren con miedo a la hora de tomar decisiones sobre alguna acción motriz concreta, nos acercaremos a una **metodología directiva** para, a través de ella, infundirles confianza y **seguridad**.

#### METODOLOGÍA ON-LINE:

- Utilización de la plataforma Microsoft Teams y Aula Virtual para la comunicación con el alumnado, el envío y recepción de tareas, el uso de las tecnologías y el ahorro y manipulación de papel.
- Google Forms y Google Drive para la elaboración de cuestionarios on line.
- App Genially para la elaboración de presentaciones digitales.

#### ***Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:***

El enfoque multidisciplinar del proceso educativo exige y requiere la **flexibilidad** en el uso de espacios, tiempos y agrupamientos.

La organización del aula debe favorecer procesos de **diálogo**, de trabajo **individual, grupal**, colaborativo, etc. La distribución variable y móvil de los espacios y la **diversidad de agrupamientos** aportan un flujo de comunicación real entre alumnado y profesorado.

En cuanto a la estructura de la sesión, partimos de la premisa de que el alumno asuma un desempeño activo la mayor parte del tiempo. Así, la **estructura de las sesiones** será muy variada. Desde el sistema clásico de inicio de clase activación, parte principal y vuelta a la calma, hasta la clase invertida en la que el trabajo individual o algunos procesos de aprendizaje se transfieren fuera del aula y se reserva el tiempo en el aula para dinamizar el intercambio y trabajo de aplicación y colaborativo.

#### **e) Secuencia de unidades temporales de programación.**

	<b>Título</b>	<b>Fechas y sesiones</b>
<b>PRIMER TRIMESTRE</b>	SA 1: <i>El calentamiento general y la CF</i>	Septiembre-octubre 10
	SA 2: <i>Me pongo fuerte y realizo test de CF</i>	
	SA 3: <i>Iniciación al bádminton</i>	Octubre-noviembre 8
	SA 4: <i>Voy cogiendo velocidad</i>	Noviembre-diciembre 5
<b>SEGUNDO TRIMESTRE</b>	SA 5: <i>Acrobacias con soporte musical</i>	Diciembre-enero 10
	SA 6: <i>Juegos cooperativos de red (pinfuvote, indiaca)</i>	Enero-Febrero 8
	SA 7: <i>Control de pulsaciones y regulación del ejercicio físico</i>	
	SA 8: <i>Datchaball y copbol coeducación y diversión</i>	Febrero-Marzo 4
<b>TERCER TRIMESTRE</b>	SA 9: <i>Actividad física saludable chequeo mediante test CF</i>	Abril 5
	SA 10: <i>Iniciación al balonmano</i>	Abril-mayo 8
	SA 11: <i>El senderismo</i>	Mayo-junio 4
	SA 12: <i>Refuerzo y recuperación</i>	Junio 3-4



**f) En su caso, concreción de proyectos significativos.**

<i>Título</i>	<i>Temporalización por trimestres</i>	<i>Tipo de aprendizaje</i>	<i>Materia / Materias</i>
“Por un centro saludable” Recreos activos (torneos deportes alternativos)	<b>3º trimestre</b>	Disciplinar	Educación física
Plan de fomento de la lectura	<b>Todo el curso</b>	Disciplinar	Educación física

El proyecto, **Por un centro saludable**, se enmarca en las medidas que promueven un estilo de vida activo. Desde la materia de educación física se va a trabajar para ello a través de la organización de **torneos en los recreos**. Los alumnos de 1º de bachillerato deben trabajar este contenido como organizadores para todo el alumnado del centro que quiera participar. Se van a proponer juegos y deportes alternativos en los que prime la cooperación por encima de la competición, equipos mixtos por encima de solo del mismo sexo y que se precise la participación tanto de los más hábiles como de los que no lo son tanto mediante reglas como, por ejemplo, “que cada jugador solo pueda tocar una vez (seguida) el balón”, así, todos deberán estar atentos para seguir el juego, tocando alternativamente el balón para conseguir el objetivo común. El alumnado que se implique en este proyecto podrá obtener hasta **1 punto adicional** en su nota.

En cuanto al Plan de **fomento de la lectura**, aunque a través de la materia de educación física (eminentemente práctica y cuyo desarrollo tiene lugar al aire libre o en el gimnasio sin sillas ni mesas) se fomentará recompensando con hasta **1 punto adicional** a los alumnos que lean determinados artículos que tienen que ver con la actividad física y el deporte en sus diferentes ámbitos. De esta forma creemos que los alumnos se pueden animar más a leer, sin ser obligatorio, pero sí atractivo porque van a poder elegir entre diferentes temáticas acordes con sus gustos e intereses y además pueden obtener un extra en la nota. El departamento seleccionará artículos de prensa que tratan diferentes contenidos como el tabaco y el alcohol, el deporte y la violencia, la importancia de la mujer en el deporte, la obesidad, etc., sin perjuicio de cualquier otro que el alumno pueda seleccionar.

**g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.**

	<i>Materiales</i>	<i>Recursos</i>
<i>Impresos</i>	Artículos periodísticos de interés para la materia	Periódicos, revistas y recursos similares.
<i>Digitales e informáticos</i>	Correo electrónico corporativo, Teams, STILUS familias y/o lesfácil	Ordenador de sobremesa, ordenador portátil, panel digital
<i>Medios audiovisuales y multimedia</i>	Música específica para construcción de coreografías, Course Navette, TABATA, etc.	Reproductor de cd, usb, bluetooth, altavoz.
<i>Manipulativos</i>	Aros, cuerdas, balones medicinales, de voleibol, de baloncesto, de balonmano, de fútbol, de espuma, de plástico, palas, raquetas, bandas	Cuatro mesas y dos sillas (de aula).



	elásticas, mancuernas, picas, minivallas, porterías floorball, pelotas y sticks floorbal, bancos suecos, colchonetas y esterillas.	
<b>Otros</b>	Espalderas, un encerado y sendos tableros de baloncesto anclados a la pared.	Instalaciones deportivas:  Una pista polideportiva <b>cubierta</b> (28x15m) que cuenta con vestuarios y aseos femenino y masculino, cuarto de material, cuarto de limpieza, cuarto con aseo para el profesor.  Dos canchas al <b>aire libre</b> . Una de 20x40m y la otra de 28x15m

**h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.**

<b>Planes, programas y proyectos</b>	<b>Implicaciones de carácter general desde la materia</b>	<b>Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)</b>
Plan de Lectura	Se recompensará con hasta 1p adicional al alumnado que, voluntariamente, lea una serie de artículos relacionados con la actividad física y el deporte. De esta forma creemos que los alumnos se pueden animar más a leer sin ser obligatorio, pero sí atractivo porque van a poder elegir distintas temáticas acordes con su edad, intereses etc., y así obtener un extra en su calificación.	TODAS
Plan de Convivencia	Mediante el fomento y desarrollo de una actitud cooperativa en las diferentes actividades, especialmente en la práctica deportiva y en el torneo de los recreos (en cuya actividad se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente), demostrando capacidad para ayudar, respeto y diálogo.	TODAS
Plan de fomento de la igualdad entre hombres y mujeres	Rotación de roles en los equipos, rotación de puestos y funciones. Inclusión de deportes alternativos cuyas reglas igualan al alumnado dejando que aspectos como la fuerza pasen a un segundo plano. En la participación en los torneos de los recreos (se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente).	TODAS
Plan de Atención a la Diversidad	Rotación de roles en los equipos, rotación de puestos y funciones. Inclusión de deportes alternativos cuyas reglas igualan al alumnado dejando que aspectos como	TODAS



	la fuerza pasen a un segundo plano. En la participación en los juegos alternativos del torneo de los recreos (se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente).	
Otro: POR UN CENTRO SALUDABLE	Conociendo, identificando y comprendiendo la importancia que tiene una correcta alimentación, así como, el funcionamiento del cuerpo humano y su respuesta al estímulo del ejercicio físico. Participando en los juegos alternativos del torneo de los recreos en cuya actividad se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente.	TODAS

**i) Actividades complementarias y extraescolares.**

<b>Actividades complementarias y extraescolares</b>	<b>Breve descripción de la actividad</b>	<b>Temporalización (indicar la SA donde se realiza)</b>
Senderismo	Actividad física en el medio natural coincidiendo y colaborando con el departamento de Orientación pues realizan esta actividad para favorecer la cohesión de grupo al inicio de cada curso.	Primer trimestre
Bautismo blanco	Diputación provincial de León. Una única jornada de esquí.	Segundo trimestre
Recreos activos	Participación en los torneos de los recreos del mes de mayo	Tercer trimestre
Espectáculos artístico-deportivos, charlas de interés para la materia, talleres	Aprovechar la oportunidad de asistir a este tipo de eventos si se dieran las circunstancias.	Todo el curso
Jornada multideporte y convivencia	Participación en diferentes tipos de actividades físico-deportivas en las instalaciones públicas bañezanas como jornada final de curso de convivencia y puesta en práctica de habilidades desarrolladas durante el curso.	Tercer trimestre

**j) Atención a las diferencias individuales del alumnado.**

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<b>Formas de representación</b>	<b>Formas de acción y expresión</b>	<b>Formas de implicación</b>
---------------------------------	-------------------------------------	------------------------------



Proporcionar diferentes opciones para la percepción.	Proporcionar opciones para la interacción física.	Proporcionar opciones para captar el interés.
Proporcionar múltiples opciones para el lenguaje, símbolos, expresiones propias de la actividad física y el deporte.	Proporcionar opciones para la expresión y la comunicación.	Proporcionar opciones para mantener el esfuerzo y la persistencia.
Proporcionar opciones para la comprensión.	Proporcionar opciones para las funciones ejecutivas.	Proporcionar opciones para la auto-regulación.

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<b>Alumnado</b>	<b>Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa</b>	<b>Observaciones</b>
A	Medidas de Refuerzo Educativo	Alumnos con pequeños problemas, que no pueden seguir el ritmo normal de clase o realizar determinados tipos de ejercicios. Por ejemplo, <b>escoliosis</b> . En estos casos se procura ofrecer actividades alternativas y ejercicios orientados a posibilitar paliar y mejorar la dolencia. También procuramos que el alumno desarrolle en clase los ejercicios correctivos que le hayan pautado.
B	Medidas de Refuerzo Educativo	El alumnado con patologías como <b>diabetes</b> , deberá administrarse el azúcar en sangre antes y después de la actividad física (sobre todo cuando haya una prueba que suponga una intensidad alta). En el caso del alumnado con <b>asma</b> , hay que insistir en que tengan la medicación a mano durante las clases de EF, así como, darles a conocer la importancia que tiene el ejercicio físico correctamente realizado para disminuir y espaciar las crisis asmáticas.
C	Medidas de Refuerzo Educativo	En el caso de alumnos con <b>problemas físicos (temporales) más incapacitantes</b> , deberán colaborar en aspectos organizativos, de control o recogida de datos. Se valorará si se elimina parte de la práctica que será sustituida por otro tipo de trabajo en forma de "supuestos prácticos" (reflejado en el apartado de evaluación).
D	Medidas de Refuerzo Educativo	Para atender a las <b>distintas capacidades</b> dentro del mismo grupo



		de alumnos, una de las estrategias más utilizadas es hacer grupos de nivel en función de los aprendizajes que poseen los alumnos/as. A la hora de impartir, por ejemplo, un deporte como baloncesto nos podemos encontrar alumnos que no saben nada y otros que te saben hacer desde una entrada a canasta hasta un bloqueo ya que lo practican a nivel extraescolar. Por ello es muy importante dar respuesta a todos y motivarles ofreciendo distintas tareas y actividades en función de su nivel.
E	Medidas de Refuerzo Educativo	Alumnado con patologías del espectro <b>autista</b> . Situar al alumno cerca, mantener el contacto visual, dividir la ejecución en varias partes diferentes, con materiales más blandos o lo que sea oportuno dependiendo del contenido, acostumbrarle a una rutina en las clases que le permita saber qué tiene que hacer y en qué orden, rotar en el trabajo individual, por parejas, pequeño y gran grupo según el contenido y según el estado del alumno en cada clase, proporcionarle más tiempo para la resolución de las tareas, darle la posibilidad de explicarse tanto oralmente como por escrito.

#### **k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.**

Los alumnos tendrán que ir superando pruebas de diversa índole relacionadas con la consecución de los diferentes criterios de evaluación e indicadores de logro que se llevarán a cabo en las diferentes situaciones de aprendizaje planteadas y cuyo porcentaje de calificación queda expresado más adelante. Si el alumno no consigue una valoración positiva de la evaluación, tendrá derecho a recuperar los criterios de evaluación o indicadores de logro no conseguidos, en el siguiente trimestre o al final de curso (será el profesor el encargado de determinar las fechas en función de los criterios de evaluación o indicadores de logro no conseguidos).

Para la realización de las pruebas físicas será obligatorio acudir con la ropa y calzado adecuado. En caso contrario el alumno tendrá una calificación negativa de la prueba.

No se puede faltar a la realización de las pruebas sin justificante médico o realización de llamada de algún familiar que acredite la falta. En caso contrario, la prueba no se repetirá y el alumno tendrá una calificación negativa de la prueba.

#### **PÉRDIDA DE EVALUACIÓN CONTINUA**

Ocurrirá si el alumno tiene un 20% de las faltas sin justificar (más o menos unas 5 al trimestre). Si esto ocurre solo en alguno de los trimestres, el alumno obtendrá automáticamente la calificación negativa de la materia y



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

podrá recuperarla en el siguiente trimestre o al final del curso. En este caso, la mitad de la calificación recaerá sobre los contenidos teóricos y la otra mitad, sobre los prácticos.

Si el alumno ha faltado prácticamente todo el curso y solo asiste al final del último trimestre, deberá presentarse a la **prueba final extraordinaria** porque se entiende que es imposible recuperar todo lo que no ha trabajado diariamente a lo largo de todo el curso escolar o dicho de otro modo, se entiende, que es imposible poder valorar su nivel competencial.

## RECUPERACIÓN DE LA MATERIA PENDIENTE DEL CURSO ANTERIOR

Los alumnos con educación física pendiente del curso anterior conseguirán una calificación positiva en esa materia pendiente, sí también consiguen una calificación positiva (al final del curso) en la materia de la que están matriculados en el curso actual.

## PRUEBA FINAL EXTRAORDINARIA

El alumnado que no haya obtenido una valoración positiva de sus competencias y/o que su calificación no sea positiva en la tercera evaluación, deberá presentarse a una **prueba final extraordinaria** que consistirán en la superación de los contenidos calificados negativamente durante el curso, a través de diferentes tipos de pruebas e instrumentos de evaluación. Será el profesor/a que imparte la materia en el curso actual, el que determine los detalles de dicha prueba final extraordinaria. No obstante, las pautas generales son las siguientes:

- **Trabajos.** Los alumnos deberán entregar obligatoriamente los trabajos que su profesor/a les haya indicado. Se podrán entregar en mano o telemáticamente.
- **Cuestionarios Google Forms.** Consistirá en la realización de test o cuestionarios referidos a los contenidos, criterios de evaluación e indicadores de logro desarrollados durante el curso. El alumno podrá realizarlos directamente on line o por escrito y seguidamente, entregarlos en mano a su profesor/a.
- **Pruebas físicas, deportivas y de expresión corporal.** Todas ellas similares a las realizadas durante el curso. En el caso de que algún alumno no pudiera realizarlas por impedimento físico, serán sustituidas por la realización **escrita u oral de supuestos prácticos.**

## EVALUACIÓN PARA ATENDER A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

Se otorgará **más importancia al proceso** que a los resultados, valorando prioritariamente la superación y la mejora conseguida.

Se Utilizarán instrumentos de evaluación variados que se adapten a las necesidades de los alumnos.

Se Elaborarán pruebas adecuadas a la realidad del aula.

## PLANES ESPECÍFICOS:

- **DE REFUERZO:** actividades, tareas, ejercicios, proyectos, juegos y deportes en los que los alumnos evaluados con una calificación positiva puedan profundizar, mejorar, perfeccionar tanto los aspectos técnicos, como los tácticos, así como, el conocimiento a cerca de sus orígenes, disciplinas, especialidades, modificaciones reglamentarias, formas de juego, y otros aspectos que sean de interés.
- **DE RECUPERACIÓN:** de aquellos contenidos evaluados de forma negativa durante el curso. Repetición de las pruebas prácticas, escritas u orales en las que el alumno no ha obtenido una calificación positiva



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

y/o diseño y puesta en práctica de otras pruebas similares que se adapten a las necesidades de cada alumno.

## ADAPTACIONES CURRICULARES:

- **NO SIGNIFICATIVAS:**

La OMS (Organización Mundial de la Salud), en su clasificación sobre deficiencias, discapacidades y minusvalías, define a estas últimas como “la situación de desventaja de un individuo determinado, a consecuencia de una deficiencia o discapacidad que le limita o impide el desempeño de un rol que sería normal en su caso”.

Como profesores de enseñanza secundaria puede que nos encontremos condistintos casos de deficiencia: sensorial (visual, auditiva o motriz); mental; y/o de inadaptación social.

Normalmente, salvo casos muy excepcionales, en la materia de educación física todos los alumnos, incluso los que tienen alguna necesidad especial, son capaces de alcanzar los aprendizajes básicos adoptando algunas medidas que afectan básicamente a la metodología y a los instrumentos de evaluación.

## METODOLOGÍA PARA ATENDER A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

La forma de presentar la información debe ser concreta, clara y precisa. Debemos asegurarnos de que los alumnos con dificultades han comprendido las pautas básicas de lo que se quiere conseguir.

Si la tarea es compleja debemos fraccionarla e incidir en los aspectos más importantes desechando informaciones secundarias. Muchas veces una demostración práctica es la mejor manera para que comprendan una tarea.

Se utilizará la modificación del material y de las dimensiones del terreno de juego para facilitar los aprendizajes. Se promoverá el trabajo recíproco, la ayuda entre compañeros, los agrupamientos variados desde parejas hasta grupos de distinto nivel, lo que favorece el aprendizaje de los alumnos con dificultades ya que los alumnos con más capacidad ayudan a los que tienen menos.

En la presentación de contenidos teóricos, tener en cuenta aquellos que sean más adecuados a las capacidades de estos alumnos y realizar un seguimiento más individual, pero sin desatender al resto.

## EVALUACIÓN DE ALUMNOS CON LESIÓN TEMPORAL

Se les recordará a todos los alumnos que no existe la figura del alumno exento. Excepto para los alumnos que acrediten (y presente en la Dirección del centro antes del día 30 de septiembre) tener la condición de deportista de alto nivel o alto rendimiento o realicen estudios superiores de las enseñanzas profesionales de Danza (Orden EDU 1076/2016 de 19 de diciembre).

Los alumnos que tengan alguna patología o lesión temporal que no les permita realizar algunas partes de las sesiones de EF, deberán colaborar en tareas de organización, así como, participar en aquellas actividades que no supongan ningún riesgo para ellos.

La evaluación se adaptará en función de sus circunstancias, pudiendo recuperar los indicadores de logro afectados en trimestres posteriores o a final de curso.

Recordamos que cuando la incapacidad de práctica es total y es conocida ya en el momento de efectuar la matrícula, se debe presentar en la Dirección del centro el **informe médico que así lo acredite**, antes del día 30 de septiembre.

Si es una lesión o enfermedad que aparece a lo largo del curso y se prolonga hasta el final del mismo, la mitad de la calificación se centrará en la elaboración y exposición de trabajos y supuestos prácticos relacionados con



esa parte práctica (física) que no puede realizar y la otra mitad con fichas, cuestionarios y pruebas tanto escritas como orales que permitan valorar los indicadores de logro más teóricos.

## I) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

<i>Indicadores de logro</i>	<i>Instrumentos de evaluación</i>	<i>Momentos en los que se realizará la evaluación</i>	<i>Personas que llevarán a cabo la evaluación</i>
Se tiene en cuenta la evaluación inicial del alumno	Los materiales y recursos didácticos son suficientes y variados para la planificación prevista.	La metodología didáctica tiene en cuenta y se adapta a las características de los alumnos.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los criterios de evaluación y calificación son objetivos y claros y el alumno los entiende (para valorar este parámetro es necesaria la información que nos da el alumno).	Los recursos empleados facilitan el proceso de enseñanza aprendizaje y son coherentes con las posibilidades del centro.	Se consideran metodologías que promueven el papel activo del alumno.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Para cada uno de los criterios de evaluación se indican los indicadores de logro que se consideran como aprendizajes mínimos para superarlos y las competencias que se desarrollan	Las instalaciones y espacios deportivos son adecuados.	Se usan metodologías de trabajo cooperativo	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Organización temporal de los contenidos a lo largo del curso, en unidades de trabajo, temas o proyectos	La planificación temporal de las actividades es adecuada.	Importancia de la investigación por parte del alumnado: descubrimiento guiado, resolución de problemas...	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los instrumentos de evaluación quedan asociados a los criterios de evaluación-indicadores de logro y a los contenidos	Organización flexible de los recursos espaciotemporales, agrupamientos y materiales	Se utilizan estrategias y métodos variados para promover la motivación e interés del alumnado.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Hay propuestos sistemas de recuperación para el alumno.		El profesor tiene un trato accesible con el alumnado y es próximo y cercano.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Se utilizan instrumentos y procedimientos de evaluación variados		El profesor promueve un ambiente de trabajo que fomenta el respeto y la colaboración.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

Los instrumentos y procedimientos son eficaces para valorar el nivel de aprendizaje y las competencias de los alumnos		Se utilizan estrategias para prevenir y, en su caso, resolver posibles conflictos en el aula.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Se analiza el porcentaje de suspensos y de aprobados y se realizan propuestas de mejora		Se supervisa que el alumno trabaje en las debidas condiciones de seguridad y se atiende a las necesarias medidas de prevención de riesgos	Los miembros que forman parte del departamento de educación física

***Propuestas de mejora:***



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

<i><b>Criterios de evaluación</b></i>	<i><b>Peso CE</b></i>	<i><b>Contenidos de materia</b></i>	<i><b>Contenidos transversales</b></i>	<i><b>Instrumento de evaluación</b></i>	<i><b>Agente evaluador</b></i>	<i><b>SA</b></i>
1.1 Organizar y complementar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	6%	Todos	Todos	Guía de observación	Heteroevaluación	Todas
				Otro: ..... ficha de análisis	Coevaluación	Todas
				Otro: ..... ficha TIC	Heteroevaluación	Todas
1.2 Incorporar con autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos variados de control de la intensidad de las actividades. (STEM1, STEM5)	4,5%	Todos	Todos	Otro: ..... test de condición física	Coevaluación	Todas
1.3 Empezar a introducir en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	4,5%	Todos	Todos	Prueba escrita	Heteroevaluación	Todas
				Cuaderno del alumno	Autoevaluación	Todas
				Guía de observación	Heteroevaluación	Todas
				Otro: ..... escala de valoración de habilidades	Coevaluación	Todas
1.4 Incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)	4,5%	Todos	Todos	Prueba oral	Heteroevaluación	Todas
				Registro anecdótico	Coevaluación	Todas
				Prueba escrita	Heteroevaluación	Todas



1.5 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	4,5%	Todos	Todos	Portfolio	Autoevaluación	Todas
				Prueba oral	Heteroevaluación	Todas
				Registro anecdótico	Coevaluación	Todas
1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	4,5%	Todos	Todos	Otro: .....	Autoevaluación	Todas
				Rúbrica deporte	Heteroevaluación	
				Otro: .....	Coevaluación	Todas
				Ficha análisis		
Guía de observación	Heteroevaluación	Todas				
1.7 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)	4,5%	Todos	Todos	Cuaderno del alumno	Autoevaluación	Todas
				Guía de observación	Heteroevaluación	Todas
				Portfolio	Coevaluación	Todas
				Prueba oral	Heteroevaluación	Todas
1.8 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	4,5%	Todos	Todos	Registro anecdótico	Coevaluación	Todas
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando, seleccionando y comunicando información relevante, elaborando documentos propios y haciendo exposiciones y argumentaciones de estos. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	4,5%	Todos	Todos	Guía de observación	Heteroevaluación	Todas
				Otro: .....	Autoevaluación	Todas
				Ficha de análisis		



2.1 Desarrollar de manera progresivamente autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)	6%	Todos	Todos	Otro: ..... Ficha TIC	Heteroevaluación	Todas
				Otro: ..... Test de condición física	Coevaluación	Todas
				Prueba escrita	Heteroevaluación	Todas
2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	4,5%	Todos	Todos	Cuaderno del alumno	Coevaluación	Todas
				Guía de observación	Heteroevaluación	Todas
				Otro: ..... Escala de valoración de habilidades	Autoevaluación	Todas
				Prueba oral	Heteroevaluación	Todas
				Registro anecdótico	Coevaluación	Todas
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio	4,5%	Todos	Todos	Prueba escrita	Heteroevaluación	Todas
				Portfolio	Coevaluación	Todas



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

vivencial con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)				<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades. (CPSAA1, CE2, CE3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica deporte</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	6%	Todos	Todos	<i>Otro: ..... Ficha análisis</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica deportes</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba oral</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>



<p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)</p>	4,5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
<p>4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. (CC2, CC3, CEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	6%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Ficha de análisis</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Ficha TIC</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
<p>4.2 Experimentar y analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	4,5%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Escala de habilidades</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
<p>4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión</p>	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba oral</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba escrita</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)	4%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... ficha análisis</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>



## **ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 2º DE ESO**

### **A. Vida activa y saludable.**

- A.1. Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias, de relajación y su aplicación. Musculatura del *core* (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento y su relación con el mantenimiento de la postura. Reconocimiento de posturas incorrectas propias y su corrección. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- A.2. Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. Desarrollo de actitudes preventivas.
- A.3. Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.

### **B. Organización y gestión de la actividad física.**

- B.1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- B.3. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación y coevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.7. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

### **C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- C.1. Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica.
- C.5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- C.6. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.

## **D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- D.1. Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
- D.2. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- D.3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

## **E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación y dramatización.
- E.3. Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos, etc.).
- E.5. Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

## **F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour*, *skate* u otras manifestaciones similares).
- F.4. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.
- F.5. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- F.6. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.



## ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO

Remitimos al mismo anexo II ya recogido al final de la programación de 1º ESO al ser igual para todos los niveles educativos de la etapa.

### PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 3º DE ESO

**a) Introducción: conceptualización y características de la materia.**

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del *Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.*

**b) Diseño de la evaluación inicial.**

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Número de sesiones</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>Observaciones</i>
2.2	<i>Prueba escrita</i>	1	<i>Heteroevaluación</i>	
3.1	<i>Otro: ..... Escala de actitudes</i>	3	<i>Coevaluación</i>	
4.2	<i>Portfolio</i>	3	<i>Autoevaluación</i>	
5.1	<i>Otro: ..... Rubrica de deportes</i>	3	<i>Heteroevaluación</i>	

**c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.**

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

**d) Metodología didáctica.**

***Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):***

Se tendrán en cuenta los siguientes principios metodológicos de centro:

- Construcción de aprendizajes significativos.
- Adaptabilidad y atención a la diversidad.
- Motivación del alumnado y del profesorado.
- Cooperación, respeto, inclusión y coeducación.

**MÉTODOS TRADICIONALES:**

- Mando directo para el aprendizaje de gestos técnicos, corrección de posiciones en diferentes ejercicios.
- Asignación de tareas para la elaboración de algunas actividades como, por ejemplo, los circuitos de condición física.

**MÉTODOS ACTIVOS (BASADOS EN EL APRENDIZAJE COOPERATIVO)**



- Descubrimiento guiado para la resolución de planteamientos tácticos de juego y para la elaboración y puesta en práctica de programas de entrenamiento.
- Resolución de problemas en la creación de coreografías grupales, diseño de calentamientos o creación de ejercicios, sesiones de entrenamiento, organización de competiciones deportivas.
- Enseñanza recíproca para la coevaluación con un compañero en relación al modelo técnico planteado.

#### METODOLOGÍA ON-LINE:

- Utilización de la plataforma Microsoft Teams y Aula Virtual para la comunicación con el alumnado, el envío y recepción de tareas, el uso de las tecnologías y el ahorro y manipulación de papel.
- Google Forms y Google Drive para la elaboración de cuestionarios on line.
- App Genially para la elaboración de presentaciones digitales.

#### ***Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:***

El enfoque multidisciplinar del proceso educativo exige y requiere la **flexibilidad** en el uso de espacios, tiempos y agrupamientos.

La organización del aula debe favorecer procesos de **diálogo**, de trabajo **individual, grupal**, colaborativo, etc. La distribución variable y movable de los espacios y la **diversidad de agrupamientos** aportan un flujo de comunicación real entre alumnado y profesorado.

En cuanto a la estructura de la sesión, partimos de la premisa de que el alumno asuma un desempeño activo la mayor parte del tiempo. Así, la **estructura de las sesiones** será muy variada. Desde el sistema clásico de inicio de clase activación, parte principal y vuelta a la calma, hasta la clase invertida en la que el trabajo individual o algunos procesos de aprendizaje se transfieren fuera del aula y se reserva el tiempo en el aula para dinamizar el intercambio y trabajo de aplicación y colaborativo.

#### e) Secuencia de unidades temporales de programación.

	<b>Título</b>	<b>Fechas y sesiones</b>
<b>PRIMER TRIMESTRE</b>	SA 1: Superando retos COOPERATIVOS	Septiembre-octubre. 13 sesiones
	SA 2: Diseño mi FUERZA	
	SA 3: Diseño mi DIETA	
<b>SEGUNDO TRIMESTRE</b>	SA 4: Goubak League	Enero. 6 sesiones
	SA 5: Badminton	Enero-febrero. 7 sesiones
	SA 6: Dance Challenge	Febrero. 10 sesiones
<b>TERCER TRIMESTRE</b>	SA 7: Atletismo Resistencia	Abril. 4 sesiones
	SA 8: Escalando mi entorno	Abril-mayo. 4 sesiones
	SA 9: Gimnasyum	Mayo. 6 sesiones
	SA 10: Orientación y primeros auxilios en el medio natural	Mayo-junio. 4 sesiones

#### f) En su caso, concreción de proyectos significativos.

<b>Título</b>	<b>Temporalización por trimestres</b>	<b>Tipo de aprendizaje</b>	<b>Materia / Materias</b>
"Congreso de Nutrición"	<b>1º trimestre</b>	Disciplinar	Educación física
"Por un centro saludable"	<b>3º trimestre</b>	Disciplinar	Educación física



Recreos activos (torneos deportes alternativos)			
Plan de fomento de la lectura	<b>Todo el curso</b>	Disciplinar	Educación física

El proyecto "**Congreso de Nutrición: Desmitificando la Alimentación**" busca fomentar el aprendizaje crítico y colaborativo entre los alumnos de 3º de la ESO mediante la investigación y exposición de mitos nutricionales. Los estudiantes, organizados en grupos, investigarán la veracidad de creencias populares relacionadas con la alimentación, trabajando de manera interdisciplinar con los departamentos de Biología y Lengua. El objetivo es desarrollar sus habilidades de investigación científica, pensamiento crítico y comunicación, culminando en la organización de un congreso escolar donde presentarán sus conclusiones a sus compañeros, docentes y familiares. Este proyecto no solo promoverá el conocimiento sobre nutrición, sino también el trabajo en equipo, la exposición oral y el uso de herramientas tecnológicas, preparando a los alumnos para transmitir información de forma clara y fundamentada.

El proyecto **Por un centro saludable** se enmarca en las medidas que promueven un estilo de vida activo. Desde la materia de educación física se va a trabajar para ello a través de la organización de **torneos en los recreos**. Los alumnos de 1º de bachillerato deben trabajar este contenido como organizadores para todo el alumnado del centro que quiera participar. Se van a proponer juegos y deportes alternativos en los que prime la cooperación por encima de la competición, equipos mixtos por encima de solo del mismo sexo y que se precise la participación tanto de los más hábiles como de los que no lo son tanto mediante reglas como, por ejemplo, "que cada jugador solo pueda tocar una vez (seguida) el balón", así, todos deberán estar atentos para seguir el juego, tocando alternativamente el balón para conseguir el objetivo común. El alumnado que se implique en este proyecto podrá obtener hasta **1 punto adicional** en su nota.

En cuanto al Plan de **fomento de la lectura**, aunque a través de la materia de educación física (eminentemente práctica y cuyo desarrollo tiene lugar al aire libre o en el gimnasio sin sillas ni mesas) se fomentará recompensando con hasta **1 punto adicional** a los alumnos que lean determinados artículos que tienen que ver con la actividad física y el deporte en sus diferentes ámbitos. De esta forma creemos que los alumnos se pueden animar más a leer, sin ser obligatorio, pero sí atractivo porque van a poder elegir entre diferentes temáticas acordes con sus gustos e intereses y además pueden obtener un extra en la nota. El departamento seleccionará artículos de prensa que tratan diferentes contenidos como el tabaco y el alcohol, el deporte y la violencia, la importancia de la mujer en el deporte, la obesidad, etc., sin perjuicio de cualquier otro que el alumno pueda seleccionar.

**g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.**

	<b>Materiales</b>	<b>Recursos</b>
<b>Impresos</b>	Artículos periodísticos de interés para la materia	Periódicos, revistas y recursos similares.
<b>Digitales e informáticos</b>	Correo electrónico corporativo, Teams, STILUS familias y/o lesfácil	Ordenador de sobremesa, ordenador portátil, panel digital



<b>Medios audiovisuales y multimedia</b>	Música específica para construcción de coreografías, Course Navette, TABATA, etc.	Reproductor de cd, usb, bluetooth, altavoz.
<b>Manipulativos</b>	Aros, cuerdas, balones medicinales, de voleibol, de baloncesto, de balonmano, de fútbol, de espuma, de plástico, palas, raquetas, bandas elásticas, mancuernas, picas, minivallas, porterías floorball, pelotas y sticks floorbal, bancos suecos, colchonetas y esterillas.	Cuatro mesas y dos sillas (de aula).
<b>Otros</b>	Espalderas, un encerado y sendos tableros de baloncesto anclados a la pared.	Instalaciones deportivas:  Una pista polideportiva <b>cubierta</b> (28x15m) que cuenta con vestuarios y aseos femenino y masculino, cuarto de material, cuarto de limpieza, cuarto con aseo para el profesor.  Dos canchas al <b>aire libre</b> . Una de 20x40m y la otra de 28x15m

**h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.**

<b>Planes, programas y proyectos</b>	<b>Implicaciones de carácter general desde la materia</b>	<b>Temporalización</b> <i>(indicar la SA donde se trabaja)</i>
Plan de Lectura	Se recompensará con hasta 1p adicional al alumnado que, voluntariamente, lea una serie de artículos relacionados con la actividad física y el deporte. De esta forma creemos que los alumnos se pueden animar más a leer sin ser obligatorio, pero sí atractivo porque van a poder elegir distintas temáticas acordes con su edad, intereses etc., y así obtener un extra en su calificación.	TODAS
Plan de Convivencia	Mediante el fomento y desarrollo de una actitud cooperativa en las diferentes actividades, especialmente en la práctica deportiva y en el torneo de los recreos (en cuya actividad se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente), demostrando capacidad para ayudar, respeto y diálogo.	TODAS
Plan de fomento de la igualdad entre hombres y mujeres	Rotación de roles en los equipos, rotación de puestos y funciones. Inclusión de deportes alternativos cuyas reglas igualan al alumnado dejando que aspectos como la fuerza pasen a un segundo plano. En la	TODAS



	participación en los torneos de los recreos (se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente).	
Plan de Atención a la Diversidad	Rotación de roles en los equipos, rotación de puestos y funciones. Inclusión de deportes alternativos cuyas reglas igualan al alumnado dejando que aspectos como la fuerza pasen a un segundo plano. En la participación en los juegos alternativos del torneo de los recreos (se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente).	TODAS
Otro: POR UN CENTRO SALUDABLE	Conociendo, identificando y comprendiendo la importancia que tiene la dieta equilibrada, así como, el funcionamiento del cuerpo humano y su respuesta al estímulo del ejercicio físico. Participando en los juegos alternativos del torneo de los recreos en cuya actividad se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente.	TODAS

**i) Actividades complementarias y extraescolares.**

<b>Actividades complementarias y extraescolares</b>	<b>Breve descripción de la actividad</b>	<b>Temporalización (indicar la SA donde se realiza)</b>
Senderismo	Actividad física en el medio natural, convivencia, respeto	SA1, 4, 9, 12
Semana de esquí	Diputación provincial de León	SA5
Congreso de Nutrición	Los alumnos de 3º ESO realizan un congreso de nutrición sobre mitos saludables	SA3
Recreos activos	Los alumnos de 3º ESO que participen en los torneos que organizan los alumnos de bachillerato organizan para el mes de mayo, optan a 1 punto más en el apartado práctico.	SA10, 11
Orientación y escalada	Actividad a través de una empresa de ocio activo	SA12
Jornada multideporte	Convivencia y práctica de los deportes que se han trabajado durante el curso	SA13



**j) Atención a las diferencias individuales del alumnado.**

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

Cuando se habla de atención a la diversidad, hemos de entender que dentro del sistema educativo hay alumnos con diferencias de conocimientos, de interés, de actitud, de diversidad de género y de proceso madurativo, así como alumnos que pueden presentar algún tipo de dificultad sin necesidad de adaptaciones significativas.

<i>Formas de representación</i>	<i>Formas de acción y expresión</i>	<i>Formas de implicación</i>
Proporcionar diferentes opciones para la percepción.	Proporcionar opciones para la interacción física.	Proporcionar opciones para captar el interés.
Proporcionar múltiples opciones para el lenguaje, símbolos, expresiones propias de la actividad física y el deporte.	Proporcionar opciones para la expresión y la comunicación.	Proporcionar opciones para mantener el esfuerzo y la persistencia.
Proporcionar opciones para la comprensión.	Proporcionar opciones para las funciones ejecutivas.	Proporcionar opciones para la auto-regulación.

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Alumnado</i>	<i>Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa</i>	<i>Observaciones</i>
A	Medidas de Refuerzo Educativo	Alumnos con pequeños problemas, que no pueden seguir el ritmo normal de clase o realizar determinados tipos de ejercicios. Por ejemplo, <b>escoliosis</b> . En estos casos se procura ofrecer actividades alternativas y ejercicios orientados a posibilitar paliar y mejorar la dolencia. También procuramos que el alumno desarrolle en clase los ejercicios correctivos que le hayan pautado.
B	Medidas de Refuerzo Educativo	El alumnado con patologías como <b>diabetes</b> , deberá administrarse el azúcar en sangre antes y después de la actividad física (sobre todo cuando haya una prueba que suponga una intensidad alta). En el caso del alumnado con <b>asma</b> , hay que insistir en que tengan la medicación a mano durante las clases de EF, así como, darles a conocer la importancia que tiene el ejercicio físico correctamente realizado para disminuir y espaciar las crisis asmáticas.
C	Medidas de Refuerzo Educativo	En el caso de alumnos con <b>problemas físicos (temporales) más incapacitantes</b> , deberán colaborar en



		aspectos organizativos, de control o recogida de datos. Se valorará si se elimina parte de la práctica que será sustituida por otro tipo de trabajo en forma de “supuestos prácticos” (reflejado en el apartado de evaluación).
D	Medidas de Refuerzo Educativo	Para atender a las <b>distintas capacidades</b> dentro del mismo grupo de alumnos, una de las estrategias más utilizadas es hacer grupos de nivel en función de los aprendizajes que poseen los alumnos/as. A la hora de impartir, por ejemplo, un deporte como baloncesto nos podemos encontrar alumnos que no saben nada y otros que te saben hacer desde una entrada a canasta hasta un bloqueo ya que lo practican a nivel extraescolar. Por ello es muy importante dar respuesta a todos y motivarles ofreciendo distintas tareas y actividades en función de su nivel.
E	Medidas de Refuerzo Educativo	Alumnado con patologías del espectro <b>autista</b> . Situar al alumno cerca, mantener el contacto visual, dividir la ejecución en varias partes diferentes, con materiales más blandos o lo que sea oportuno dependiendo del contenido, acostumbrarle a una rutina en las clases que le permita saber qué tiene que hacer y en qué orden, rotar en el trabajo individual, por parejas, pequeño y gran grupo según el contenido y según el estado del alumno en cada clase, proporcionarle más tiempo para la resolución de las tareas, darle la posibilidad de explicarse tanto oralmente como por escrito.

**k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.**

Los alumnos tendrán que ir superando pruebas de diversa índole relacionadas con la consecución de los diferentes criterios de evaluación e indicadores de logro que se llevarán a cabo en las diferentes situaciones de aprendizaje planteadas y cuyo porcentaje de calificación queda expresado más adelante. Si el alumno no consigue una valoración positiva de la evaluación, tendrá derecho a recuperar los criterios de evaluación o indicadores de logro no conseguidos, en el siguiente trimestre o al final de curso (será el profesor el encargado de determinar las fechas en función de los criterios de evaluación o indicadores de logro no conseguidos).

Para la realización de las pruebas físicas será obligatorio acudir con la ropa y calzado adecuado. En caso contrario el alumno tendrá una calificación negativa de la prueba.



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

No se puede faltar a la realización de las pruebas sin justificante médico o realización de llamada de algún familiar que acredite la falta. En caso contrario, la prueba no se repetirá y el alumno tendrá una calificación negativa de la prueba.

## PÉRDIDA DE EVALUACIÓN CONTINUA

Ocurrirá si el alumno tiene un 20% de las faltas sin justificar (más o menos unas 5 al trimestre). Si esto ocurre solo en alguno de los trimestres, el alumno obtendrá automáticamente la calificación negativa de la materia y podrá recuperarla en el siguiente trimestre o al final del curso. En este caso, la mitad de la calificación recaerá sobre los contenidos teóricos y la otra mitad, sobre los prácticos.

Si el alumno ha faltado prácticamente todo el curso y solo asiste al final del último trimestre, deberá presentarse a la **prueba final extraordinaria** porque se entiende que es imposible recuperar todo lo que no ha trabajado diariamente a lo largo de todo el curso escolar o dicho de otro modo, se entiende, que es imposible poder valorar su nivel competencial.

## RECUPERACIÓN DE LA MATERIA PENDIENTE DEL CURSO O CURSOS ANTERIORES

Los alumnos con educación física pendiente del curso o cursos anteriores conseguirán una calificación positiva en esa materia o materias pendientes si también consiguen una calificación positiva (al final del curso) en la materia de la que están matriculados en el curso actual.

## PRUEBA FINAL EXTRAORDINARIA

El alumnado que no haya obtenido una valoración positiva de sus competencias y/o que su calificación no sea positiva en la tercera evaluación, deberá presentarse a una **prueba final extraordinaria** que consistirán en la superación de los contenidos calificados negativamente durante el curso, a través de diferentes tipos de pruebas e instrumentos de evaluación. Será el profesor/a que imparte la materia en el curso actual, el que determine los detalles de dicha prueba final extraordinaria. No obstante, las pautas generales son las siguientes:

- **Trabajos.** Los alumnos deberán entregar obligatoriamente los trabajos que su profesor/a les haya indicado. Se podrán entregar en mano o telemáticamente.
- **Cuestionarios Google Forms.** Consistirá en la realización de test o cuestionarios referidos a los contenidos, criterios de evaluación e indicadores de logro desarrollados durante el curso. El alumno podrá realizarlos directamente on line o por escrito y seguidamente, entregarlos en mano a su profesor/a.
- **Pruebas físicas, deportivas y de expresión corporal.** Todas ellas similares a las realizadas durante el curso. En el caso de que algún alumno no pudiera realizarlas por impedimento físico, serán sustituidas por la realización **escrita u oral de supuestos prácticos.**

## EVALUACIÓN PARA ATENDER A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

Se otorgará **más importancia al proceso** que a los resultados, valorando prioritariamente la superación y la mejora conseguida.

Se Utilizarán instrumentos de evaluación variados que se adapten a las necesidades de los alumnos.

Se Elaborarán pruebas adecuadas a la realidad del aula.

### PLANES ESPECÍFICOS:

- **DE REFUERZO:** actividades, tareas, ejercicios, proyectos, juegos y deportes en los que los alumnos evaluados con una calificación positiva puedan profundizar, mejorar, perfeccionar tanto los aspectos



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

técnicos, como los tácticos, así como, el conocimiento a cerca de sus orígenes, disciplinas, especialidades, modificaciones reglamentarias, formas de juego, y otros aspectos que sean de interés.

- **DE RECUPERACIÓN:** de aquellos contenidos evaluados de forma negativa durante el curso. Repetición de las pruebas prácticas, escritas u orales en las que el alumno no ha obtenido una calificación positiva y/o diseño y puesta en práctica de otras pruebas similares que se adapten a las necesidades de cada alumno.

## ADAPTACIONES CURRICULARES:

- **NO SIGNIFICATIVAS:**

La OMS (Organización Mundial de la Salud), en su clasificación sobre deficiencias, discapacidades y minusvalías, define a estas últimas como “la situación de desventaja de un individuo determinado, a consecuencia de una deficiencia o discapacidad que le limita o impide el desempeño de un rol que sería normal en su caso”.

Como profesores de enseñanza secundaria puede que nos encontremos condistintos casos de deficiencia: sensorial (visual, auditiva o motriz); mental; y/o de inadaptación social.

Normalmente, salvo casos muy excepcionales, en la materia de educación física todos los alumnos, incluso los que tienen alguna necesidad especial, son capaces de alcanzar los aprendizajes básicos adoptando algunas medidas que afectan básicamente a la metodología y a los instrumentos de evaluación.

## METODOLOGÍA PARA ATENDER A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

La forma de presentar la información debe ser concreta, clara y precisa. Debemos asegurarnos de que los alumnos con dificultades han comprendido las pautas básicas de lo que se quiere conseguir.

Si la tarea es compleja debemos fraccionarla e incidir en los aspectos más importantes desechando informaciones secundarias. Muchas veces una demostración práctica es la mejor manera para que comprendan una tarea.

Se utilizará la modificación del material y de las dimensiones del terreno de juego para facilitar los aprendizajes.

Se promoverá el trabajo recíproco, la ayuda entre compañeros, los agrupamientos variados desde parejas hasta grupos de distinto nivel, lo que favorece el aprendizaje de los alumnos con dificultades ya que los alumnos con más capacidad ayudan a los que tienen menos.

En la presentación de contenidos teóricos, tener en cuenta aquellos que sean más adecuados a las capacidades de estos alumnos y realizar un seguimiento más individual, pero sin desatender al resto.

## EVALUACIÓN PARA ATENDER A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

Se otorgará más importancia al proceso frente a los resultados, valorando prioritariamente la superación y la mejora conseguida.

Utilizar instrumentos de evaluación variados que se adapten a las necesidades de los alumnos.

Elaborar pruebas adecuadas a la realidad del aula.

## EVALUACIÓN DE ALUMNOS CON LESIÓN TEMPORAL

Se les recordará a todos los alumnos que no existe la figura del alumno exento. Excepto para los alumnos que acrediten (y presente en la Dirección del centro antes del día 30 de septiembre) tener la condición de deportista de alto nivel o alto rendimiento o realicen estudios superiores de las enseñanzas profesionales de Danza (Orden EDU 1076/2016 de 19 de diciembre).



Los alumnos que tengan alguna patología o lesión temporal que no les permita realizar algunas partes de las sesiones de EF, deberán colaborar en tareas de organización, así como, participar en aquellas actividades que no supongan ningún riesgo para ellos.

La evaluación se adaptará en función de sus circunstancias, pudiendo recuperar los indicadores de logro afectados en trimestres posteriores o a final de curso.

Recordamos que cuando la incapacidad de práctica es total y es conocida ya en el momento de efectuar la matrícula, se debe presentar en la Dirección del centro el **informe médico que así lo acredite**, antes del día 30 de septiembre.

Si es una lesión o enfermedad que aparece a lo largo del curso y se prolonga hasta el final del mismo, la mitad de la calificación se centrará en la elaboración y exposición de trabajos y supuestos prácticos relacionados con esa parte práctica (física) que no puede realizar y la otra mitad con fichas, cuestionarios y pruebas tanto escritas como orales que permitan valorar los indicadores de logro más teóricos.

## I) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

<i>Indicadores de logro</i>	<i>Instrumentos de evaluación</i>	<i>Momentos en los que se realizará la evaluación</i>	<i>Personas que llevarán a cabo la evaluación</i>
Se tiene en cuenta la evaluación inicial del alumno	Los materiales y recursos didácticos son suficientes y variados para la planificación prevista.	La metodología didáctica tiene en cuenta y se adapta a las características de los alumnos.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los criterios de evaluación y calificación son objetivos y claros y el alumno los entiende (para valorar este parámetro es necesaria la información que nos da el alumno).	Los recursos empleados facilitan el proceso de enseñanza aprendizaje y son coherentes con las posibilidades del centro.	Se consideran metodologías que promueven el papel activo del alumno.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Para cada uno de los criterios de evaluación se indican los indicadores de logro que se consideran como aprendizajes mínimos para superarlos y las competencias que se desarrollan	Las instalaciones y espacios deportivos son adecuados.	Se usan metodologías de trabajo cooperativo	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Organización temporal de los contenidos a lo largo del curso, en unidades de trabajo, temas o proyectos	La planificación temporal de las actividades es adecuada.	Importancia de la investigación por parte del alumnado: descubrimiento guiado, resolución de problemas...	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los instrumentos de evaluación quedan asociados a los criterios de evaluación-	Organización flexible de los recursos espaciotemporales, agrupamientos y materiales	Se utilizan estrategias y métodos variados para promover la motivación e interés del alumnado.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

indicadores de logro y a los contenidos			
Hay propuestos sistemas de recuperación para el alumno.		El profesor tiene un trato accesible con el alumnado y es próximo y cercano.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Se utilizan instrumentos y procedimientos de evaluación variados		El profesor promueve un ambiente de trabajo que fomenta el respeto y la colaboración.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los instrumentos y procedimientos son eficaces para valorar el nivel de aprendizaje y las competencias de los alumnos		Se utilizan estrategias para prevenir y, en su caso, resolver posibles conflictos en el aula.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Se analiza el porcentaje de suspensos y de aprobados y se realizan propuestas de mejora		Se supervisa que el alumno trabaje en las debidas condiciones de seguridad y se atiende a las necesarias medidas de prevención de riesgos	Los miembros que forman parte del departamento de educación física

**Propuestas de mejora:**



Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

<i><b>Criterios de evaluación</b></i>	<i><b>Peso CE</b></i>	<i><b>Contenidos de materia</b></i>	<i><b>Contenidos transversales</b></i>	<i><b>Instrumento de evaluación</b></i>	<i><b>Agente evaluador</b></i>	<i><b>SA</b></i>
1.1 Autorregular la práctica organizada de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	6%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... ficha de análisis</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... ficha TIC</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	4,5%	Todos	Todos	<i>Otro: ..... test de condición física</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.3 Introducir en sus rutinas diarias el desarrollo de una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Cuaderno del alumno</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... escala de valoración de habilidades</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.4 Comenzar a adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>



1.5 Empezar a adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	4,5%	Todos	Todos	<i>Portfolio</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.6 Conocer los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	4,5%	Todos	Todos	<i>Otro: ..... Rúbrica deporte</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
					<i>Heteroevaluación</i>	
				<i>Otro: ..... Ficha análisis</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)	4,5%	Todos	Todos	<i>Cuaderno del alumno</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Portfolio</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.8 Desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	4,5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de	4,5%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>



aprendizaje, buscando, seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)				<i>Otro: .....</i>  Ficha de análisis	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)	6%	Todos	Todos	<i>Otro: .....</i> Ficha TIC	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: .....</i> Test de condición física	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Cuaderno del alumno</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: .....</i> Escala de valoración de habilidades	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Portfolio</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>



motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)				<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades y valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica deporte</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
3.1 Practicar y colaborar en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	6%	Todos	Todos	<i>Otro: ..... Ficha análisis</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica deportes</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con progresiva autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba oral</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>



<p>3.3 Relacionarse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)</p>	4,5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
<p>4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes y evolución. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	6%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Ficha de análisis</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Ficha TIC</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
<p>4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	4,5%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Escala de habilidades</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba oral</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba escrita</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
5.2 Organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)	4%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... ficha análisis</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>



## **ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 3º DE ESO**

### **A. Vida activa y saludable.**

- A.1. Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación del entrenamiento. Alimentación saludable. Balance energético y actividad física. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.
- A.2. Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte.
- A.3. Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

### **B. Organización y gestión de la actividad física.**

- B.1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo convencional y autoconstruido.
- B.3. Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.7. Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

### **C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- C.1. Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el



desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.

- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: identificación y corrección de errores comunes.
- C.5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles.
- C.6. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

#### **D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- D.1. Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- D.2. Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- D.3. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

#### **E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- E.3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

#### **F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (*crossfit*, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares).
- F.4. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
- F.5. Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- F.6. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.



## ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO

Remitimos al mismo anexo II ya recogido al final de la programación de 1º ESO al ser igual para todos los niveles educativos de la etapa.

### PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 4º DE ESO

#### a) Introducción: conceptualización y características de la materia.

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del *Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.*

#### b) Diseño de la evaluación inicial.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Número de sesiones</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>Observaciones</i>
2.2	<i>Prueba escrita</i>	1	<i>Heteroevaluación</i>	
3.1	<i>Otro: ..... Escala de actitudes</i>	3	<i>Coevaluación</i>	
4.2	<i>Portfolio</i>	3	<i>Autoevaluación</i>	
5.1	<i>Otro: ..... Rubrica de deportes</i>	3	<i>Heteroevaluación</i>	

#### c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

#### d) Metodología didáctica.

##### ***Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):***

Se tendrán en cuenta los siguientes principios metodológicos de centro:

- Construcción de aprendizajes significativos.
- Adaptabilidad y atención a la diversidad.
- Motivación del alumnado y del profesorado.
- Cooperación, respeto, inclusión y coeducación.

##### MÉTODOS TRADICIONALES:

- Mando directo para el aprendizaje de gestos técnicos, corrección de posiciones en diferentes ejercicios.
- Asignación de tareas para la elaboración de algunas actividades como, por ejemplo, los circuitos de condición física.

##### MÉTODOS ACTIVOS (BASADOS EN EL APRENDIZAJE COOPERATIVO)



- Descubrimiento guiado para la resolución de planteamientos tácticos de juego y para la elaboración y puesta en práctica de programas de entrenamiento.
- Resolución de problemas en la creación de coreografías grupales, diseño de calentamientos o creación de ejercicios, sesiones de entrenamiento, organización de competiciones deportivas.
- Enseñanza recíproca para la coevaluación con un compañero en relación al modelo técnico planteado.

#### METODOLOGÍA ON-LINE:

- Utilización de la plataforma Microsoft Teams y Aula Virtual para la comunicación con el alumnado, el envío y recepción de tareas, el uso de las tecnologías y el ahorro y manipulación de papel.
- Google Forms y Google Drive para la elaboración de cuestionarios on line.
- App Genially para la elaboración de presentaciones digitales.

#### ***Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:***

El enfoque multidisciplinar del proceso educativo exige y requiere la **flexibilidad** en el uso de espacios, tiempos y agrupamientos.

La organización del aula debe favorecer procesos de **diálogo**, de trabajo **individual, grupal**, colaborativo, etc. La distribución variable y movable de los espacios y la **diversidad de agrupamientos** aportan un flujo de comunicación real entre alumnado y profesorado.

En cuanto a la estructura de la sesión, partimos de la premisa de que el alumno asuma un desempeño activo la mayor parte del tiempo. Así, la **estructura de las sesiones** será muy variada. Desde el sistema clásico de inicio de clase activación, parte principal y vuelta a la calma, hasta la clase invertida en la que el trabajo individual o algunos procesos de aprendizaje se transfieren fuera del aula y se reserva el tiempo en el aula para dinamizar el intercambio y trabajo de aplicación y colaborativo.

#### e) Secuencia de unidades temporales de programación.

	<b>Título</b>	<b>Fechas y sesiones</b>
<b>PRIMER TRIMESTRE</b>	SA 1: Planificando una sesión de tonificación	Septiembre-octubre. 8-10 sesiones
	SA 2: Calentamiento específico	Octubre. 2 sesiones
	SA 3: Bádminton (II)	Octubre-noviembre. 8 sesiones
	SA 4: Test de condición física	Noviembre-diciembre. 4 sesiones
<b>SEGUNDO TRIMESTRE</b>	SA 5: Cómo planificar mi entrenamiento de resistencia	Diciembre-enero. 6-7 sesiones
	SA 6: Montajes corporales con cuerdas u otros elementos	Enero-febrero. 9-10 sesiones
	SA 7: Perfecciono mi juego de voleibol	Febrero-marzo. 6-7 sesiones
	SA 8: Actividad física y salud	Marzo. 2 sesiones
<b>TERCER TRIMESTRE</b>	SA 9: Cómo actuar ante lesiones comunes	Marzo. 1-2 sesiones
	SA 10: Trabajamos en equipo: datchaball-colpbol-etc.	Abril. 6-8 sesiones
	SA 11: Balonmano (II)	Mayo. 6-7 sesiones
	SA 12: Test de condición física. Refuerzos y recuperaciones	Junio. 4-6 sesiones

#### f) En su caso, concreción de proyectos significativos.

<b>Título</b>	<b>Temporalización por trimestres</b>	<b>Tipo de aprendizaje</b>	<b>Materia / Materias</b>
“Por un centro saludable” Recreos activos (torneos deportes alternativos)	<b>3º trimestre</b>	Disciplinar	Educación física



Plan de fomento de la lectura	<b>Todo el curso</b>	Disciplinar	Educación física
-------------------------------	----------------------	-------------	------------------

El proyecto **Por un centro saludable** se enmarca en las medidas que promueven un estilo de vida activo. Desde la materia de educación física se va a trabajar para ello a través de la organización de **torneos en los recreos**. Los alumnos de 1º de bachillerato deben trabajar este contenido como organizadores para todo el alumnado del centro que quiera participar. Se van a proponer juegos y deportes alternativos en los que prime la cooperación por encima de la competición, equipos mixtos por encima de que sean solo del mismo sexo y que, se precise la participación tanto de los más hábiles como de los que no lo son tanto, mediante reglas como, por ejemplo, “que cada jugador solo pueda tocar una vez (seguida) el balón”, así, todos deberán estar atentos para seguir el juego, tocando alternativamente el balón para conseguir el objetivo común. El alumnado que se implique en este proyecto podrá obtener hasta **1 punto adicional** en su nota.

En cuanto al Plan de **fomento de la lectura**, aunque a través de la materia de educación física (eminentemente práctica y cuyo desarrollo tiene lugar al aire libre o en el gimnasio sin sillas ni mesas) se fomentará recompensando con hasta **1 punto adicional** a los alumnos que lean determinados artículos que tienen que ver con la actividad física y el deporte en sus diferentes ámbitos. De esta forma creemos que los alumnos se pueden animar más a leer sin ser obligatorio, pero sí atractivo. Van a poder elegir entre diferentes temáticas acordes con sus gustos e intereses y además, pueden obtener un extra en la nota. El departamento seleccionará artículos de prensa que traten diferentes contenidos como el tabaco y el alcohol, el deporte y la violencia, la importancia de la mujer en el deporte, la obesidad, etc., sin perjuicio de cualquier otro que el alumno pueda seleccionar.

**g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.**

	<b>Materiales</b>	<b>Recursos</b>
<b>Impresos</b>	Artículos periodísticos de interés para la materia	Periódicos, revistas y recursos similares.
<b>Digitales e informáticos</b>	Correo electrónico corporativo, Teams, STILUS familias y/o Iesfácil	Ordenador de sobremesa, ordenador portátil, panel digital
<b>Medios audiovisuales y multimedia</b>	Música específica para construcción de coreografías, Course Navette, TABATA, etc.	Reproductor de cd, usb, bluetooth, altavoz.
<b>Manipulativos</b>	Aros, cuerdas, balones medicinales, de voleibol, de baloncesto, de balonmano, de fútbol, de espuma, de plástico, palas, raquetas, bandas elásticas, mancuernas, picas, minivallas, porterías floorball, pelotas y sticks floorbal, bancos suecos, colchonetas y esterillas.	Cuatro mesas y dos sillas (de aula).



<b>Otros</b>	Espalderas, un encerado y sendos tableros de baloncesto anclados a la pared.	Instalaciones deportivas:  Una pista polideportiva <b>cubierta</b> (28x15m) que cuenta con vestuarios y aseos femenino y masculino, cuarto de material, cuarto de limpieza, cuarto con aseo para el profesor.  Dos canchas al <b>aire libre</b> . Una de 20x40m y la otra de 28x15m
--------------	--	---

**h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.**

<b>Planes, programas y proyectos</b>	<b>Implicaciones de carácter general desde la materia</b>	<b>Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)</b>
Plan de Lectura	Se recompensará con hasta 1p adicional al alumnado que, voluntariamente, lea una serie de artículos relacionados con la actividad física y el deporte. De esta forma creemos que los alumnos se pueden animar más a leer sin ser obligatorio, pero sí atractivo porque van a poder elegir distintas temáticas acordes con su edad, intereses etc., y así obtener un extra en su calificación.	TODAS
Plan de Convivencia	Mediante el fomento y desarrollo de una actitud cooperativa en las diferentes actividades, especialmente en la práctica deportiva y en el torneo de los recreos (en cuya actividad se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente), demostrando capacidad para ayudar, respeto y diálogo.	TODAS
Plan de fomento de la igualdad entre hombres y mujeres	Rotación de roles en los equipos, rotación de puestos y funciones. Inclusión de deportes alternativos cuyas reglas igualan al alumnado dejando que aspectos como la fuerza pasen a un segundo plano. En la participación en los torneos de los recreos (se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente).	TODAS
Plan de Atención a la Diversidad	Rotación de roles en los equipos, rotación de puestos y funciones. Inclusión de deportes alternativos cuyas reglas igualan al alumnado dejando que aspectos como la fuerza pasen a un segundo plano. En la participación en los juegos alternativos del torneo de los recreos (se recompensará hasta con 1p adicional a los	TODAS



	alumnos que participen y lo hagan correctamente).	
Otro: POR UN CENTRO SALUDABLE	Conociendo, identificando y comprendiendo la importancia que tiene la dieta equilibrada, así como, el funcionamiento del cuerpo humano y su respuesta al estímulo del ejercicio físico. Participando en los juegos alternativos del torneo de los recreos en cuya actividad se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente.	TODAS

**i) Actividades complementarias y extraescolares.**

<b>Actividades complementarias y extraescolares</b>	<b>Breve descripción de la actividad</b>	<b>Temporalización (indicar la SA donde se realiza)</b>
Visita al CEARD de León	conocer salidas profesionales relacionadas con la actividad físico-deportiva	SA 1, 2, 3, 4
Taller de RCP	en colaboración con el centro de salud de la Bañeza se realiza este taller con la presencia de personal cualificado y la utilización de torsos y maniqués específicos para la ejecución de la RCP	SA 8, 9
Asistencia a espectáculos de danza, artísticos o charlas de interés para la materia	actividad abierta a cualquier tipo de charla o práctica, etc., relacionada con el mundo del deporte.	SA 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
Recreos activos	Participación en los torneos deportivos de los recreos	SA 10, 11, 12
Senderismo	actividad física de senderismo en el medio natural	SA 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
Jornada de convivencia deportiva de final de curso	Se trata de que todo el alumnado del centro que lo desee y de forma especial el alumnado de la ESO, pasen una jornada lectiva practicando deportes variados en las instalaciones públicas al aire libre de la Bañeza	SA 12

**j) Atención a las diferencias individuales del alumnado.**

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<b>Formas de representación</b>	<b>Formas de acción y expresión</b>	<b>Formas de implicación</b>
---------------------------------	-------------------------------------	------------------------------



Proporcionar diferentes opciones para la percepción.	Proporcionar opciones para la interacción física.	Proporcionar opciones para captar el interés.
Proporcionar múltiples opciones para el lenguaje, símbolos, expresiones propias de la actividad física y el deporte.	Proporcionar opciones para la expresión y la comunicación.	Proporcionar opciones para mantener el esfuerzo y la persistencia.
Proporcionar opciones para la comprensión.	Proporcionar opciones para las funciones ejecutivas.	Proporcionar opciones para la auto-regulación.

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<b>Alumnado</b>	<b>Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa</b>	<b>Observaciones</b>
A	Medidas de Refuerzo Educativo	Alumnos con pequeños problemas, que no pueden seguir el ritmo normal de clase o realizar determinados tipos de ejercicios. Por ejemplo, <b>escoliosis</b> . En estos casos se procura ofrecer actividades alternativas y ejercicios orientados a posibilitar paliar y mejorar la dolencia. También procuramos que el alumno desarrolle en clase los ejercicios correctivos que le hayan pautado.
B	Medidas de Refuerzo Educativo	El alumnado con patologías como <b>diabetes</b> , deberá administrarse el azúcar en sangre antes y después de la actividad física (sobre todo cuando haya una prueba que suponga una intensidad alta). En el caso del alumnado con <b>asma</b> , hay que insistir en que tengan la medicación a mano durante las clases de EF, así como, darles a conocer la importancia que tiene el ejercicio físico correctamente realizado para disminuir y espaciar las crisis asmáticas.
C	Medidas de Refuerzo Educativo	En el caso de alumnos con <b>problemas físicos (temporales) más incapacitantes</b> , deberán colaborar en aspectos organizativos, de control o recogida de datos. Se valorará si se elimina parte de la práctica que será sustituida por otro tipo de trabajo en forma de "supuestos prácticos" (reflejado en el apartado de evaluación).
D	Medidas de Refuerzo Educativo	Para atender a las <b>distintas capacidades</b> dentro del mismo grupo



		de alumnos, una de las estrategias más utilizadas es hacer grupos de nivel en función de los aprendizajes que poseen los alumnos/as. A la hora de impartir, por ejemplo, un deporte como baloncesto nos podemos encontrar alumnos que no saben nada y otros que te saben hacer desde una entrada a canasta hasta un bloqueo ya que lo practican a nivel extraescolar. Por ello es muy importante dar respuesta a todos y motivarles ofreciendo distintas tareas y actividades en función de su nivel.
E	Medidas de Refuerzo Educativo	Alumnado con patologías del espectro <b>autista</b> . Situar al alumno cerca, mantener el contacto visual, dividir la ejecución en varias partes diferentes, con materiales más blandos o lo que sea oportuno dependiendo del contenido, acostumbrarle a una rutina en las clases que le permita saber qué tiene que hacer y en qué orden, rotar en el trabajo individual, por parejas, pequeño y gran grupo según el contenido y según el estado del alumno en cada clase, proporcionarle más tiempo para la resolución de las tareas, darle la posibilidad de explicarse tanto oralmente como por escrito.

#### **k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.**

Los alumnos tendrán que ir superando pruebas de diversa índole relacionadas con la consecución de los diferentes criterios de evaluación e indicadores de logro que se llevarán a cabo en las diferentes situaciones de aprendizaje planteadas y cuyo porcentaje de calificación queda expresado más adelante. Si el alumno no consigue una valoración positiva de la evaluación, tendrá derecho a recuperar los criterios de evaluación o indicadores de logro no conseguidos, en el siguiente trimestre o al final de curso (será el profesor el encargado de determinar las fechas en función de los criterios de evaluación o indicadores de logro no conseguidos).

Para la realización de las pruebas físicas será obligatorio acudir con la ropa y calzado adecuado. En caso contrario el alumno tendrá una calificación negativa de la prueba.

No se puede faltar a la realización de las pruebas sin justificante médico o realización de llamada de algún familiar que acredite la falta. En caso contrario, la prueba no se repetirá y el alumno tendrá una calificación negativa de la prueba.

#### **PÉRDIDA DE EVALUACIÓN CONTINUA**

Ocurrirá si el alumno tiene un 20% de las faltas sin justificar (más o menos unas 5 al trimestre). Si esto ocurre solo en alguno de los trimestres, el alumno obtendrá automáticamente la calificación negativa de la materia y



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

podrá recuperarla en el siguiente trimestre o al final del curso. En este caso, la mitad de la calificación recaerá sobre los contenidos teóricos y la otra mitad, sobre los prácticos.

Si el alumno ha faltado prácticamente todo el curso y solo asiste al final del último trimestre, deberá presentarse a la **prueba final extraordinaria** porque se entiende que es imposible recuperar todo lo que no ha trabajado diariamente a lo largo de todo el curso escolar o, dicho de otro modo, se entiende, que es imposible poder valorar su nivel competencial.

## RECUPERACIÓN DE LA MATERIA PENDIENTE DEL CURSO O CURSOS ANTERIORES

Los alumnos con educación física pendiente del curso o cursos anteriores conseguirán una calificación positiva en esa materia o materias pendientes si también consiguen una calificación positiva (al final del curso) en la materia de la que están matriculados en el curso actual.

## PRUEBA FINAL EXTRAORDINARIA

El alumnado que no haya obtenido una valoración positiva de sus competencias y/o que su calificación no sea positiva en la tercera evaluación, deberá presentarse a una **prueba final extraordinaria** que consistirán en la superación de los contenidos calificados negativamente durante el curso, a través de diferentes tipos de pruebas e instrumentos de evaluación. Será el profesor/a que imparte la materia en el curso actual, el que determine los detalles de dicha prueba final extraordinaria. No obstante, las pautas generales son las siguientes:

- **Trabajos.** Los alumnos deberán entregar obligatoriamente los trabajos que su profesor/a les haya indicado. Se podrán entregar en mano o telemáticamente.
- **Cuestionarios Google Forms.** Consistirá en la realización de test o cuestionarios referidos a los contenidos, criterios de evaluación e indicadores de logro desarrollados durante el curso. El alumno podrá realizarlos directamente on line o por escrito y seguidamente, entregarlos en mano a su profesor/a.
- **Pruebas físicas, deportivas y de expresión corporal.** Todas ellas similares a las realizadas durante el curso. En el caso de que algún alumno no pudiera realizarlas por impedimento físico, serán sustituidas por la realización **escrita u oral de supuestos prácticos.**

## EVALUACIÓN PARA ATENDER A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

Se otorgará más importancia al proceso que a los resultados, valorando prioritariamente la superación y la mejora conseguida.

Se Utilizarán instrumentos de evaluación variados que se adapten a las necesidades de los alumnos.

Se Elaborarán pruebas adecuadas a la realidad del aula.

### PLANES ESPECÍFICOS:

- **DE REFUERZO:** actividades, tareas, ejercicios, proyectos, juegos y deportes en los que los alumnos evaluados con una calificación positiva puedan profundizar, mejorar, perfeccionar tanto los aspectos técnicos, como los tácticos, así como, el conocimiento a cerca de sus orígenes, disciplinas, especialidades, modificaciones reglamentarias, formas de juego, y otros aspectos que sean de interés.
- **DE RECUPERACIÓN:** de aquellos contenidos evaluados de forma negativa durante el curso. Repetición de las pruebas prácticas, escritas u orales en las que el alumno no ha obtenido una calificación positiva y/o diseño y puesta en práctica de otras pruebas similares que se adapten a las necesidades de cada alumno.

### ADAPTACIONES CURRICULARES:



- **NO SIGNIFICATIVAS:**

La OMS (Organización Mundial de la Salud), en su clasificación sobre deficiencias, discapacidades y minusvalías, define a estas últimas como “la situación de desventaja de un individuo determinado, a consecuencia de una deficiencia o discapacidad que le limita o impide el desempeño de un rol que sería normal en su caso”.

Como profesores de enseñanza secundaria puede que nos encontremos condistintos casos de deficiencia: sensorial (visual, auditiva o motriz); mental; y/o de inadaptación social.

Normalmente, salvo casos muy excepcionales, en la materia de educación física todos los alumnos, incluso los que tienen alguna necesidad especial, son capaces de alcanzar los aprendizajes básicos adoptando algunas medidas que afectan básicamente a la metodología y a los instrumentos de evaluación.

### METODOLOGÍA PARA ATENDER A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

La forma de presentar la información debe ser concreta, clara y precisa. Debemos asegurarnos de que los alumnos con dificultades han comprendido las pautas básicas de lo que se quiere conseguir.

Si la tarea es compleja debemos fraccionarla e incidir en los aspectos más importantes desechando informaciones secundarias. Muchas veces una demostración práctica es la mejor manera para que comprendan una tarea.

Se utilizará la modificación del material y de las dimensiones del terreno de juego para facilitar los aprendizajes. Se promoverá el trabajo recíproco, la ayuda entre compañeros, los agrupamientos variados desde parejas hasta grupos de distinto nivel, lo que favorece el aprendizaje de los alumnos con dificultades ya que los alumnos con más capacidad ayudan a los que tienen menos.

En la presentación de contenidos teóricos, tener en cuenta aquellos que sean más adecuados a las capacidades de estos alumnos y realizar un seguimiento más individual, pero sin desatender al resto.

### EVALUACIÓN DE ALUMNOS CON LESIÓN TEMPORAL

Se les recordará a todos los alumnos que no existe la figura del alumno exento. Excepto para los alumnos que acrediten (y presente en la Dirección del centro antes del día 30 de septiembre) tener la condición de deportista de alto nivel o alto rendimiento o realicen estudios superiores de las enseñanzas profesionales de Danza (Orden EDU 1076/2016 de 19 de diciembre).

Los alumnos que tengan alguna patología o lesión temporal que no les permita realizar algunas partes de las sesiones de EF, deberán colaborar en tareas de organización, así como, participar en aquellas actividades que no supongan ningún riesgo para ellos.

La evaluación se adaptará en función de sus circunstancias, pudiendo recuperar los indicadores de logro afectados en trimestres posteriores o a final de curso.

Recordamos que cuando la incapacidad de práctica es total y es conocida ya en el momento de efectuar la matrícula, se debe presentar en la Dirección del centro el **informe médico que así lo acredite**, antes del día 30 de septiembre.

Si es una lesión o enfermedad que aparece a lo largo del curso y se prolonga hasta el final del mismo, la mitad de la calificación se centrará en la elaboración y exposición de trabajos y supuestos prácticos relacionados con esa parte práctica (física) que no puede realizar y la otra mitad con fichas, cuestionarios y pruebas tanto escritas como orales que permitan valorar los indicadores de logro más teóricos.

### I) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

<i>Indicadores de logro</i>	<i>Instrumentos de evaluación</i>	<i>Momentos en los que se realizará la evaluación</i>	<i>Personas que llevarán a cabo la evaluación</i>
-----------------------------	-----------------------------------	---	---



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

Se tiene en cuenta la evaluación inicial del alumno	Los materiales y recursos didácticos son suficientes y variados para la planificación prevista.	La metodología didáctica tiene en cuenta y se adapta a las características de los alumnos.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los criterios de evaluación y calificación son objetivos y claros y el alumno los entiende (para valorar este parámetro es necesaria la información que nos da el alumno).	Los recursos empleados facilitan el proceso de enseñanza aprendizaje y son coherentes con las posibilidades del centro.	Se consideran metodologías que promueven el papel activo del alumno.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Para cada uno de los criterios de evaluación se indican los indicadores de logro que se consideran como aprendizajes mínimos para superarlos y las competencias que se desarrollan	Las instalaciones y espacios deportivos son adecuados.	Se usan metodologías de trabajo cooperativo	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Organización temporal de los contenidos a lo largo del curso, en unidades de trabajo, temas o proyectos	La planificación temporal de las actividades es adecuada.	Importancia de la investigación por parte del alumnado: descubrimiento guiado, resolución de problemas...	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los instrumentos de evaluación quedan asociados a los criterios de evaluación-indicadores de logro y a los contenidos	Organización flexible de los recursos espaciotemporales, agrupamientos y materiales	Se utilizan estrategias y métodos variados para promover la motivación e interés del alumnado.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Hay propuestos sistemas de recuperación para el alumno.		El profesor tiene un trato accesible con el alumnado y es próximo y cercano.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Se utilizan instrumentos y procedimientos de evaluación variados		El profesor promueve un ambiente de trabajo que fomenta el respeto y la colaboración.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los instrumentos y procedimientos son eficaces para valorar el nivel de aprendizaje y las competencias de los alumnos		Se utilizan estrategias para prevenir y, en su caso, resolver posibles conflictos en el aula.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Se analiza el porcentaje de suspensos y de		Se supervisa que el alumno trabaje en las debidas condiciones de	Los miembros que forman parte del



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

aprobados y se realizan propuestas de mejora		seguridad y se atiende a las necesarias medidas de prevención de riesgos	departamento de educación física
Se tiene en cuenta la evaluación inicial del alumno	Los materiales y recursos didácticos son suficientes y variados para la planificación prevista.	La metodología didáctica tiene en cuenta y se adapta a las características de los alumnos.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física

***Propuestas de mejora:***



Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

<i><b>Criterios de evaluación</b></i>	<i><b>Peso CE</b></i>	<i><b>Contenidos de materia</b></i>	<i><b>Contenidos transversales</b></i>	<i><b>Instrumento de evaluación</b></i>	<i><b>Agente evaluador</b></i>	<i><b>SA</b></i>
1.1 Planificar y autorregular la actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	6%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... ficha de análisis</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... ficha TIC</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, específicos a la actividad realizada posteriormente y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	4,5%	Todos	Todos	<i>Otro: ..... test de condición física</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.3 Incorporar en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Cuaderno del alumno</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... escala de valoración de habilidades</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.4 Adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices,	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>



interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)				<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.5 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	4,5%	Todos	Todos	<i>Portfolio</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	4,5%	Todos	Todos	<i>Otro: .....</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Rúbrica deporte</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
				<i>Otro: .....</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Ficha análisis</i>		
<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>				
1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)	4,5%	Todos	Todos	<i>Cuaderno del alumno</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Portfolio</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.8 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	4,5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de	4,5%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>



aprendizaje, buscando, analizando y seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)				Otro: ..... Ficha de análisis	Autoevaluación	Todas
2.1 Desarrollar de manera autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada e inclusiva, utilizando estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)	6%	Todos	Todos	Otro: ..... Ficha TIC	Heteroevaluación	Todas
				Otro: ..... Test de condición física	Coevaluación	Todas
				Prueba escrita	Heteroevaluación	Todas
2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	4,5%	Todos	Todos	Cuaderno del alumno	Coevaluación	Todas
				Guía de observación	Heteroevaluación	Todas
				Otro: ..... Escala de valoración de habilidades	Autoevaluación	Todas
				Prueba oral	Heteroevaluación	Todas
				Registro anecdótico	Coevaluación	Todas
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la	4,5%	Todos	Todos	Prueba escrita	Heteroevaluación	Todas



motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía y teniendo en cuenta la influencia en otros posibles participantes. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)				<i>Portfolio</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando una progresiva autoestima y valorando todas sus actuaciones durante la ejecución de las tareas motrices. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica deporte</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	6%	Todos	Todos	<i>Otro: ..... Ficha análisis</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica deportes</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba oral</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>



<p>3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)</p>	4,5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
<p>4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	6%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<p>Otro: ..... <i>Ficha de análisis</i></p>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<p>Otro: ..... <i>Ficha TIC</i></p>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
<p>4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	4,5%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<p>Otro: ..... <i>Escala de habilidades</i></p>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba oral</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	4,5%	Todos	Todos	<i>Prueba escrita</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)	4%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... ficha análisis</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>



## **ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 4º DE ESO**

### **A. Vida activa y saludable.**

- A.1. Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento, zona de actividad. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Balance energético y actividad física. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Reconocimiento y corrección de posturas incorrectas en otros. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.
- A.2. Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.
- A.3. Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

### **B. Organización y gestión de la actividad física.**

- B.1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo convencional y autoconstruido.
- B.3. Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física y reflexión crítica sobre su importancia.
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.7. Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

### **C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- C.1. Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos



coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
- C.5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles.
- C.6. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

### **D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- D.1. Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- D.2. Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- D.3. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

### **E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- E.3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.
- E.5. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

### **F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (*crossfit*, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares).
- F.4. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
- F.5. Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- F.6. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.



## ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO

Remitimos al mismo anexo II ya recogido al final de la programación de 1º ESO al ser igual para todos los niveles educativos de la etapa.

### PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º BACHILLERATO

#### **a) Introducción: conceptualización y características de la materia.**

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del *Decreto 40/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo del bachillerato en la Comunidad de Castilla y León*.

#### **b) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.**

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre.

#### **c) Metodología didáctica.**

##### ***Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):***

Respetando las decisiones de carácter general sobre metodología didáctica del centro, recogidas en la propuesta curricular de la etapa de bachillerato, nuestra visión de la educación física implica una **metodología inductiva** que parte de la experiencia y de la exploración de la práctica motriz y de las preguntas y las sugerencias que vamos planteando al alumnado. De este modo, irán comprendiendo mejor el conocimiento que queremos transmitir ya que estará apoyado en sus experiencias. Solo en algunos casos, cuando los alumnos se muestren con miedo a la hora de tomar decisiones sobre alguna acción motriz concreta, nos acercaremos a una **metodología directiva** para infundirles confianza y seguridad.

En cuanto a las **estrategias** de enseñanza-aprendizaje se combinarán las **instructivas**, cuando el contenido sea nuevo para el alumno, de gran dificultad o entrañe un determinado riesgo potencial, las estrategias **participativas**, mediante diversas vías como es la participación en el seguimiento y evaluación del aprendizaje (autoevaluación y coevaluación), en la selección de contenidos o en la observación y corrección de la ejecución de sus compañeros, etc., y las estrategias **emancipativas**, cuando el planteamiento didáctico se centra más en que el alumno acceda al manejo de los contenidos de forma autónoma, y en capacitarlo para asumir su proceso de aprendizaje y el desarrollo de sus capacidades.

Las **técnicas de enseñanza** se relacionan con las estrategias, de manera que, las técnicas **dirigidas** tienen que ver con estrategias instructivas en las que damos información inicial variada masiva e individual, las técnicas **de participación** docente se relacionan con las estrategias participativas, en las que se entrega al alumno parte del papel del profesor, y las técnicas **investigativas** están íntimamente ligadas a las estrategias emancipativas, asociadas a fines relacionados con el conocimiento, tareas en las que no existe una información inicial, se lanza la propuesta y el alumno debe solucionarla.

##### ***Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:***

En la etapa de bachillerato el **grupo** es una fuente de estímulos que impacta en los niveles de ajuste afectivo de cada uno de sus integrantes, determina el clima de convivencia, marca la madurez en el desarrollo de las relaciones sociales y agrupa al alumnado según sus incipientes intereses profesionales y académicos. La variable grupo admite diversas consideraciones como recurso metodológico.



El trabajo individual debe alternar con el trabajo cooperativo y en equipo (ya sea en parejas, pequeño o gran grupo). La variedad en la estructura de la sesión de clase, la flexibilidad en el uso de los espacios y la diversidad de los agrupamientos potencian la comunicación real entre alumnado y profesorado.

El enfoque competencial precisa de ambientes no jerarquizados y de espacios flexibles para que, después de procesos de entrenamiento en el trabajo colaborativo en etapas y niveles anteriores, los distintos agrupamientos lleguen a producirse y desarrollarse de manera natural, particularmente en bachillerato.

Se requiere que los **espacios** físicos permitan la interacción, cooperación, comunicación, investigación y trabajo autónomo del alumnado. Que sean espacios creativos, agradables estéticamente y que posibiliten generar circunstancias motivantes para el aprendizaje respetando la disponibilidad real del centro.

En cuanto a la **gestión temporal** de la estructura de la sesión, debe partirse de la premisa de que el alumnado debe asumir un desempeño activo durante el mayor tiempo posible. El esquema que se utilizará mayoritariamente será:

Parte inicial: información inicial y preparación para posterior trabajo.

Parte fundamental: desarrollo de los contenidos establecidos.

Parte final: trabajo en regresión, recogida del material y observaciones finales.

**d) Secuencia de unidades temporales de programación.**

	<b>Título</b>	<b>Fechas y sesiones</b>
<b>PRIMER TRIMESTRE</b>	<i>SA 1: Acondicionamiento físico general. Elaboración de un programa de condición física saludable.</i>	<i>Septiembre-octubre 8</i>
	<i>SA 2: La dieta equilibrada.</i>	<i>Octubre-noviembre 4</i>
	<i>SA 3: Perfeccionamiento de un deporte elegido por ellos mismos</i>	<i>Noviembre 6</i>
	<i>SA 4: Perfeccionamiento de un deporte elegido por ellos mismos</i>	<i>Diciembre 6</i>
<b>SEGUNDO TRIMESTRE</b>	<i>SA 5: Elaboración de una composición corporal expresiva</i>	<i>Enero-febrero 10</i>
	<i>SA 6: Juegos y deportes cooperativos adoptados</i>	<i>Febrero-marzo 8</i>
	<i>SA 7: Ejercicio y salud</i>	<i>Marzo 2</i>
	<i>SA 8: Primeros auxilios</i>	<i>Marzo 2</i>
<b>TERCER TRIMESTRE</b>	<i>SA 9: Diseño y desarrollo de competiciones deportivas</i>	<i>Abril-mayo 14</i>
	<i>SA 10: Perfeccionamiento de un deporte elegido por ellos mismos</i>	<i>Mayo- junio 6</i>
	<i>SA 11: Test de condición física</i>	

**e) Materiales y recursos de desarrollo curricular.**

	<b>Materiales</b>	<b>Recursos</b>
<b>Impresos</b>	Artículos periodísticos de interés para la materia	Periódicos, revistas y recursos similares.
<b>Digitales e informáticos</b>	Correo electrónico corporativo, Teams, STILUS familias y/o lesfácil	Ordenador de sobremesa, ordenador portátil, panel digital



<b>Medios audiovisuales y multimedia</b>	Música específica para construcción de coreografías, Course Navette, TABATA, etc.	Reproductor de cd, usb, bluetooth, altavoz.
<b>Manipulativos</b>	Aros, cuerdas, balones medicinales, de voleibol, de baloncesto, de balonmano, de fútbol, de espuma, de plástico, palas, raquetas, bandas elásticas, mancuernas, picas, minivallas, porterías floorball, pelotas y sticks floorbal, bancos suecos, colchonetas y esterillas.	Cuatro mesas y dos sillas (de aula).
<b>Otros</b>	Espalderas, un encerado y sendos tableros de baloncesto anclados a la pared.	Instalaciones deportivas:  Una pista polideportiva <b>cubierta</b> (28x15m) que cuenta con vestuarios y aseos femenino y masculino, cuarto de material, cuarto de limpieza, cuarto con aseo para el profesor.  Dos canchas al <b>aire libre</b> . Una de 20x40m y la otra de 28x15m

**f) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.**

<b>Planes, programas y proyectos</b>	<b>Implicaciones de carácter general desde la materia</b>	<b>Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)</b>
Plan de Lectura	Se recompensará con hasta 1p adicional al alumnado que, voluntariamente, lea una serie de artículos relacionados con la actividad física y el deporte. De esta forma creemos que los alumnos se pueden animar más a leer sin ser obligatorio, pero sí atractivo porque van a poder elegir distintas temáticas acordes con su edad, intereses etc., y así obtener un extra en su calificación.	TODAS
Plan de Convivencia	Mediante el fomento y desarrollo de una actitud cooperativa en las diferentes actividades, especialmente en la organización y práctica deportiva y en el torneo de los recreos (en cuya actividad se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente), demostrando capacidad para ayudar, respeto y diálogo.	TODAS
Plan de fomento de la igualdad entre hombres y mujeres	Rotación de roles en los equipos, rotación de puestos y funciones. Inclusión de deportes alternativos cuyas reglas igualan al alumnado dejando que aspectos como	TODAS



	la fuerza pasen a un segundo plano. En la organización y participación en los torneos de los recreos (se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente).	
Plan de Atención a la Diversidad	Rotación de roles en los equipos, rotación de puestos y funciones. Inclusión de deportes alternativos cuyas reglas igualan al alumnado dejando que aspectos como la fuerza pasen a un segundo plano. En la organización y participación en los juegos alternativos del torneo de los recreos (se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente).	TODAS
Otro: POR UN CENTRO SALUDABLE	Conociendo, identificando y comprendiendo la importancia que tiene la dieta equilibrada, así como, el funcionamiento del cuerpo humano y su respuesta al estímulo del ejercicio físico. Organizando y participando en los juegos alternativos del torneo de los recreos en cuya actividad se recompensará hasta con 1p adicional a los alumnos que participen y lo hagan correctamente.	TODAS
Otro: _____		

El proyecto, **Por un centro saludable**, se enmarca en las medidas que promueven un estilo de vida activo. Desde la materia de educación física se va a trabajar para ello a través de la organización de **torneos en los recreos**. Los alumnos de 1º de bachillerato deben trabajar este contenido como organizadores para todo el alumnado del centro que quiera participar. Se van a proponer juegos y deportes alternativos en los que prime la cooperación por encima de la competición, equipos mixtos por encima de solo del mismo sexo y que se precise la participación tanto de los más hábiles como de los que no lo son tanto mediante reglas como, por ejemplo, “que cada jugador solo pueda tocar una vez (seguida) el balón”, así, todos deberán estar atentos para seguir el juego, tocando alternativamente el balón para conseguir el objetivo común. El alumnado que se implique en este proyecto podrá obtener hasta **1 punto adicional** en su nota.

En cuanto al Plan de **fomento de la lectura**, aunque a través de la materia de educación física (eminentemente práctica y cuyo desarrollo tiene lugar al aire libre o en el gimnasio sin sillas ni mesas) se fomentará recompensando con hasta **1 punto adicional** a los alumnos que lean determinados artículos que tienen que ver con la actividad física y el deporte en sus diferentes ámbitos. De esta forma creemos que los alumnos se pueden animar más a leer, sin ser obligatorio, pero sí atractivo porque van a poder elegir entre diferentes temáticas acordes con sus gustos e intereses y además pueden obtener un extra en la nota. El departamento seleccionará artículos de prensa que tratan diferentes contenidos como el tabaco y el alcohol, el deporte y la violencia, la importancia de la mujer en el deporte, la obesidad, etc., sin perjuicio de cualquier otro que el alumno pueda seleccionar.

**g) Actividades complementarias y extraescolares.**



<b>Actividades complementarias y extraescolares</b>	<b>Breve descripción de la actividad</b>	<b>Temporalización (indicar la SA donde se realiza)</b>
Visita al CEARD de León	conocer salidas profesionales relacionadas con la actividad físico-deportiva	SA3, 6, 11
Taller de RCP	en colaboración con el centro de salud de la Bañeza se realiza este taller con la presencia de personal cualificado y la utilización de torsos y maniquís específicos para la ejecución de la RCP	SA8
Asistencia a espectáculos de danza, artísticos o charlas de interés para la materia	actividad abierta a cualquier tipo de charla o práctica, etc., relacionada con el mundo del deporte.	SA1, 2, 3,4 ,5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
Recreos activos	organización y participación en los torneos deportivos de los recreos	SA9
Senderismo	actividad física de senderismo en el medio natural	SA7
Jornada de convivencia deportiva de final de curso	Se trata de que todo el alumnado del centro que lo desee y de forma especial el alumnado de la ESO, pasen una jornada lectiva practicando deportes variados en las instalaciones públicas al aire libre de la Bañeza	No se vincula a una SA concreta. Se realiza un día de la última semana lectiva del mes de junio

#### **h) Atención a las diferencias individuales del alumnado.**

##### 1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

Cuando se habla de atención a la diversidad, hemos de entender que dentro del sistema educativo hay alumnos con diferencias de conocimientos, de interés, de actitud, de diversidad de género y de proceso madurativo, así como alumnos que pueden presentar algún tipo de dificultad sin necesidad de adaptaciones significativas.

<b>Formas de representación</b>	<b>Formas de acción y expresión</b>	<b>Formas de implicación</b>
Uno de los aspectos que se tiene en cuenta para atender a la diversidad de intereses y motivaciones del alumnado es la selección de los deportes y actividades	Se tratan todos los deportes y actividades más comunes para poder atender así a los distintos gustos e intereses del alumno ya que posteriormente en su tiempo libre y de ocio ellos incorporarán la actividad que mejor se adapte a sus intereses	En bachillerato son los alumnos los que seleccionan los deportes que vamos a perfeccionar en función de sus gustos.

##### 2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:



<i>Alumnado</i>	<i>Adaptación curricular de acceso /no significativa</i>	<i>Observaciones</i>
A	Adaptación curricular no significativa	Alumnos con pequeños problemas, que no pueden seguir el ritmo normal de clase o realizar determinados tipos de ejercicios. Por ejemplo, <b>escoliosis</b> . En estos casos se procura ofrecer actividades alternativas y ejercicios orientados al problema que cada uno puede tener, y posibilitar paliar y mejorar sus posibles dolencias ofreciendo alternativas en distintos trabajos, como el de condición física, con ejercicios adaptados a sus posibles problemas. También procuramos en estos casos que el alumno desarrolle en clase los ejercicios correctivos que le han podido recetar, o que le proponemos nosotros.
B	Adaptación curricular no significativa	Para el alumnado con <b>diabetes</b> , hay que vigilar que se tomen el azúcar en sangre antes y después de la actividad física (sobre todo cuando hay una prueba que suponga una intensidad alta) para valorar si pueden o no realizar la práctica. Igualmente, para el alumnado con <b>asma</b> , hay que vigilar que sigan las pautas de su médico e insistir en que tengan la medicación a mano durante las clases de EF, así como, darles a conocer la importancia que tiene el ejercicio físico correctamente realizado para disminuir o al menos, espaciar las crisis asmáticas.
C	Adaptación curricular no significativa	En el caso de alumnos con <b>problemas más graves</b> y con incapacidad temporal, se incorporan a la clase en aspectos organizativos, de control o recogida de datos, eliminando además parte o todo el apartado práctico sustituyéndolo por “supuestos prácticos” (reflejado en el apartado de evaluación).
D	Adaptación curricular no significativa	Para atender a las <b>distintas capacidades</b> dentro del mismo grupo de alumnos, una de las estrategias más utilizadas es hacer grupos de nivel en función de los aprendizajes que poseen los alumnos/as. A la hora de impartir, por ejemplo, un deporte como baloncesto nos podemos encontrar



		alumnos que no saben nada y otros que te saben hacer desde una entrada a canasta hasta un bloqueo ya que lo practican a nivel extraescolar. Por ello es muy importante dar respuesta a todos y motivarles ofreciendo distintas tareas y actividades en función de su nivel.
E	Adaptación curricular no significativa	Alumnado con patologías del espectro <b>autista</b> . Situar al alumno cerca, mantener el contacto visual, dividir la ejecución en varias partes diferentes, con materiales más blandos o lo que sea oportuno dependiendo del contenido, acostumbrarle a una rutina en las clases que le permita saber qué tiene que hacer y en qué orden, rotar en el trabajo individual, por parejas, pequeño y gran grupo según el contenido y según el estado del alumno en cada clase, proporcionarle más tiempo para la resolución de las tareas, darle la posibilidad de explicarse tanto oralmente como por escrito.

#### **i) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.**

Los alumnos tendrán que ir superando pruebas de diversa índole relacionadas con la consecución de los diferentes criterios de evaluación e indicadores de logro que se llevarán a cabo en las diferentes situaciones de aprendizaje planteadas y cuyo porcentaje de calificación queda expresado más adelante. Si el alumno no consigue una valoración positiva de la evaluación, tendrá derecho a recuperar los criterios de evaluación o indicadores de logro no conseguidos, en el siguiente trimestre o al final de curso (será el profesor el encargado de determinar las fechas en función de los criterios de evaluación o indicadores de logro no conseguidos).

Para la realización de las pruebas físicas será obligatorio acudir con la ropa y calzado adecuado. En caso contrario el alumno tendrá una calificación negativa de la prueba.

No se puede faltar a la realización de las pruebas sin justificante médico o realización de llamada de algún familiar que acredite la falta. En caso contrario, la prueba no se repetirá y el alumno tendrá una calificación negativa de la prueba.

#### **PÉRDIDA DE EVALUACIÓN CONTINUA**

Ocurrirá si el alumno tiene un 20% de las faltas sin justificar (más o menos unas 5 al trimestre). Si esto ocurre solo en alguno de los trimestres, el alumno obtendrá automáticamente la calificación negativa de la materia y podrá recuperarla en el siguiente trimestre o al final del curso. En este caso, la mitad de la calificación recaerá sobre los contenidos teóricos y la otra mitad, sobre los prácticos.

Si el alumno ha faltado prácticamente todo el curso y solo asiste al final del último trimestre, deberá presentarse a la **prueba final extraordinaria** porque se entiende que es imposible recuperar todo lo que no ha trabajado diariamente a lo largo de todo el curso escolar o, dicho de otro modo, se entiende, que es imposible poder valorar su nivel competencial.



## PRUEBA FINAL EXTRAORDINARIA

El alumnado que no haya obtenido una valoración positiva de sus competencias y/o que su calificación no sea positiva en la tercera evaluación, deberá presentarse a una **prueba final extraordinaria** que consistirán en la superación de los contenidos calificados negativamente durante el curso, a través de diferentes tipos de pruebas e instrumentos de evaluación. Será el profesor/a que imparte la materia en el curso actual, el que determine los detalles de dicha prueba final extraordinaria. No obstante, las pautas generales son las siguientes:

**Trabajos.** Los alumnos deberán entregar obligatoriamente los trabajos que su profesor/a les haya indicado. Se podrán entregar en mano o telemáticamente.

**Cuestionarios Google Forms.** Consistirá en la realización de test o cuestionarios referidos a los contenidos, criterios de evaluación e indicadores de logro desarrollados durante el curso. El alumno podrá realizarlos directamente on line o por escrito y seguidamente, entregarlos en mano a su profesor/a.

**Pruebas físicas, deportivas y de expresión corporal.** Todas ellas similares a las realizadas durante el curso. En el caso de que algún alumno no pudiera realizarlas por impedimento físico, serán sustituidas por la realización **escrita u oral de supuestos prácticos**.

## EN CUANTO A LA EVALUACIÓN ATENDIENDO A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

Se otorgará más importancia al proceso frente a los resultados, valorando prioritariamente la superación y la mejora conseguida.

Utilizar instrumentos de evaluación variados que se adapten a las necesidades de los alumnos.

Elaborar pruebas adecuadas a la realidad del aula.

### *PLANES ESPECÍFICOS:*

**DE REFUERZO:** actividades, tareas, ejercicios, proyectos, juegos y deportes en los que los alumnos evaluados con una calificación positiva puedan profundizar, mejorar, perfeccionar tanto los aspectos técnicos, como los tácticos, así como, el conocimiento a cerca de sus orígenes, disciplinas, especialidades, modificaciones reglamentarias, formas de juego, y otros aspectos que sean de interés.

**DE RECUPERACIÓN:** de aquellos contenidos evaluados de forma negativa durante el curso. Repetición de las pruebas prácticas, escritas u orales en las que el alumno no ha obtenido una calificación positiva y/o diseño y puesta en práctica de otras pruebas similares que se adapten a las necesidades de cada alumno.

### *ADAPTACIONES CURRICULARES:*

#### *NO SIGNIFICATIVAS:*

La OMS (Organización Mundial de la Salud), en su clasificación sobre deficiencias, discapacidades y minusvalías, define a estas últimas como "la situación de desventaja de un individuo determinado, a consecuencia de una deficiencia o discapacidad que le limita o impide el desempeño de un rol que sería normal en su caso".

Como profesores de enseñanza secundaria puede que nos encontremos condistintos casos de deficiencia: sensorial (visual, auditiva o motriz); mental; y/o de inadaptación social.

Normalmente, salvo casos muy excepcionales, en la materia de educación física todos los alumnos, incluso los que tienen alguna necesidad especial, son capaces de alcanzar los aprendizajes básicos adoptando algunas medidas que afectan básicamente a la metodología y a los instrumentos de evaluación.



## METODOLOGÍA PARA ATENDER A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

La forma de presentar la información debe ser concreta, clara y precisa. Debemos asegurarnos de que los alumnos con dificultades han comprendido las pautas básicas de lo que se quiere conseguir.

Si la tarea es compleja debemos fraccionarla e incidir en los aspectos más importantes desechando informaciones secundarias. Muchas veces una demostración práctica es la mejor manera para que comprendan una tarea.

Se utilizará la modificación del material y de las dimensiones del terreno de juego para facilitar los aprendizajes. Se promoverá el trabajo recíproco, la ayuda entre compañeros, los agrupamientos variados desde parejas hasta grupos de distinto nivel, lo que favorece el aprendizaje de los alumnos con dificultades ya que los alumnos con más capacidad ayudan a los que tienen menos.

En la presentación de contenidos teóricos, tener en cuenta aquellos que sean más adecuados a las capacidades de estos alumnos y realizar un seguimiento más individual, pero sin desatender al resto.

## EVALUACIÓN DE ALUMNOS CON LESIÓN TEMPORAL

Se les recordará a estos alumnos que no existe la figura del alumno exento. Excepto para el alumnado que acredite (y presente en la Dirección del centro antes del día 30 de septiembre) tener la condición de deportista de alto nivel o alto rendimiento o realice estudios superiores de las enseñanzas profesionales de Danza (Orden EDU 1076/2016 de 19 de diciembre).

Los alumnos que tengan algún problema, patología, lesión, que no les permita realizar algunas partes de las sesiones de EF de forma puramente física, pueden colaborar con el profesor en tareas de organización o pueden realizar ejercicios y actividades que no supongan un riesgo para su enfermedad/lesión.

La evaluación se adaptará para ellos en función de las circunstancias, pudiendo recuperar los indicadores de logro y/o criterios de evaluación afectados por este motivo y realizando las pruebas en trimestres posteriores o al final de curso.

Recordamos que cuando la incapacidad de práctica es total y es conocida ya en el momento de efectuar la matrícula, se debe presentar en la Dirección del centro el **informe médico que así lo acredite**, antes del día 30 de septiembre.

Si es una lesión o enfermedad muy grave y prolongada en el tiempo, que no permite la realización de actividad física bajo ningún concepto, la mitad de la calificación se centrará en la elaboración y exposición de trabajos y supuestos prácticos relacionados con el *saber hacer* y la otra mitad con fichas, cuestionarios y pruebas tanto escritas como orales que permitan valorar los indicadores de logro (criterios de evaluación) relacionados con el *saber*. En este caso, de **incapacidad** total, se debe presentar en la Dirección del centro el **informe médico que lo acredite** en los 15 días siguientes al conocimiento de la noticia.

### j) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

<i>Indicadores de logro</i>	<i>Instrumentos de evaluación</i>	<i>Momentos en los que se realizará la evaluación</i>	<i>Personas que llevarán a cabo la evaluación</i>
Se tiene en cuenta la evaluación inicial del alumno	Los materiales y recursos didácticos son suficientes y variados para la planificación prevista.	La metodología didáctica tiene en cuenta y se adapta a las características de los alumnos.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los criterios de evaluación y calificación son objetivos y claros y	Los recursos empleados facilitan el proceso de enseñanza aprendizaje y	Se consideran metodologías que	Los miembros que forman parte del



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

el alumno los entiende (para valorar este parámetro es necesaria la información que nos da el alumno).	son coherentes con las posibilidades del centro.	promueven el papel activo del alumno.	departamento de educación física
Para cada uno de los criterios de evaluación se indican los indicadores de logro que se consideran como aprendizajes mínimos para superarlos y las competencias que se desarrollan	Las instalaciones y espacios deportivos son adecuados.	Se usan metodologías de trabajo cooperativo	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Organización temporal de los contenidos a lo largo del curso, en unidades de trabajo, temas o proyectos	La planificación temporal de las actividades es adecuada.	Importancia de la investigación por parte del alumnado: descubrimiento guiado, resolución de problemas...	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los instrumentos de evaluación quedan asociados a los criterios de evaluación-indicadores de logro y a los contenidos	Organización flexible de los recursos espaciotemporales, agrupamientos y materiales	Se utilizan estrategias y métodos variados para promover la motivación e interés del alumnado.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Hay propuestos sistemas de recuperación para el alumno.		El profesor tiene un trato accesible con el alumnado y es próximo y cercano.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Se utilizan instrumentos y procedimientos de evaluación variados		El profesor promueve un ambiente de trabajo que fomenta el respeto y la colaboración.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Los instrumentos y procedimientos son eficaces para valorar el nivel de aprendizaje y las competencias de los alumnos		Se utilizan estrategias para prevenir y, en su caso, resolver posibles conflictos en el aula.	Los miembros que forman parte del departamento de educación física
Se analiza el porcentaje de suspensos y de aprobados y se realizan propuestas de mejora		Se supervisa que el alumno trabaje en las debidas condiciones de seguridad y se atiende a las necesarias medidas de prevención de riesgos	Los miembros que forman parte del departamento de educación física



**Junta de  
Castilla y León**  
Consejería de Educación

***Propuestas de mejora:***



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 9 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Peso CE</i>	<i>Contenidos de materia</i>	<i>Contenidos transversales</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>SA</i>
1.1 Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos. (CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3)	6%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>SA1, 2, 7,11</i>
				<i>Prueba práctica</i> <i>Ficha análisis</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Ficha TIC</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.2 Incorporar de forma autónoma, y según las preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, aplicando diferentes mecanismos de control de la intensidad. (STEM1, STEM2, STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2)	4.5%	Todos	Todos	<i>Prueba práctica</i> <i>Test de condición física</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Cuaderno del alumno</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.3 Introducir en las rutinas diarias pautas de una alimentación saludable, una correcta educación postural y actividades de relajación, teniendo en cuenta las características y necesidades personales. (STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5)	4.5%	Todos	Todos	<i>Otro: ..... Escala de valoración de habilidades</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.4 Desarrollar y afianzar hábitos saludables en la vida diaria, aplicando normas de higiene antes,	4.5%	Todos	Todos	<i>Portfolio</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>



durante y después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA5)					<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
1.5 Favorecer el desarrollo de las capacidades físicas y habilidades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales. (STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3)	4.5%	Todos	Todos		<i>Cuaderno del alumno</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
					<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
					<i>Otro: ..... Rúbrica deporte</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.6 Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente en cualquier contexto, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. (CCL2, CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA1.2)	4.5%	Todos	Todos		<i>Otro: ..... Ficha TIC</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
					<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
					<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.7 Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información escrita, visual o auditiva recibida. (CCL2, CCL3, STEM2, CD1, CPSAA1.2)	4.5%	Todos	Todos		<i>Cuaderno del alumno</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
					<i>Portfolio</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
					<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.8 Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales. (STEM2, STEM4, CD3, CD4, CPSAA1.2)	4.5%	Todos	Todos		<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la mejora de su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participación en entornos colaborativos con intereses comunes. (CCL2, CCL3, STEM2, STEM4, CD1, CD2)	4.5%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... ficha análisis</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3)	6%	Todos	Todos	<i>Otro: ..... ficha tic</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... test de condición física</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
2.2 Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. (STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3)	4.5%	Todos	Todos	<i>Otro: ..... escala de valoración de habilidades</i>	<i>Autoevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
2.3 Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. (STEM1, STEM2, CPSAA4, CE2, CE3)	4.5%	Todos	Todos	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Portfolio</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>



2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución de esas actividades, valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1.2, CE2, CE3)	4.5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... rúbrica deporte</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
3.1 Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. (STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2)	6%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Coevaluación</i>	<i>Todas</i>
				<i>Otro: ..... Rúbrica deporte</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
3.2 Cooperar y colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. (CCL1, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2)	4.5%	Todos	Todos	<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
3.3 Establecer mecanismos de relación, entendimiento y comunicación con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales, de diálogo en la resolución de conflictos (incluso en otras lenguas) y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y	4.5%	Todos	Todos	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>



posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas. (CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA5, CC2, CC3)						
4.1 Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, incluidas las pertenecientes a la cultura castellana y leonesa, analizando sus orígenes y evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. (STEM5, CD2, CC1, CCEC1)	6%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>	SA5
				Elija un elemento. Ficha análisis	<i>Heteroevaluación</i>	SA5
				Elija un elemento. Rúbrica saber ser y estar	<i>Heteroevaluación</i>	SA5
4.2 Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición, para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad. (CD2, CPSAA1.2, CCEC3.2, CCEC4.1)	4.5%	Todos	Todos	<i>Otro: ..... escala de valoración de habilidades</i>	<i>Coevaluación</i>	SA5
				<i>Guía de observación</i>	<i>Autoevaluación</i>	SA5
5.1 Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1)	4.5%	Todos	Todos	<i>Prueba escrita</i>	<i>Coevaluación</i>	SA3,4,6 ,9,10
				<i>Otro: ..... Rúbrica saber ser y estar</i>	<i>Heteroevaluación</i>	SA3,4,6 ,9,10
				<i>Registro anecdótico</i>	<i>Coevaluación</i>	SA3,4,6 ,9,10



# Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

5.2 Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1)	4%	Todos	Todos	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	SA3,4,6 ,9,10
				<i>Otro: ..... ficha análisis</i>	<i>Autoevaluación</i>	SA3,4,6 ,9,10
				<i>Otro: ..... rubrica saber ser y estar</i>	<i>Coevaluación</i>	SA3,4,6 ,9,10



### **A. Vida activa y saludable.**

Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.

Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.

Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.

### **B. Organización y gestión de la actividad física.**

Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades, higiene y similares).

Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.

Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).

Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Técnicas de primeros auxilios. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).

Protocolos ante alertas escolares.

### **C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales



y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.

Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.

Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo con los recursos disponibles.

#### **D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.

Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

Deporte adaptado y su práctica como medio de sensibilización hacia otras realidades.

Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.

Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.

Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBfóbicas).

#### **E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos, fundamentalmente los castellanos y leoneses, y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.

Técnicas específicas de expresión corporal.

Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva.

Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.

Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia en medios de comunicación.

Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.

#### **F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.

Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.

Actuaciones para la mejora del entorno natural y urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).

Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.



Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.

Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

## **ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE BACHILLERATO**

CT1. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.

CT2. La educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.

CT3. Las técnicas y estrategias propias de la oratoria que proporcionen al alumnado confianza en sí mismo, gestión de sus emociones y mejora de sus habilidades sociales.

CT4. Las actividades que fomenten el interés y el hábito de lectura.

CT5. Las destrezas para una correcta expresión escrita.